

A continuación detallamos las normas para la realización de la actividad de kárate.

*Es importante que leáis junto a vuestros hijos este protocolo y se lo hagáis entender. El cumplimiento de estas normas debe ser cumplido meticulosamente para el bien de todas las personas que forman parte del Club.*

### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

Durante el mes de septiembre la actividad se hará al aire libre, aprovechando el buen clima que todavía hace.

La capilla se ajusta a las necesidades tanto nuestras como de la situación excepcional que vivimos desde hace tiempo por el covid-19, tiene el espacio y características suficientes para poder cumplir con la normativa vigente

La actividad de karate se realizará siempre con la mascarilla puesta y manteniendo la distancia interpersonal, ya que se mezclan grupos de clases diferentes y es un espacio cerrado.

#### **1-ENTRADA Y SALIDA:**

La entrada será la convencional siendo la del extremo izquierdo la de salida.

Durante el mes de septiembre, la entrada y salida será escalonada y con máxima puntualidad para no coincidir con los deportistas de otras disciplinas. Entrarán y saldrán por la puerta

---

En ningún caso los padres podrán entrar en la instalación. Familiares o acompañantes que vengan a recogerlos deberán esperar en el exterior y ubicarse de la manera más separada posible. Recomendamos no quedarse más tiempo del necesario y evitar grandes grupos de personas en la salida de las instalaciones

#### **2-TOMA DE TEMPERATURA**

Se tomará la temperatura a tod@s antes de dar comienzo a la actividad

#### **3-DESINFECCIÓN:**

- Tanto al entrar como salir los alumnos dispondrán de hidrogel
- Tendrán punto interior de desinfección.
- La sala (capilla) se desinfectará al terminar la sesión, tanto el espacio utilizado como el material correspondiente.

#### 4-ESPACIOS-AFORO

- El calzado se dejará antes de entrar a la zona de entrenamiento.
- Los alumnos dispondrán de 4 metros cuadrados para poder desempeñar la sesión correctamente respetando el aforo de la sala.
- Debido a las dimensiones de la capilla podemos dar cabida a la totalidad de alumnos de la escuela cumpliendo con el distanciamiento mencionado.

### **NORMAS GENERALES PARA TODOS LOS DEPORTES:**

1. Los deportistas y técnicos **no deberán acudir a la instalación deportiva** si han estado en contacto estrecho con algún afectado por el COVID-19 en los últimos 14 días, o presentan sintomatología compatible con el COVID (tos, fiebre -más de 37,5°C-, dificultad al respirar, etc.), o se está a la espera de un resultado PCR. Será responsabilidad del jugador y sus familias, comprobar su temperatura corporal antes de acudir al cole para la actividad/entrenamiento, no debiendo acudir a las instalaciones, en ningún caso, si su temperatura es superior a 37,5°C.
2. A la llegada en el espacio donde se realiza la actividad dejarán las mochilas distanciadas las unas de las otras.
3. Deberán llevar una toalla para secarse el sudor que dejarán dentro de la mochila. Se harán pausas en el entrenamiento para ello.
4. Todos los deportistas llevarán un bote con gel hidroalcohólico para limpieza de manos que se hará en cada pausa de descanso dentro del propio entrenamiento.
5. Cada deportista llevará su botella de agua de casa Y **NUNCA PODRÁ COMPARTIRLA CON OTRO COMPAÑERO**. No se podrá hacer uso de las fuentes del colegio.
6. Está prohibido el uso de vestuarios, sólo los baños y si es estrictamente necesario.
7. La entrada y salida de las instalaciones se hará por equipos o grupos de entrenamiento. El siguiente equipo no entrará hasta que el anterior no haya abandonado la instalación. **POR LO QUE PEDIMOS MÁXIMA PUNTUALIDAD PARA LA RECOGIDA DE LAS NIÑOS Y NIÑAS**. No se podrá quedar ningún jugador/a dentro de LA INSTALACIÓN esperando a que lleguen a recogerlo.

8. En cuanto a los entrenadores, siempre mantendrán la distancia de seguridad con los deportistas en aquellas actividades que sea posible y llevarán la pertinente mascarilla.
9. Los deportistas que presentan condiciones de salud que les hacen más vulnerables para COVID-19, deberán seguir las indicaciones médicas relativas a la participación o no en las actividades deportivas. En el caso de que pueda participar en las mismas, lo hará siempre que su condición clínica esté controlada y manteniendo medidas de protección rigurosas.
10. Los deportistas o sus padres, en caso de ser menores de edad, deberán rellenar la hoja de autorización y declaración responsable para poder participar de la actividad deportiva.

### SEGUIMIENTO DE POSIBLES CASOS

Si se detectan síntomas en un deportista durante la actividad, será aislado de sus compañeros y se avisará inmediatamente a las familias para que vengán a recogerlo. Son las familias las que deberán contactar con el centro de salud que les corresponda para ser valorado.

Si se confirma un caso positivo entre los deportistas o se está valorando un caso sospechoso, o algún deportista está en cuarentena, la familia (o ellos mismos en caso de mayores de edad) deberá comunicarlo inmediatamente al entrenador y éste al coordinador. Será el coordinador el encargado del seguimiento y comunicación a la dirección del colegio y al resto de las familias si fuera necesario. Siempre, en caso de un positivo, actuaremos según nos indique las autoridades pertinentes.

Desde el CD SAGRADO CORAZÓN, solicitamos la máxima responsabilidad a las familias. Está en nuestras manos colaborar, siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias en nuestra vida diaria.