

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

VUELTA A LA ACTIVIDAD

BERANGO ATLETISMO TALDEA

TEMPORADA 2020-2021

BERANGO A.T. planifica volver a los entrenamientos con los equipos escolares tan pronto como la Diputación Foral de Bizkaia lo permita.

Tenemos la necesidad de comenzar los entrenamientos lo antes posible para que nuestros/as atletas no pierdan su forma deportiva ni su interés por la actividad. Hemos hecho un gran esfuerzo para mantener a los/as atletas motivados/as y en activo, tanto en los seis meses previos a la cuarentena (en los cuales están los meses que no dispusimos de pista de atletismo) como en las actividades que se realizaron online durante ella. El parón de toda actividad durante estos meses ha sido excesivo para los menores, y es imprescindible reanudarla, tanto por la salud de los menores como por la socialización y mejora del sistema inmunitario. No obstante, dicha vuelta al deporte escolar estará protegida con medidas que otorguen una mayor seguridad frente a la pandemia.

Con el objetivo de que nuestros/as atletas vuelvan a la actividad lo más pronto posible, presentamos ciertas medidas de seguridad e higiene imprescindibles para la correcta puesta en práctica de la actividad. Salvaguardando la seguridad de los/as menores y de los/as técnicos/as deportivos/as.

**EL CLUB:**

1. Proveerá la información necesaria a sus atletas y entrenadores/as sobre las medidas de seguridad requeridas para la correcta utilización de la pista y sus alrededores. Informará de la dinámica que se pretende conseguir en las instalaciones de Fadura y de la propia pista de atletismo y las actividades que se llevan a cabo allí.
2. Proveerá del material de protección e higiene necesario tanto a los/as entrenadores/as como a los/as atletas para ser utilizado antes, durante y después del entrenamiento.
3. Requerirá a los/as padres y madres de los/as atletas escolares que firmen un documento mostrandose a favor del protocolo presentado por la Diputación Foral de Bizkaia. Firmar dicho documento será completamente necesario para poder entrenar.
4. Los/as entrenadores/as se presentarán veinte minutos antes de la hora del entrenamiento, para la correcta preparación del material de bienvenida a los/as atletas y la preparación del material que se utilizará en el entrenamiento. Entre sesión y sesión se desinfectará el material utilizado.

**LOS/AS ATLETAS:**

1. Los/as atletas deben presentarse en la pista a la hora que se les ha citado, siendo siempre puntuales. Los padres y madres no podrán acceder a la pista, deberán de dejar a los/as menores en la puerta de acceso a las instalaciones. Los/as entrenadores/as de los/as atletas menores de edad se acercarán a la entrada tanto al principio del entrenamiento como al final de él.
2. Los/as atletas traerán todo su material en una bolsa de deporte amplia, que permita un correcto transporte dentro de las instalaciones.
3. Hasta llegar al lugar establecido para dejar sus pertenencias, cuidará todo el tiempo la distancia de seguridad de 2 metros con otras personas. Ira siempre utilizando la mascarilla. Se actuará de igual forma a la hora de salir de las instalaciones.
4. No habrá vestuarios, por lo que vendrá vestido/a y equipado/a con lo necesario para comenzar la práctica deportiva.
5. El club proporcionará cierto material de higiene, como es el gel desinfectante. No obstante, será completamente necesario que cada atleta traiga su propia mascarilla y una bolsa de tela en la que guardarla durante la actividad deportiva. También deberá traer su propio botellín de agua, previamente rellenado en casa.
6. No podrá salivar o escupir en el suelo.
7. Seguirá las medidas de seguridad que le pida el personal del club y Getxo Kirolak.

**DINÁMICA EN LA INSTALACIÓN DE LA PISTA DE ATLETISMO:**

1. El/la entrenador/a encargado/a organizará la entrada y salida de la pista para llevar a cabo la actividad. Los/as entrenadores/as pasarán a la pista con el material del primer ejercicio listo.
2. Una vez que los/as atletas entren en la instalación de la pista, se higienizarán sus manos con el gel que se encontrará en la entrada. También se limpiarán los pies en una alfombrilla. Se asignará a cada atleta la calle que deberá utilizar.
3. Los/as atletas tendrán una zona específica de entrenamiento, no se podrán cambiar a otra en ningún momento del entrenamiento. Saldrán de ella en orden, cuando el/la entrenador/a se lo indique. Al llegar y salir de la pista lo harán por orden de zonas y respetando las distancias de seguridad.
4. Al abandonar la instalación de la pista de atletismo lo harán por la puerta de salida, en orden de fila y siempre manteniendo la distancia de seguridad de 2 metros entre personas y utilizando la mascarilla. Dejarán su material apoyado en sus pertenencias.
5. Se cumplirá la normativa existen del uso de la instalación deportiva estipulada por GETXO KIROLAK.
6. Se cumplirán las normas presentadas en el protocolo de la Diputación Foral de Bizkaia.

**MATERIAL PROPORCIONADO POR EL CLUB:**

1. Gel desinfectante para manos y para pulverizar el material.
2. Mascarillas para los/as entrenadores/as.
3. Papel desechable para dar a cada atleta.
4. Una mesas, para las puertas de acceso y de salida.
5. Alfombra a la entrada para desinfectar el calzado.

**MATERIAL QUE EL/LA ATLETA DEBERÁ DE TRAER:**

1. Mascarilla y una bolsa de tela en la que poder guardarla.
2. Botellín de agua rellenado previamente en casa.



KIROL-JARDUERARA BUELTATZEKO PROTOKOLOA

BERANGO ATLETISMO TALDEA

2020-2021eko DENBORALDIA

BERANGO Atletismo Taldea talde eskolarren entrenamenduei ekiteko lanean ari da, Bizkaiko Foru Aldundiak baimena eman bezain laster bueltatu ahal izateko.

Eskola-kirola ezinbestekoa da adingabekoentzat, alde batetik, sozializazioa bermatzen duelako, eta bestetik, inmunitate-sistema indartzen laguntzearen bidez euren osasunean ezinbesteko rola betetzen duelako. Osasun-larrialdia hasi zenetik ahalegin handia egin dugu, korrikalariek denboraldian zehar landutako sasoia eta atletismoarekiko duten interesa gal ez zezaten. Osasun-larrialdia hasi zenetik gaur egunera arte igarotako denbora luzeegia dela uste dugu, eta adingabeek kirolean berriro ere hastea ezinbestekotzat jotzen dugu. Hala eta guztiz ere, kirolera segurtasun handienarekin bueltatu ahal izateko, osasun-agintariek ezarritako neurriak bete beharko ditugu, eta baita Bizkaiko Foru Aldundiak aurkeztutako protokoloa ere.

Adingabekoak entrenamenduetara bueltatzeko zenbait segurtasun eta higiene-neurri bete beharko dituzte. Horien bidez, adingabekoen segurtasuna bermatu ahal izango da, eta instalazioetan lan egiten duten pertsonena baita ere.

**KLUBAK:**

1. Instalazioak egoki eta segurtasunez erabiltzeko bete beharreko neurrien berri emango die bai korrikalariei, eta baita klubeko langileei ere.
2. Beharrezko higiene-materiala bermatuko du, korrikalariek eta entrenatzaileek entrenamendu hasieran, bitartean eta amaieran erabil dezaten.
3. Klubak adingabeko korrikalarien gurasoei eskatuko die Bizkaiko Foru Aldundiak aurkeztutako protokoloa sinatzea, protokoloa irakurri dutela eta harekin bat datozela ziurtatzeko. Dokumentu hori sinatzea ezinbestekoa izango da.
4. Entrenatzaileak entrenamendu ordua baino hogei minutu lehenago egongo dira bertan, beharrezko materiala desinfektatu eta prestatuta izateko. Entrenamendu batetik bestera erabilitako materiala desinfektatu egingo da.

**ESKOLA-KIROLEKO ATLETEK EGIN BEHARREKOAK:**

1. Entrenamendu orduetara garaiz heldu beharko dira. Gurasoak ezin izango dira Fadurako instalazioetan sartu, eta, beraz, adingabekoak atean utzi beharko dituzte, eta bertan batu. Entrenatzaileak atera hurbilduko dira, entrenamendu hasieran adingabekoak batzeko, eta amaitzean berriro ere atera eramateko.
2. Atletek beren materiala kiroletako poltsa batean ekarri beharko dute.
3. Instalazio osoan zehar 2 metrotako distantzia gorde beharko du gainontzeko pertsona guztiekin. Musukoa jantzita eraman beharko du.
4. Ez da aldagelarik egongo, eta beraz, etxetik kiroleko arropak jantzita etorri beharko da.
5. Klubak beharrezko higiene-materiala emango du, hala nola gel desinfektatzailea. Hala ere, beharrezkoa izango da nork bere musukoa etxetik ekartzea, eta baita hura gordetzeko oihalezko poltsa bat ere ekartzea, beharrezkoa izango denean bertan gordetzeko. Nork bere ur botila ekarri beharko du, etxetik beteta.
6. Ez du listurik lurrera botako.
7. Getxo Kirolaken segurtasun neurriak jarraitu beharko ditu, eta baita klubeko langileek adierazten dizkionak ere.

**ATLETISMO PISTAN JARRAITU BEHARREKO DINAMIKA:**

1. Entrenatzaileak korrikalarien sarrera eta irteera antolatuko ditu, segurtasun neurriak bermatuz. Entrenatzaileek materiala prest izango dute.
2. Atletek entrenatzeko leku espezifiko bat izango dute, eta bertan egon beharko dira entrenatzaileak kontrakoa adierazi arte. Entrenamendu gunera sartu edo irtetzeko entrenatzailearen aholkuak beteko ditu, eta baita segurtasun distantziak ere.
3. Atletismo pistatik banan-banan sartu eta aterako dira, musukoa jantzita eta 2 metroko distantzia gordeta. Etxetik dakarten materiala beren kirol-poltsan sartuko dute.
4. Fadurako instalazioan Getxo Kirolaken arauak beteko dira.
5. Bizkaiko Foru Aldundiak eskola-kirolerako aurkeztutako protokoloko neurriak beteko dira.

**KLUBAK ESKURAGARRI JARRIKO DUEN MATERIALA:**

1. Gel desinfektatzailea, eskuak eta materiala desinfektatzeko.
2. Entrenatzaileentzako musukoak.
3. Atleta bakoitzarentzako erabili eta botatzeko papera.
4. Sarreran eta irteeran bi mahai kokatuko ditu, biak gelarekin hornituta.
5. Zapatak desinfektatzeko alfonbra.

**ATLETAK EKARRI BEHARREKO MATERIALA:**

1. Musukoa eta musukoa gordetzeko oihalezko poltsatxoa.
2. Ur botila, jada etxetik beteta.