

Instalaciones polideportivas de Oñati

Protocolo higiénico sanitario frente al Covid 19

INDICE

MEDIDAS PREVENTIVAS TRAS A LA APERTURA DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS DE OÑATI

- 1.- Normas generales a cumplir en cada instalación.
- 2.- Medidas de accesos y aforo.
- 3.- Medidas en baños y vestuarios.
- 4.- Limpieza y desinfección en instalaciones.
- 5.- Medidas para los trabajadores de las instalaciones.
- 6.- Calidad del aire: ventilación y climatización.
- 7.- Aulas de gimnasia.
- 8.- Recomendaciones para la actividad física y deportiva en las instalaciones deportivas
- 9.- Carteles informativos

Este documento reúne los requisitos y recomendaciones a aplicar tras la apertura de pública concurrencia de las instalaciones deportivas locales de Oñati, con el fin de minimizar los riesgos higiénico-sanitarios provocados por el virus COVID-19.

Sin perjuicio de la legislación vigente, este documento contempla, por una parte, los requisitos y recomendaciones a cumplir tras la apertura de las instalaciones.

MEDIDAS TRAS LA APERTURA DE LAS INSTALACIÓN DEPORTIVAS DE OÑATI

A continuación, se desglosan los requisitos y recomendaciones a aplicar tras la reapertura de las instalaciones deportivas de Oñati:

- Polideportivo de Zubikoa
- Sala Fitness de Eltzia
- Campo de fútbol de Azkoagain
- Campo de fútbol de Larraña
- Frontón de Larraña
- Cancha polideportiva de Larraña

1.-NORMAS GENERALES A CUMPLIR EN TODAS INSTALACIONES.

Guía de recomendaciones para el uso de las instalaciones y servicios deportivos municipales de Oñati para la CONTAMINACION -PREVENCION del COVID-19

A continuación se recogen las recomendaciones y criterios para la utilización de los polideportivos de Zubikoa y Eltzia en Oñati, el complejo deportivo de Larraña y el campo de fútbol de Azkoagain, a cumplimentar por parte de los agentes deportivos y físicos, tanto privados como públicos, a partir del 1 de agosto de 2020, tales como grupos y asociaciones deportivas, colegios, estructuras organizativas de Deporte Escolar, así como abonados y otros usuarios de la localidad.

Los criterios y recomendaciones se basan en la versión del 24 de junio, publicada por el Servicio de Deportes del Departamento de Cultura y Política Lingüística del Gobierno Vasco, "Guía de recomendaciones para una nueva normalidad en el ámbito de la actividad física y el deporte", que se adaptará en todo momento a la situación sanitaria.

Recomendaciones generales

- Se deben cumplir en todo momento los criterios y recomendaciones generales de la instalación de prevención de la contaminación del COVID-19 (que serán visibles a la entrada de la instalación).
- El aforo de la instalación se ajustará en todo momento a las órdenes y decretos de las autoridades competentes (60% en la nueva normalidad).
- Se debe seguir el circuito de entrada y salida.
- Se garantizará un mínimo de 1,5 metros de alejamiento social entre las personas
- Se limitará el aforo de las sesiones grupales, garantizando un espacio mínimo de 2x2 metros para cada usuario, además del profesor.
- Uso de vestuarios: sólo podrán utilizarlos los abonados, los usuarios de las actividades Fitness, y los colectivos que en sus protocolos asuman la responsabilidad del correcto uso de los mismos respetando aforos y medidas higiénicas establecidas.
- Los WC estarán abiertos y disponibles.
- Todos los colectivos deben seguir las indicaciones de acceso en los horarios que les correspondan junto con el profesor, entrenador o responsable de los mismos. Una vez finalizada la sesión y una vez desinfectado el material utilizado, abandonarán la instalación seguidamente y sin demora sin provocar aglomeraciones en el interior de la instalación.
- Excepto en la sesión deportiva, el usuario debe utilizar la mascarilla en todos los espacios comunes de la instalación, tales como pasillos, almacenes y zonas de espera.
- Secadores de pelo y manos fuera de uso
- Cada deportista y usuario llevará su agua, utilizando botellas individuales.

- Se garantizará un tiempo de inactividad entre sesiones grupales que permita la limpieza y desinfección de la sala una vez finalizada cada sesión. De esta forma, se garantizará la seguridad de los trabajadores y usuarios.
- El organizador de la actividad suministrará los productos necesarios para la limpieza y desinfección de los materiales y usuarios, tales como gel hidroalcohólico, pulverizador desinfectante y papel.
- Los usuarios y el personal deberán lavarse las manos con frecuencia durante el tiempo que permanezcan en las instalaciones.
- Será obligatorio el uso de toalla en todos los espacios deportivos para la protección personal y del equipamiento.
- Utilizar calzado deportivo exclusivo para la actividad. Los usuarios de las canchas deportivas se cambiarán de calzado para practicar deporte y actividad. El calzado de calle debe colocarse, quitarse y guardarse en la propia cancha. Indicación tanto para alumnos/deportistas como profesores/entrenadores

Hacer hincapié en respetar las medidas de higiene preventivas:

- Si no te sientes bien no acudas a las instalaciones deportivas de Oñati.
- Preferiblemente acude cambiado desde casa.
- Hay que cambiarse de zapatillas antes de entrar en las salas de actividad.
- Se recomienda traer cada uno su propio material: esterilla, agua...
- Mantener la distancia de seguridad de 1,5 metros.
- Uso obligatorio de toalla. Se recomiendan dos toallas: una para el sudor y otra para colocar encima de la maquinaria y su posterior limpieza.
- Se recomienda el uso de guantes cortos, así como muñequeras y cintas/pañuelos para la cabeza.
- Una vez finalizada la actividad se debe desinfectar los espacios utilizados así como el suelo en caso de sudoración. Así mismo, se recomienda ponerse de nuevo los guantes y la mascarilla.

2.- MEDIDAS DE ACCESO Y AFORO

Las normas generales básicas que se deben cumplir en todas las instalaciones relacionadas con el control de accesos y aforos son:

- Se informa a los usuarios sobre las obligaciones y recomendaciones a cumplir dentro de las instalaciones mediante los carteles y planos de circulaciones adjuntos a este protocolo.
- Queda prohibido el acceso a las instalaciones de cualquier persona que tenga síntomas compatibles con el Covid-19 o haya estado en contacto con personas enfermas del mismo.
- Se recomienda que no asistan a las instalaciones personas que pertenezcan a colectivos de riesgo (mayores de 60 años, personas con enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, pulmonares crónicas, diabetes, cáncer o inmunodepresión; y embarazadas).
- En lo referente al aforo de las instalaciones/espacios en cada uno de ellos está indicado el mismo y también en planos generales de las instalaciones siguiendo estos criterios:
 - En espacios al aire libre: Doblar la superficie/persona. Reducir el aforo en 50%.
 - En espacios cubiertos: Triplicar la superficie/persona. Reducir el aforo en 33%.
- Una vez completo el aforo establecido, el usuario no podrá acceder a la instalación hasta que no salgan otros usuarios.
- Las reservas de las salas de actividades, canchas, locales, y el gimnasio de Eltzia se realiza mediante cita previa o solicitando el uso de dichas salas o locales y previa autorización de la comisión de deportes una vez cada colectivo presente sus propios protocolos de actuación, la declaración del compromiso de cumplir con dichos protocolos y la designación de un responsable.
- En la medida de lo posible los pagos serán con tarjeta o a través de aplicaciones móviles para evitar, en la medida de lo posible, el contacto con monedas y billetes.
- *Los colectivos (colegios, deporte escolar, clubes...) deben solicitar al ayuntamiento de Oñati autorización para dar inicio a sus actividades presentando sus protocolos de actuación para las instalaciones que vayan a utilizar. A su vez deben designar un responsable que se encargará del cumplimiento del protocolo y firmar una declaración expresa de la responsabilidad que asumen. Dicho responsable informará de las incidencias que se den en sus grupos y en especial se notificará siempre que en el grupo alguien de positivo en el COVID-19. En caso de darse algún positivo se seguirán las prescripciones que Sanidad determine para cada caso.*
- *En las solicitudes además del protocolo se debe detallar la fecha de inicio de la actividad así como el número de personas que forman cada grupo.*
- *Será la comisión de deportes de Oñati quien autorice a los diferentes colectivos el inicio de sus actividades.*

- *Se aconseja hacer un inicio progresivo de los diferentes grupos a la actividad por cursos, categorías, edades... con el fin de ir viendo cual es el funcionamiento de la instalación y la mejor manera de adaptarse a las exigencias de la situación sanitaria.*

Aforos por espacios:

ZUBIKOA

- *Canchas polideportivas 60 (20 por tercio de cancha)*
- *Frontón 30*
- *Pista de tenis cubierta 30*
- *Pista de tenis exterior 25*
- *Sala de pilates 10*
- *Sala de fitbike 10*
- *Vestuarios zona verde 4-5 (marcados in situ)*
- *Vestuarios zona azul 5-6 (marcados in situ)*

ELTZIA

- *Sala Fitness de fuerza y aeróbica 16*
- *Sala de estiramientos 7*
- *Sala Fitness de bicicletas 8*
- *Vestuarios 4-5*

BAJO DEL GAZTELEKU

- *Sala Wellness 15*

FRONTÓN DE LARRAÑA

- *Cancha 30*
- *Vestuarios 2*

CAMPO DE FUTBOL DE LARRAÑA

- *Cancha 90 (30 por tercio)*
- *Vestuarios 6*

CAMPO DE FUTBOL DE AZKOAGAIN

- *Cancha 90 (30 por tercio)*
- *Vestuarios 5-6*

Crterios para colectivos (colegios/clubes/deporte escolar...)

- *Las condiciones de circulación, entradas y salidas pueden variar según varíe la situación sanitaria actual.*
- *El acceso quedará restringido a los calendarios de actividades aprobados por comisión y por tanto los colectivos tan sólo pueden acceder al polideportivo de Zubikoa en las horarios y días preestablecidos.*
- *Por cancha entran 3 grupos y a lo sumo 6 pueden coincidir en horarios de entrada y salida. Para evitar aglomeraciones los grupos antes de entrar se agruparan en el exterior del polideportivo donde se delimitarán 6 espacios para 6 grupos diferentes.*
- *Una vez todos los miembros del grupo estén reunidos en el exterior con su responsable pueden entrar al tercio de cancha que les corresponde siguiendo los circuitos de circulación marcados en el interior del polideportivo.*
- *Si dos grupos o mas coinciden para entrar deberán hacerlo escalonadamente con un margen mínimo de 3 minutos por equipo.*
- *La salida de los grupos también debe ser escalonada y siguiendo el mismo orden de entrada.*
- *En ningún caso los grupos deben coincidir en entradas y salidas.*
- *En ningún caso deben darse agrupaciones de personas dentro del polideportivo fuera de los espacios de cancha.*
- *En caso de organización de partidos y espectáculos será el organizador el encargado del control del aforo según el marcaje de gradas.*

3.- MEDIDAS EN BAÑOS Y VESTUARIOS

- Se han dispuesto estaciones de limpieza y desinfección en todos los espacios deportivos interiores y vestuarios, para facilitar la limpieza y desinfección del equipamiento, los bancos y las taquillas guardarropa por parte de los usuarios, antes y después de cada uso, complementario al servicio de limpieza del centro. Dichas estaciones de limpieza y desinfección estarán compuestas por el siguiente material y producto:
 - Pulverizador desinfectante.
 - Dispensadores de papel con una papelera para depositar los deshechos.
 - Dispensador de gel desinfectante de manos (si es posible, automático).
- En los aseos:
 - Se asegura la reposición permanente de jabón y/ o soluciones hidro-alcohólicas, papel desechable, así como la disposición de papeleras con tapadera y pedal.
 - Informar a los usuarios de la relevancia de descargar los WC con la tapa bajada para evitar la propagación de microgotas.
 - Evitar los urinarios masculinos de pared.
- Se han colocado carteles, en las zonas de aseo y vestuarios, recordando las medidas higiénicas y el correcto lavado de manos.
- Los vestuarios se desinfectarán, al menos, dos veces al día, empleando detergente desinfectante clorado.
- Se recomienda a ser posible no usar vestuarios, venir cambiados de casa y ducharse en casa.
- Se podrán utilizar las taquillas que estén sin candar habiéndose aprobado un reparto de taquillas a los colectivos que las han solicitado.

Crterios para el uso de vestuarios para colectivos

Las condiciones el uso de vestuarios pueden variar según varíe la situación sanitaria actual.

- Se recomienda no hacer uso de los vestuarios.
- Todos los grupos que decidan hacer uso de los vestuarios deberán presentar la manera en la que harán uso de los mismos.
- En caso de hacer uso de los vestuarios se debe respetar el aforo de los mismos.

- Se deben respetar los espacios de uso habilitados en bancos y duchas para ser usados no pudiéndose en ningún caso utilizar los espacios inhabilitados.
- Un mismo grupo debe usar siempre el mismo vestuario y a ser posible, cada persona debe hacer uso del mismo espacio dentro del mismo vestuario.

4.- LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN INSTALACIONES

- Se refuerzan e intensifican los servicios de limpieza de las instalaciones garantizando una limpieza y desinfección permanente de las instalaciones durante el periodo de apertura al público. Estas se realizarán al menos 2 veces al día. Una de ellas se realizará obligatoriamente al finalizar el día.
- Se hará hincapié en la frecuencia de limpieza de superficies de alto contacto, como la recepción, los mostradores, el material de entrenamiento, las máquinas, las barandillas, los pomos, los pulsadores, así como todos los elementos de uso recurrente.
- Asegurar un tiempo sin actividad entre sesiones de clases colectivas para garantizar la limpieza y desinfección después de cada sesión impartida y así garantizar la seguridad de los trabajadores y usuarios.
- Se incrementa el protocolo de revisión de papeleras y retirada de residuos. En Zubikoa se dispone en cada tercio de cancha y en cada espacio de actividad papeleras en las que depositar pañuelos y cualquier otro material desechable utilizados para la higiene y limpieza del material utilizado. Estas papeleras, una vez terminada la actividad deben ser trasladadas al recinto de contenedores bajo las escaleras y dichos contenedores se limpiarán al menos una vez al día.

5.- MEDIDAS PARA LOS TRABAJADORES DE LAS INSTALACIONES

Es importante garantizar en todo momento la seguridad de los trabajadores frente a las posibles fuentes y zonas de contaminación.

Para ello las medidas preventivas a aplicar son:

- En caso de tener fiebre o síntomas como tos y/o dificultad para respirar, los trabajadores de Zubikoa Kiroldergia se deben quedar en casa, comunicándolo a su responsable y llamando al ambulatorio/teléfono de atención al Covid-19.

- Cada trabajador tiene a su disposición los EPIs obligatorios para su protección individual. Se recomienda usen toallitas desinfectantes para la limpieza de los teléfonos y demás útiles antes y después de su uso.
- En los puestos de trabajo de recepción y atención al público donde no se ha podido garantizar una distancia mínima de seguridad de 1,5 metros se han instalado mamparas protectoras transparentes de metacrilato o similar.
- Evitar la acumulación de personal en la entrada del centro de trabajo mediante el ingreso con un horario escalonado y turnos diversificados.
- Se establece un plan de coordinación que diariamente evaluará y hará seguimiento de las medidas higiénico sanitarias adoptadas para garantizar la seguridad de trabajadores y usuarios y se programaran reuniones frecuentes con el personal para que la información compartida sea unificada y todos actúen bajo el mismo criterio.
- Cada día el trabajador debe llevarse a casa su material dejando libres y limpias las taquillas privadas y zonas comunes.
- Es conveniente que los objetos personales (incluidos los móviles) se dejen un lugar dedicado al efecto (taquilla).
- Evitar, en la medida de lo posible, la utilización de equipos de trabajo de uso común.
- Se recomienda limpiar los uniformes y vestuario laboral diariamente con temperaturas superiores a 60 grados.
- Las reuniones se organizarán en salas, de tal modo que se cumpla con las medidas de seguridad y protección.

6.-CALIDAD DEL AIRE: VENTILACIÓN Y CLIMATIZACIÓN

En cuanto a la calidad del aire, debe atenderse a lo marcado en la legislación vigente, sobre todo en lo referente a los mantenimientos preventivos.

Las acciones recomendables para garantizar la calidad del aire y la ventilación de los lugares son:

- En los edificios que disponen solamente de ventilación natural se maximizará el caudal de ventilación natural abriendo ventanas y puertas. En los aseos esta ventilación natural será ininterrumpida, los 7 días de la semana las 24 horas.

- En relación con las unidades independientes de ventilación, se empezará la ventilación un mínimo de 2 horas antes del inicio de la actividad, manteniéndose durante toda la actividad y se alargará un mínimo de 1 hora después del cierre de la actividad o edificio. La ventilación forzada en los aseos será ininterrumpida, los 7 días de la semana las 24 horas.
- Maximizar la cantidad de aire exterior que aportan las unidades independientes de ventilación y el caudal de aire exterior en las unidades de tratamiento de aire.
- Se comprobará que las descargas de las extracciones estén alejadas de las tomas de aire exterior de ventilación, para evitar recirculaciones del aire de descarga. En caso de estar próximas se interpondrá una barrera para minimizar la recirculación.
- Se recomienda extremar la limpieza y desinfección de equipos como los fan-coils o splits, con una frecuencia semanal.
- Se aconseja mantener la humedad relativa entre el 40 y 60%, rango de humedad que minimiza la presencia de microorganismos.

7.- AULAS DE GIMNASIA

- Se recomienda a los usuarios venir vestidos con ropa deportiva de casa y evitar ducharse en la instalación.
- Todas las actividades que se puedan trasladar al exterior se realizarán al aire libre, garantizando en todo momento el distanciamiento de 1,5 metros entre personas.
- Mantener abiertas, en la medida de lo posible, las puertas de acceso a los espacios deportivos y salas de clases colectivas para minimizar contactos y facilitar la ventilación.
- Garantizar el distanciamiento mínimo de 1,5 metros entre personas mediante la separación de máquinas, el marcado de suelo, la obligatoriedad de usar máquinas alternativas (una en uso y la siguiente no), la vigilancia por parte del personal o cualquier otro método efectivo.
- Limitar el aforo de clases colectivas o grupales, garantizando un espacio mínimo de 2x2 metros por usuario/a, al margen del profesor/a (se recomienda el marcado en el suelo con cinta adhesiva o pintura).
- Ofrecer clases dirigidas a través de plataformas online y/o redes sociales para dar servicio a los usuarios que no puedan acudir por motivos de aforo.
- Los profesionales de entrenamiento personal mantendrán la distancia de 1,5 metros con el cliente, y las actividades de contacto (boxeo, artes marciales...) se programarán evitando los ejercicios que conlleven contacto.

- Obligatoriedad del uso de toalla tanto en las salas de máquinas de fitness como en las salas de actividades dirigidas para protegerse tanto a sí mismos como al equipamiento y las colchonetas.
- Colgadores o perchas para colgar toallas y otros materiales deben utilizarse individualmente y cada uno de ellos separados al menos 1 metro entre sí.

8. RECOMENDACIONES PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS

Las instalaciones a considerar son:

1. Campos de fútbol y rugby. AZKOAGAIN Y LARRAÑA
2. Escenarios polideportivos de uso regulado. ZUBIKOA, LARRAÑA
3. Frontones de uso regulado. ZUBIKOA, LARRAÑA
4. Pistas de tenis y pádel. ZUBIKOA
5. Instalación deportiva urbana, exterior y de libre disposición.

En las instalaciones de control de aforo, el organizador de la sesión será el encargado de controlar las medidas especiales a implantar en cada fase.

En la nueva normalidad, la capacidad de uso deportivo de cada instalación se limitará al sesenta por ciento, tanto para el acceso como para la práctica deportiva.

Se establecerá un sistema de acceso en cada zona para evitar aglomeraciones de personas y cumplir con las medidas de seguridad y protección sanitaria.

Cada colectivo debe cumplir la normativa de higiene establecida, tanto en la higiene personal de las manos como en la higiene del material utilizado.

Utilización coordinada del material deportivo. La distribución corresponde a los colectivos que utilizan este material deportivo. En función de las nuevas necesidades, el mantenimiento de Zubikoa adaptará los almacenes.

En Zubikoa se habilitará una zona de cambio de zapatillas y ropa en cada zona deportiva -no se utilizarán los vestuarios (quien en protocolo decida utilizarlos detallará como hacerlo y se responsabilizará de cumplirlo)- y dispondrán de una papelera para facilitar la limpieza del material utilizado. Cada grupo se

encargará de vaciar estas papeleras.

En la zona de recepción del polideportivo, cuando haga mal tiempo, habrá 7 contenedores para paraguas. Cada equipo se encargará del cubo.

Se recomienda: reducir la duración de las sesiones a 50 minutos para evitar el cruce de grupos y ayudar a ventilar el espacio utilizado. Lo más recomendable y, en la medida de lo posible, es realizar actividades al aire libre.

1. Campos de fútbol de AZKOAGAIN Y LARRAÑA

En la nueva normalidad estará prohibida la práctica de deportes de equipo basados en la interacción en oposición colaborativa en los no federados. En las prácticas federadas de deportes de equipo basadas en la interacción de carácter de oposición colaborativa, se deberá ir desarrollando progresivamente, en pequeños grupos, para llegar a la normalidad en el entrenamiento a medida que pasen las semanas. Siempre que sea posible, se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.

Estas recomendaciones complementan las recomendaciones generales recogidas en la primera parte de este apartado.

1.1 Medidas previas a la ejecución de la actividad.

- Se precintarán los espacios no utilizados: sillas para evitar el uso de gradas.
- Se eliminarán todos los componentes móviles que no se vayan a utilizar.
- Los espacios de trabajo individual se delimitarán mediante conos o similares. Previamente a la sesión se definirán los turnos y espacios específicos para cada persona.
- Se desinfectará el material deportivo colectivo a utilizar.
- Se desinfectará el material individual aportado por cada deportista.
- Se informará expresamente a los deportistas del material individual que deberán aportar: alimentación hidratante, vestuario y todos aquellos otros ingredientes que deban determinarse en función de cada situación.

1.2 Medidas a adoptar durante el desarrollo de la actividad

- 1,5 metros de alejamiento y medidas de protección sanitaria por parte de los responsables técnicos: guantes y mascarillas.
- Se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.
- A medida que se establezcan pequeños grupos y poco a poco vayan pasando las semanas se llegará a la normalidad en el entrenamiento.
- Inicio de la sesión: una vez explicados los objetivos y contenidos de la sesión, se recordarán las medidas higiénico-sanitarias a vigilar.
- Finalización de la sesión: una vez finalizada la evaluación y feedback de la sesión, se valorará junto con los deportistas la eficacia y cumplimiento de las medidas higiénico-sanitarias adoptadas, para determinar las adaptaciones a realizar en la siguiente sesión.

1.3 Medidas de post-actividad

- Todos los componentes que puedan contener todo el material individual y transmitir la enfermedad se introducirán en una bolsa de plástico.
- Se desinfectarán las manos.
- Se desinfectarán los componentes utilizados para que estén listos para el siguiente turno.

1.4 Espectadores en partidos

El Ayuntamiento autoriza a la asociación de Aloñamendi a que los espectadores accedan a ver los partidos. Tendrán preferencia como espectadores los socios de la asociación y podrán acceder hasta un máximo de 250 espectadores, siempre que se adopten medidas preventivas para evitar el COVID-19 correspondiente:

- Los espectadores deben mantener una distancia entre ellos de 1,5m
- Los espectadores deben permanecer inexorablemente sentados.
- La asociación se encargará de controlar el aforo y también la asignación de asientos.
- No es necesario tomar datos personales de los espectadores.

2. Canchas polideportivas de uso regulado de ZUBIKOA/LARRAÑA

En la nueva normalidad estará prohibida la práctica de deportes de equipo basados en la interacción en oposición colaborativa en los no federados. En las prácticas federadas de deportes de equipo basadas en

la interacción de carácter de oposición colaborativa, se deberá ir desarrollando progresivamente, en pequeños grupos, para llegar a la normalidad en el entrenamiento a medida que pasen las semanas. Siempre que sea posible, se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.

Estas recomendaciones complementan las recomendaciones generales recogidas en la primera parte de este apartado.

2.1 Medidas previas a la ejecución de la actividad

- Se precintarán los espacios no utilizados: sillas para evitar que las gradas sean utilizadas.
- Se eliminarán todos los componentes móviles que no se vayan a utilizar.
- Los espacios de trabajo individual se delimitarán mediante conos o similares. Previamente a la sesión se definirán los turnos y espacios específicos para cada persona.
- Se desinfectará el material deportivo colectivo a utilizar.
- Se desinfectará el material individual aportado por cada deportista.
- Se informará expresamente a los deportistas del material individual que deberán aportar: alimentación hidratante, vestuario y todos aquellos otros ingredientes que deban determinarse en función de cada situación.

2.2 Medidas a adoptar durante el desarrollo de la actividad

- Si se trata de una instalación cerrada, la ventilación, tanto natural como mecánica, deberá ser mayor.
- 1,5 metros de alejamiento y medidas de protección sanitaria por parte de los responsables técnicos: guantes y mascarillas.
- Se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.
- A medida que se establezcan pequeños grupos y poco a poco vayan pasando las semanas se llegará a la normalidad en el entrenamiento.
- Inicio de la sesión: una vez explicados los objetivos y contenidos de la sesión, se recordarán las medidas higiénico-sanitarias a vigilar.
- Finalización de la sesión: una vez finalizada la evaluación y feedback de la sesión, se valorará junto con los deportistas la eficacia y cumplimiento de las medidas higiénico-sanitarias adoptadas, para determinar las adaptaciones a realizar en la siguiente sesión.

2.3 Medidas de post-actividad

- Todos los componentes que puedan contener todo el material individual y transmitir la enfermedad se introducirán en una bolsa de plástico.
- Se desinfectarán las manos.
- Se desinfectarán los componentes utilizados para que estén listos para el siguiente turno.

2.4 Espectadores en los partidos.

El Ayuntamiento ha autorizado al club Aloñamendi para que los espectadores puedan ver los partidos. Son un máximo de 69 espectadores los que podrán acceder a las gradas de la cancha verde de Zubikoa siempre que se adopten medidas preventivas para evitar el correspondiente COVID-19:

- Los espectadores deben mantener una distancia de 1,5 m entre sí.
- Los espectadores deben permanecer inexorablemente sentados.
- La Asociación se encargará de controlar la asignación de aforo y asientos.
- No es necesario tomar datos personales del público.

3. Frontones de uso regulado ZUBIKOA/LARRAÑA

En las prácticas no federadas de deportes basadas en la interacción de oposición colaborativa en la nueva normalidad se autorizarán prácticas que puedan realizarse de forma individual o con la participación de dos personas como máximo, excluidas las modalidades por pares, siempre que no exista contacto físico, se garanticen las medidas de seguridad y protección necesarias y se mantenga, en su mayoría, un alejamiento social mínimo de 1,5 metros.

La práctica basada en la interacción de carácter de oposición colaborativa, deberá llevarse a cabo progresivamente en los federados, en pequeños grupos, para llegar a la normalidad en el entrenamiento con el paso de las semanas. Siempre que sea posible, se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.

3.1 Medidas previas a la ejecución de la actividad

- Se precintarán los espacios no utilizados: sillas para evitar que las gradas sean utilizadas.
- Se eliminarán todos los componentes móviles que no se vayan a utilizar.
- Los espacios de trabajo individual se delimitarán mediante conos o similares. Previamente a la sesión se definirán los turnos y espacios específicos para cada persona.

- Se desinfectará el material deportivo colectivo a utilizar.
- Se desinfectará el material individual aportado por cada deportista.
- Se informará expresamente a los deportistas del material individual que deberán aportar: alimentación hidratante, vestuario y todos aquellos otros ingredientes que deban determinarse en función de cada situación.

3.2 Medidas a adoptar durante el desarrollo de la actividad

- Si se trata de una instalación cerrada, la ventilación, tanto natural como mecánica, deberá ser mayor.
- 1,5 metros de alejamiento y medidas de protección sanitaria por parte de los responsables técnicos: guantes y mascarillas.
- Se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad.
- A medida que se establezcan pequeños grupos y poco a poco vayan pasando las semanas se llegará a la normalidad en el entrenamiento.
- Inicio de la sesión: una vez explicados los objetivos y contenidos de la sesión, se recordarán las medidas higiénico-sanitarias a vigilar.
- Finalización de la sesión: una vez finalizada la evaluación y feedback de la sesión, se valorará junto con los deportistas la eficacia y cumplimiento de las medidas higiénico-sanitarias adoptadas, para determinar las adaptaciones a realizar en la siguiente sesión.

3.3 Medidas de post-actividad

- Todos los componentes que puedan contener todo el material individual y transmitir la enfermedad se introducirán en una bolsa de plástico.
- Se desinfectarán las manos.
- Se desinfectarán los componentes utilizados para que estén listos para el siguiente turno.

3.4 Espectadores en los partidos.

El Ayuntamiento ha autorizado al club Aloñamendi para que los espectadores puedan ver los partidos. Son un máximo de 95 espectadores los que podrán acceder a las gradas del frontón de Zubikoa siempre que se adopten medidas preventivas para evitar el correspondiente COVID-19:

- Los espectadores deben mantener una distancia de 1,5 m entre sí.
- Permanecer sentado necesariamente.

- La Asociación se encargará de controlar la asignación de aforo y asientos.
- No es necesario tomar datos personales del público.

4. Pistas de tenis ZUBIKOA

En el caso de las pistas de tenis y pádel, en la práctica deportiva no federada, se permitirán las prácticas que puedan realizarse de forma individual o con la participación de dos personas como máximo, excluidas las modalidades por parejas, siempre y cuando no exista contacto físico, se garanticen las medidas de seguridad y protección necesarias y se mantenga, en su mayoría, un alejamiento social mínimo de 1,5 metros.

La práctica basada en la interacción de carácter de oposición colaborativa, deberá llevarse a cabo progresivamente en los federados, en pequeños grupos, para llegar a la normalidad en el entrenamiento con el paso de las semanas. Siempre que sea posible, se priorizarán aquellos entrenamientos individuales o que permitan mantener una distancia mínima de seguridad. Serán de aplicación las siguientes Normas Generales:

- Desinfección frecuente de las manos.
- Evitar el contacto con los propios ojos, nariz y boca.

4.1 Medidas previas a la ejecución de la actividad

- Diferenciar la hora de inicio (en punto) de las pistas de número doble de la hora de inicio (en la mitad) de las pistas de número impar.
- El inicio de la sesión se retrasará 5 minutos y su final se adelantará otros 5 minutos.

4.2 Medidas a adoptar durante el desarrollo de la actividad

- Los miembros de la pareja deberán informarse mutuamente de cuál va a ir a tocar todas las bolas centrales para garantizar un distanciamiento mínimo de 1,5 metros.
- La práctica deportiva por parejas está permitida. • Se recomienda no alterar la diferencia de pista en los juegos impares del partido.
- No se podrá compartir el material utilizado salvo pelotas. Cada deportista utilizará su pala y ropa. Se prohíbe la cesión de cualquier material.
- Los deportistas utilizarán pelotas nuevas en cada partido.

- Cada deportista utilizará su pala exclusivamente.

En relación a las sesiones docentes:

- Al comienzo y al final de la sesión el alumnado desinfectará sus manos.
- El alumnado guardará una distancia mínima entre sí de 1,5 metros.
- Para la recogida de pelotas se utilizará algún dispositivo (tuberías). No se tocarán las pelotas con las manos. • Los alumnos no tocarán el material de la sesión ni las pelotas. Sólo el profesor recibirá las pelotas.
- Se diseñarán ejercicios que garanticen una distancia mínima entre el alumnado de 1,5 metros. 2.4.3.

Medidas de post-actividad

- Se desinfectarán las manos.
- Se prestará especial atención a las entradas y salidas: quienes hayan abandonado la pista y accedan a la citada pista deberán mantener una distancia mínima.
- El profesor o profesora deberá desinfectar diariamente el material utilizado en las sesiones lectivas (pelota, cubos, tubos de recogida de pelotas, etc.).
- Todos los componentes que puedan contener todo el material individual y transmitir la enfermedad se introducirán en una bolsa de plástico.

5. Instalación deportiva urbana exterior y de libre disposición

Las instalaciones deportivas urbanas, exteriores y de libre disposición, son: skate park, multi basket-futbol, parque bio-saludable, gimnasio urbano exterior, componentes de escalada, parkour, frontones y/o pistas de libre uso, petanca, boleras, etc. Para poder llevar a cabo la práctica deportiva en estos espacios se deberán garantizar todas las medidas higiénico-sanitarias establecidas. Habrá que exigir responsabilidad a la sociedad: cada ciudadano será responsable del uso e higiene de la instalación y deberá cumplir las medidas higiénico-sanitarias establecidas en la fase correspondiente

9. CARTELES INFORMATIVOS

Recomendaciones generales



COVID-19a kutsatzea prebenitzeko higie-neurriak

Medidas de higiene preventivas para evitar el contagio de COVID-19

ARAUAK Normativa

- Kiroldegian sartu eta irten aurretik eskuak gelarekin garbitu. Al entrar y al salir del polideportivo, limpiar las manos con el gel.
- Erabili ondoren, garbitu eta desinfektatu materiala. Limpia y desinfecta el material después de usar.
- Derrigorretikoa da noek bere toaila ekartzea. Es obligatorio que cada uno traiga su toalla.
- Noek bere ura ekarti behar da. Cada uno tendrá que traer su agua.
- Ez elkartrukatu materiala edo ekipamendua aurretik desinfektatu gabeko. No intercambiar material o equipamiento sin antes desinfectarlo.
- Gertu gutxienez 2 metroko tartea. Ezin denean, maskara erabili. Guarda mínimo una distancia de 2 metros. En el caso de no poder, utiliza la mascarilla.
- Gaitzerik bazanude, edo hala zaudela uste baduzu, ez etorri kiroldegia. En el caso de estar enfermo, o creer estarlo, no vengas al polideportivo.
- Kiroldegia langileen jarraibideak bete. Sigue las indicaciones del personal de las instalaciones.

GOMENDIOAK Recomendaciones

- Etor ezazu etetik kintu jantziak jantzi. Ven desde casa vestido con ropa deportiva.
- Kirola egiteko oinetakoak aldatu kiroldegian sartzerakoan. Cambia las zapatillas deportivas al entrar en el polideportivo.
- Dutsa erexean hartu. Duchate en casa.
- Lurrako artileak egiteko noek bere esterilla ekarti behar da. Trae su propia esterilla para hacer la ejercicio de suelo.
- Pertsona kalaberen taldekoa bazara, ez erabili kiroldegia. Si eres una persona del colectivo vulnerable, no utilices el polideportivo.

ZUBIKOA/// Bizi kirola!

Recomendaciones por espacios

IGOGAILUA ERABILTZEKO ARAUDIA

NORMATIVA PARA USAR EL ASCENSOR



LEHENTASUNA EMAN ESKAILERAK ERABILTZEARI.
Utiliza las escaleras de manera prioritaria.



BEHAR DENEAN EDO SALBUESPEN GISA BAKARRIK ERABILI.
Usa únicamente en caso de necesidad o excepcionalmente.



MANDOAK BAKARRIK MANIPULATU ETA KABINAKO GAINAZALAK UKITZEA SAIHESTU.
Manipula solo los mandos y evita tocar las superficies de la cabina.



BANAKA ERABILI.
Utiliza individualmente.

EZ UKITU AURPEGIA ETA GARBITU ESQUAK IGOGAILUA ERABILI ONDOREN.
Evita tocarte la cara y lávate las manos tras utilizar el ascensor.



EGON ATETIK BI METRORA KANPOAN ITXAROTEN DUZUN BITARTEAN.
Mantente a dos metros de la puerta mientras esperas fuera.

IZAN GAITEZEN ARDURATSUAK!

EKINTZA GIDATUETAKO ARAUDIA

NORMATIVA DE LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS



AHAL DEN NEURRIAN, ETXETIK ALDATUTA ETOR ZAITEZ.

En la medida de lo posible ven cambiado/a de casa.



ALDAGELAK ETA DUTXAK ERABILTZE SAIHESTU.

Evita utilizar vestuarios y duchas.



ERABILI ONDOREN, MAKINA GARBITU ETA DESINFECTATU.

Limpia y desinfecta la máquina tras su uso.



GARBITZEAN, ARRETA BEREZIA JARRI AMARRATZE-ELEMENTUETAN.

Al limpiar presta especial atención en los elementos de amarre.



MANTENDU UNEORO 2 METROKO DISTANTZIA.

Mantén en todo momento los 2 metros de distancia.



EZ PARTEKATU UR-BOTILATXORIK EDO BESTELAKO EDARIRIK.

No comparta botellines de agua u otras bebidas.



EZ JARRI HARREMANETAN BESTE ERABILTZAILEEKIN, BEGIRALEEKIN BARNE.

Evita el contacto con otras personas, incluido el monitor.



ARETO OSOA ERABILERA BAKOITZAREN ONDOREN DESINFECTATUKO DA.

La sala completa se desinfectará después de cada uso.

IZAN GAITEZEN ARDURATSUAK!

GIMNASIOKO ARAUDIA

NORMATIVA DEL GIMNASIO



AHAL DEN NEURRIAN, ETXETIK ALDATUTA ETOR ZAITEZ.

En la medida de lo posible ven cambiado/a de casa.



ALDAGELAK ETA DUTXAK ERABILTZE SAIHESTU.

Evita utilizar vestuarios y duchas.



EGONALDI GOMENDATUA: ORDUBETE. BESTEENGAN PENTSATU.

Estancia recomendada: 1 hora. Piensa en los demás personas.



ERABILI ONDOREN, MAKINA GARBITU ETA DESINFECTATU.

Limpia y desinfecta la máquina tras su uso.



MANTENDU UNEORO 2 METROKO DISTANTZIA.

Mantén en todo momento los 2 metros de distancia.



ERRESERBATUTAKO TXANDA ERRESPETATU.

Respeto la cita reservada.



EZ JARRI HARREMANETAN BESTE ERABILTZAILEEKIN, BEGIRALEEKIN BARNE.

Evita el contacto con otras personas, incluido el monitor.



LANGILEEK SARRIAGO DESINFECTATUKO DUTE GUNEA.

El personal desinfectará el espacio con más frecuencia.

IZAN GAITEZEN ARDURATSUAK!

BAINUGELETAKO ARAUDIA

NORMATIVA DE LOS BAÑOS



AHAL DEN NEURRIAN, EZ ERABILI BAINUGELAK.
En la medida que sea posible evita usar los baños..

ERABILERA, AZKARRA ETA ARINA IZAN DADILA.
El uso, que sea rápida y ágil.

BETETA BADAGO, ITXARON KANPOAN SEGURTASUN TARTEA MANTENDUZ.
Si el vestuario está lleno, espere fuera manteniendo la distancia de seguridad.



GARBITU ESKUAK ERABILI ONDOREN.
Evita tocar la cara y lávate las manos tras utilizar el ascensor.

TIRA KOMUNEKO BONBARI ESTALKIA JAITSITA.
Tira de la bomba del WC con la tapa bajada.

IZAN GAITEZEN ARDURATSUAK!

ALDAGELETAKO ARAUDIA

NORMATIVA DE LOS VESTUARIOS



GARBITU ESKUAK MAIZ URAREKIN ETA XABOIAREKIN.
Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón.

AHAL DEN NEURRIAN, ETXETIK ALDATUTA ETOR ZAITEZ.
En la medida de lo posible ven cambiado/a de casa.

ALDAGELA BETETA BADAGO, ITXARON KANPOAN SEGURTASUN TARTEA MANTENDUZ.
Si el vestuario está lleno, espere fuera manteniendo la distancia de seguridad.

ALDATU ZAITEZ BANKUETAN ADIERAZITAKO PUNTUETAN.
Cámbiate en los puntos indicados en los bancos.



ERABILERA, AZKARRA ETA ARINA IZAN DADILA.
El uso, que sea rápida y ágil.

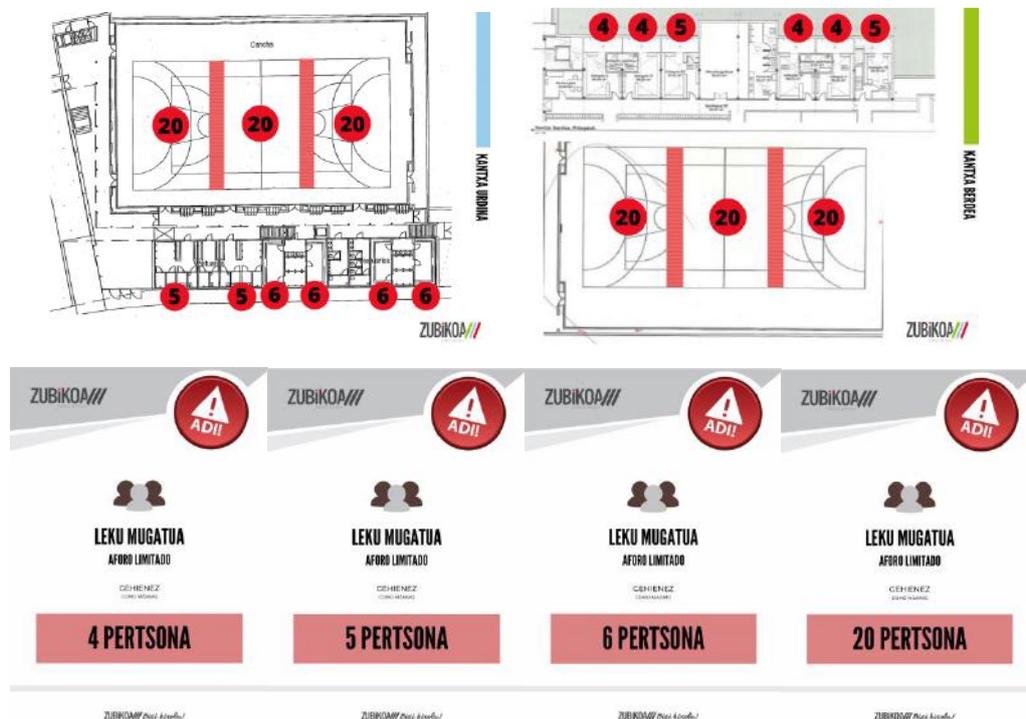
ATEAK ZABALIK MANTENDU.
Mantén las puertas abiertas

LANGILEEK SARRIAGO DESINFEKTATUKO DUTE GUNEA.
El personal desinfectará el espacio con más frecuencia.

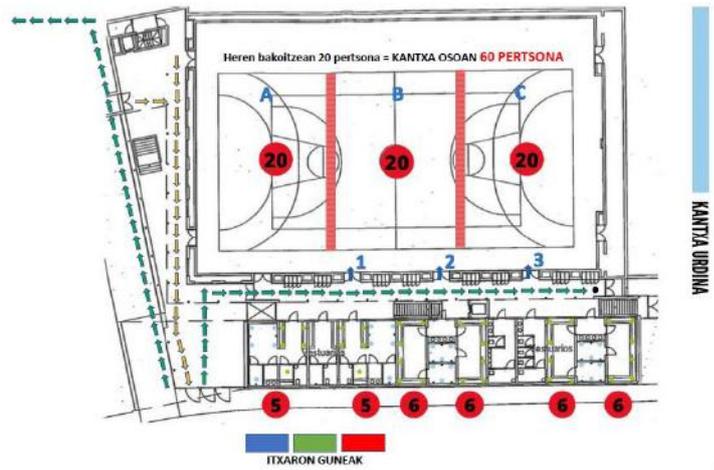
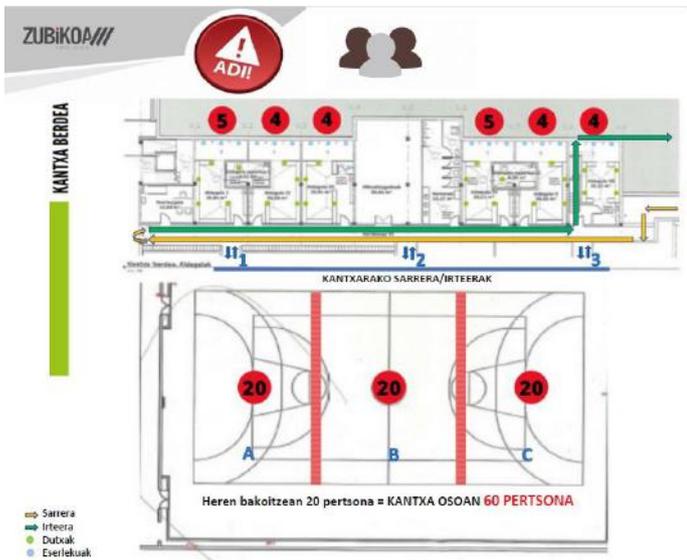
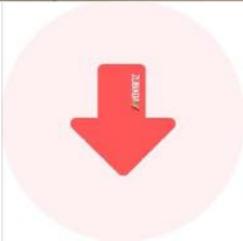
IZAN GAITEZEN ARDURATSUAK!



Aforos



Accesos y circulaciones



Marcaje de graderios



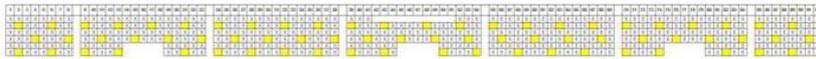
HORRELA, SEGUROAGO
ESKERRIK ASKO

ZUBIKOA///

EZ ESERI

SEGURTASUN TARTEA

ZUBIKOA///



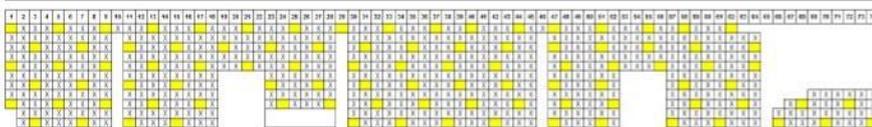
LEKU MUGATUA
AFORO LIMITADO

CEHIENEZ
COMO MÁXIMO

69 ESERLEKU

ZUBIKOA///

KANTXA BERDEKO ARMALAK



LEKU MUGATUA
AFORO LIMITADO

CEHIENEZ
COMO MÁXIMO

95 ESERLEKU

ZUBIKOA///

PILOTALEKUIKO ARMALAK