



XUNTA DE GALICIA

PRESIDENCIA

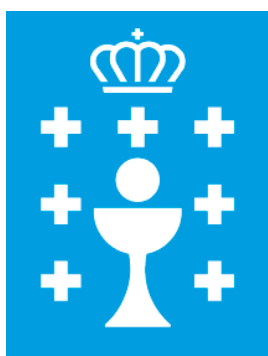
Secretaría Xeral para o Deporte
Servizo de Deportes

Avenida da Habana, 79, 4
32071 Ourense
988 386 050
deportes.ourense@xunta.gal



PROTOCOLO BÁSICO DE ACTUACIÓN
COMPLEJO DEPORTIVO DE MONTERREI
(TRAS A SUPERACIÓN DA FASE III: NOVA NORMALIDADE)

Secretaría Xeral para o Deporte



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Xacobeo 2021



CONTIDO

1.- ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA TRAS A SUPERACIÓN DA FASE III

1.1.- Actividade física e deportiva no Complexo Deportivo de Monterrei.

1.2.- Práctica da actividade deportiva federada de competencia Autonómica

2.- CARACTERÍSTICAS DE USO DAS INSTALACIÓNS

2.1 Espazos dispoñibles

3.- REQUISITOS OBRIGATORIOS DA INSTALACIÓN

3.1.- Material de protección dispoñible para os deportistas

3.2.- Responsable da implantación do protocolo

3.3.- Medidas de hixiene xerais

3.4.- Material sanitario

3.5.- Comprobación do estado e mantemento das instalacións técnicas

4.- CRITERIOS PARA SOLICITAR O USO DAS INSTALACIÓNS

4.1.- Criterios de acceso

4.2.- Medidas de control e seguimento

4.3.- Acceso as instalacións

4.3.1.- Solicitudude previa

4.3.2.- Control de aforo

5.- NORMAS DE USO DAS INSTALACIÓNS

5.1.- Criterios xerais

5.2.- Instalacións específicas

5.2.1.- Tenis





5.2.2.- Padel

5.2.3.- Pista de Atletismo

5.2.4.- Canchas polideportivas

5.2.5.- Espazos ao aire libre

5.2.6.- Piscinas

5.2.7.- Aseos

5.2.8.- Vestiarios

6.- PÚBLICO NAS INSTALACIÓNS

6.1.- Medidas de hixiene para o público

6.2.- Medidas de hixiene de limpeza nas bancadas

7.- TRABALLADORES DAS INSTALACIÓNS

7.1.- Limpeza, hixiene e desinfección

8.- TÁBOA RESUMEN

9.- ANEXO I E ANEXO II

10.- PLANOS DA INSTALACIÓN DEPORTIVA

11.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS





1.- ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA TRAS A SUPERACIÓN DA FASE III

1.1 .-ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA NO COMPLEXO DEPORTIVO DE MONTERREI (CDM).

A práctica da actividade física e deportiva non federada, ao aire libre, poderá realizarse de forma individual ou colectiva, sen contacto físico, e ata un máximo de vinte e cinco persoas de forma simultánea.

Nas instalacións do Complexo Deportivo Monterrei poderase realizar actividade física e deportiva en grupos de ata vinte e cinco persoas, sen contacto físico, e sempre que non se superen os dous terzos da capacidade máxima permitida.

Deberán establecerse as medidas necesarias para procurar manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m ou, na súa falta, a utilización de medidas alternativas de protección física.

Nas instalacións CMD a actividade física e deportiva estará suxeita aos seguintes criterios xerais de uso:

- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material e, se isto non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- As bolsas, mochilas ou efectos persoais só se poderán deixar nos espazos habilitados para ese fin.
- Os deportistas non poderán compartir alimentos, bebidas ou similares.
- Antes de entrar e ao saír do espazo asignado, deberán limparse as mans cos hidroxeles que deberán estar dispoñibles nos espazos habilitados para o efecto.
- Os técnicos, monitores ou adestradores deberán manter a distancia de seguridade interpersoal nas instalacións ou, na súa falta, utilizar máscara.
- Utilizarase a máscara durante o tempo de circulación entre espazos comúns nas instalacións, salvo que se poida garantir a distancia de seguridade interpersoal.

Ademais do cumprimento xeral das medidas de hixiene e prevención establecidas, no caso de que nas instalacións se preste algún tipo de servizo de hostalaría e restauración, a prestación deste axustarase ao previsto nas condicións para a prestación do servizo nos establecementos de hostalaría e restauración.

1.2.- PRÁCTICA DA ACTIVIDADE DEPORTIVA FEDERADA DE COMPETENCIA AUTONÓMICA

A práctica da actividade deportiva federada de competencia autonómica poderá realizarse de forma individual ou colectiva, sen contacto físico, e ata un máximo de 25 persoas simultaneamente incluído o técnico, e sempre que non se superen os dous terzos (2/3) da capacidade máxima permitida no caso dos adestramentos. Non se aplicará este límite nas competicións onde as regras federativas garantan espazos diferenciados para cada equipo.

Sempre que sexa posible, durante a práctica da actividade deportiva deberá manterse a distancia de





1,5m de seguridade interpersoal. Para estes efectos, para a realización de adestramentos e a celebración de competicións, as federacións deportivas galegas deberán dispor dun protocolo, que será aprobado mediante resolución da Secretaría Xeral para o Deporte, no que se identifiquen as situacións potenciais de contaxio, atendendo ás vías recoñecidas polas autoridades sanitarias, e no que se establezan as medidas de tratamento de risco de contaxio adaptadas á casuística.

O dito protocolo será de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e deberá publicarse na páxina web da federación deportiva.

2.- CARACTERÍSTICAS DE USO DAS INSTALACIÓNS

- A práctica da actividade física e deportiva non federada, ao aire libre, poderá realizarse de forma individual ou colectiva, sen contacto físico, e ata un máximo de vinte e cinco persoas de forma simultánea. Sempre que sexa posible, durante a práctica da actividade deportiva deberá manterse a distancia de 1,5 m de seguridade interpersoal.
- Poderá acceder calquera persoa que desexe realizar unha práctica deportiva, incluídos os deportistas de alto nivel, de alto rendemento, profesionais, federados, árbitros ou xuíces e persoal técnico federativo.
- Poderá acceder cos deportistas un adestrador no caso que resulte necesario, circunstancia que deberá acreditar debidamente.
- Días de uso das instalacións Complexo Deportivo Monterrei: De luns a domingo
- Horario da instalación CDM :

Horario de verano: de 09,00 horas a 22,00 horas (de luns a domingo) Abril-October
Horario de inverno: de 09,00 horas a 21,00 horas (de luns a domingo) Novimebre- Marzo
- Tempo de utilización das instalacións: Duración máxima de 2 horas /quenda. En las pistas de tenis y de padel el máximo es de 1 hora/quenda.

2.1 ESPAZOS DISPOÑIBLES

- 4 Pistas de tenis
- 2 Pistas de padel
- 1 Pista de atletismo
- 2 Pistas polideportivas
- Aseos e vestiarios acceso Edificio Principal
- Aseos e vestiarios Pista de Atletismo
- O Resto de espazos ao aire libre

3.- REQUISITOS OBRIGATORIOS DA INSTALACIÓN

3.1.- MATERIAL DE PROTECCIÓN DISPOÑIBLE PARA OS DEPORTISTAS





- Hidroxeles, con dispensador automático.
- Papel desbotable
- Papeleiras con tapa non manuais.

3.2.- RESPONSABLE IMPLANTACIÓN DO PROTOCOLO

Manuel Pérez González.- Xefe de Servizo de Deportes
Teléfono: 988386050

3.3- MEDIDAS DE HIXIENE XERAIS

NORMAS XERAIS

Nas instalacións a actividade física e deportiva estará suxeita aos seguintes criterios xerais de uso:

- Non se permite deixar ningún material persoal ou de adestramento en ningunha das salas ou instalacións non habilitadas ao respecto, de ser así procederase á súa retirada e refugallo.
- As mochilas ou afectos persoais so se poderán deixar nos espazos habilitados para ese efecto (na sala ou instalación que vaian utilizar).
- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material. Se isto non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- Calquera material utilizado para o adestramento/actividade deportiva, terá que ser obrigatoriamente desinfectado tras cada sesión.
- Os deportistas non poderán compartir alimentos, bebidas ou similares. Todos estes produtos terán o nome dos deportistas. No caso de que se deixen nas instalacións, procederase á súa retirada e refugallo.
- Antes de entrar e ao salir do espazo asignado limpar as mans cos hidroxeles que deberá estarán dispoñibles nos espazos habilitados ao efecto.
- Os técnicos, monitores ou adestradores deberán manter a distancia de seguridade interpersoal ou, na súa falta, utilizar máscara.
- Manter abertas, na medida do posible, as portas de acceso e as xanelas para facilitar a ventilación. Evitaranse correntes de aire nun espazo que se estea a utilizar.
- Ao finalizar o uso da máquina, equipamento ou elementos deportivos, limpalos cos produtos desinfectantes existentes obrigatoriamente.
- Utilizarán a máscara durante todo o tempo de circulación entre espazos comúns nas





instalacións, salvo que se poida garantir a distancia do 1,5 metros.

ASEOS

- Cun espazo/usuario inferior a 4 m², a ocupación máxima será dunha persoa salvo naqueles supostos de persoas que poidan precisar asistencia, en cuxo caso tamén se permitirá a utilización polo seu acompañante. Nestas estancias con espazo superior a 4 m²/usuarios a ocupación máxima será do 50% con relación ao número de urinarios.
- Non se poderán utilizar para outro fin que o propio, e polo tempo imprescindible.
- Desbotar os panos ou calquera material desbotable nas papeleiras instaladas.

VESTIARIOS

- Cun espazo/usuario inferior a 4 m², a ocupación máxima será dunha persoa salvo naqueles supostos de persoas que poidan precisar asistencia, en cuxo caso tamén se permitirá a utilización polo seu acompañante. Nestas estancias con espazo superior a 4 m²/usuarios a ocupación máxima será do 50% con relación ao número de cabinas e/ou duchas. Isto implica a necesidade de organizar quendas para o uso dos vestiarios, e na medida en que sexa posible a necesidade de establecer un control de acceso aos vestiarios.
- Non se poderán utilizar para outro fin que o propio, e polo tempo imprescindible.
- Desbotar os panos ou calquera material desbotable nas papeleiras instaladas.
- No vestiario da pista de Atletismo usaranse soamente as duchas nº 1 e 3.
- No vestiario do edificio principal usaranse soamente as duchas nº 1 e 3.

3.4.- MATERIAL SANITARIO

Hai a disposición dos usuarios un botiquín con equipamento básico no edificio de información da instalación.

3.5.- COMPROBACIÓN ESTADO E MANTEMENTO INSTALACIÓNS TÉCNICAS

Con carácter previa á reapertura da instalación, no seu caso, comprobarase que as empresas de mantemento integral ou polos responsables de mantemento da instalación, realizaron as revisións obrigatorias por lei, establecidas nos seus contratos, no período que corresponde, e se non foi así realizalo previamente á apertura (preventivas e correctivas), como poden ser as relativas a:

- Sistemas de control de lexiónela
- Instalación de extracción, ventilación e difusión.





- Instalacións eléctricas de baixa tensión.
- Torres de iluminación das pistas polideportivas

Asemade comprobarase que todas as instalacións técnicas atópanse en perfecto estado de funcionamento e cumprindo a normativa vixente.

4.- CRITERIOS PARA SOLICITAR O USO DAS INSTALACIÓNS

4.1.- CRITERIOS DE ACCESO

O acceso a instalación é libre. Agás aos espazos de prácticas deportivas específicas que necesitan cita previa.

4.2.- MEDIDAS DE CONTROL E SEGUIMIENTO

No caso de que un membro do staff, deportista, etc., teña sintomatoloxía do virus COVID-19, deberá informar de xeito inmediato ao servizo galego de saúde para iniciar o protocolo previsto pola Consellería de Sanidade (<https://www.sergas.es/Saude-publica/Novo-coronavirus-2019-nCoV?idioma=es>). Neste senso, considérase sintomatoloxía do virus COVID-19 un cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros.

En caso de detección dun sospeitoso por COVID-19 no entorno da práctica deportiva, deberán seguir as pautas determinadas polas autoridades sanitarias. A persoa afectada retirárase do grupo e conducírase a outro espazo, facilitándolle unha máscara cirúrxica. Este espazo deberá ser elixido previamente, e debería contar con ventilación adecuada, e unha papeleira de pedal con bolsa, onde tirar a máscara e panos que se poidan desbotar. Contactarase co centro de saúde correspondente á persoa ou co teléfono de referencia (900 400 116), e seguirán as súas instrucións.

Se se percibira gravidade chamarase ao 061. Haberá que realizar unha boa ventilación, limpeza e desinfección deste espazo e do resto das estancias onde estivera a persoa, acorde á situación do risco. Será preciso tamén illar o contedor/papeleira onde se depositaran os panos ou outros produtos usados. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito no lugar onde se determine.

En todo caso, seguiranse en todo momento as recomendacións das autoridades sanitarias.

4.3.- ACCESO INSTALACIÓNS

4.3.1. SOLICITUDE PREVIA

- Nas instalacións específicas concertación de cita previa no teléfono 629576393. Podese requerir a presentación da solicitude previa por parte do deportista segundo modelo (**Anexo I**), ou no





seu caso por o club ou entidade deportiva (**Anexo II**) para a súa aprobación por parte do titular da instalación.

- Os deportistas virán provistos de máscara hixiénica ou cirúrxica. Deberán presentarse na conserxería ou lugar de acceso, para o seu rexistro e verificación de horario e instalación.

4.3.2. CONTROL DE AFORO

A instalación contará cun sistema de control de aforo máximo nas pistas de tenis, pádel, atletismo, e canchas polideportivas.

5.- NORMAS DE USO DAS INSTALACIÓNS

5.1.- CRITERIOS XERAIS

Nas instalacións a actividade física e deportiva estará suxeita aos seguintes criterios xerais de uso:

- Non se permite deixar ningún material persoal ou de adestramento en ningunha das salas ou instalacións non habilitadas ao respecto, de ser así procederase á súa retirada e refugallo.
- As mochilas ou afectos persoais so se poderán deixar nos espazos habilitados para ese efecto (na sala ou instalación que vaian utilizar).
- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material. Se isto non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- Calquera material utilizado para o adestramento/actividade deportiva, terá que ser obrigatoriamente desinfectado tras cada sesión.
- Os deportistas non poderán compartir alimentos, bebidas ou similares. Todos estes produtos terán o nome dos deportistas. No caso de que se deixen nas instalacións, procederase á súa retirada e refugallo.
- Antes de entrar e ao salir do espazo asignado limpar as mans cos hidroxeles que deberá estarán dispoñibles nos espazos habilitados ao efecto.
- Os técnicos, monitores ou adestradores deberán manter a distancia de seguridade interpersoal ou, na súa falta, utilizar máscara.
- Manter abertas, na medida do posible, as portas de acceso e as xanelas para facilitar a ventilación. Evitaranse correntes de aire nun espazo que se esté a utilizar.
- Ao finalizar o uso da máquina, equipamento ou elementos deportivos, limpalos cos produtos desinfectantes existentes obrigatoriamente.
- Utilizarán a máscara durante todo o tempo de circulación entre espazos comúns nas





instalacións, salvo que se poida garantir a distancia do 1,5 metros.

5.2.- INSTALACIÓNS ESPECÍFICAS.

5.2.1.- TENIS

- Aforamento máximo de 4 persoas, mantendo unha distancia recomendable de 1,5 m. x 1,5 m. metros entre persoas.
- Antes de entrar na pista de tenis, limpar as mans cos hidroxelés.
- Os deportistas deberán utilizar máscara nos espazos comúns entre instalacións.
- Os técnicos deberán utilizar obrigatoriamente máscara sempre que non poidan garantir unha distancia mínima de 1,5 metros.
- Todo o material ou roupa dos usuarios deixarase nas zonas habilitadas para iso. (Bancos das pistas).
- Uso individual de botellas de auga ou bebidas isotónicas.
- Ao finalizar a sesión recoller todo o material propio do deportista da pista de tenis.
- Limpar as mans co hidroxel que antes de abandonar o CMD.

5.2.2.- PADEL

- Aforamento máximo de 4 persoas, mantendo unha distancia recomendable de 1,5 m. x 1,5 m. metros entre persoas.
- Antes de entrar na pista de padel, limpar as mans cos hidroxelés .
- Os deportistas deberán utilizar máscara nos espazos comúns entre instalacións.
- Os técnicos deberán utilizar obrigatoriamente máscara sempre que non poidan garantir unha distancia mínima de 1,5 metros.
- Todo o material ou roupa dos usuarios deixarase nas zonas habilitadas para iso. (Bancos das pistas).
- Uso individual de botellas de auga ou bebidas isotónicas.
- Ao finalizar a sesión recoller todo o material propio do deportista da pista de padel.





- Limpar as mans co hidroxel antes de abandonar o CDM.

5.2.3.- PISTA DE ATLETISMO

Horarios:

- *Federados*: (luns a domingo de 9.00 a 22.00 horas)
 - *Non federados individuais*: (luns de 16.00 a 18.00 horas. Mércores e venres de 10.00 a 12.00 horas).
 - *Grupos non federados*: (martes e xoves de 10.00 a 12.00 horas).
-
- Aforo máximo de 75 persoas con aforamentos de máximo de 25 persoas, mantendo unha distancia recomendable de 1,5 m. x 1,5 m. metros entre persoas.
 - Antes de entrar na pista de atletismo, limpar as mans cos hidroxeles que hai na entrada do mesmo, na bancada.
 - Os deportistas deberán utilizar máscara nos espazos comúns entre instalacións.
 - Os técnicos deberán utilizar obrigatoriamente máscara sempre que non poidan garantir unha distancia mínima de 1,5 metros.
 - Todo o material ou roupa dos usuarios deixarase nas bancadas da pista de atletismo, nas zonas habilitadas para iso.
 - Uso individual de botellas de auga ou bebidas isotónicas.
 - Ao finalizar o uso dos diferentes elementos utilizados (valos, anciños, tacos, etc....) limpalos cos produtos desinfectantes existentes na bancada.
 - Ao finalizar a sesión recoller todo o material propio do deportista da pista de atletismo.
 - Limpar as mans co hidroxel que hai na entrada á pista de atletismo, antes de abandonar a instalación.

5.2.4.- CANCHAS POLIDEPORTIVAS

A práctica da actividade deportiva nas canchas polideportivas poderá realizarse de forma individual ou colectiva, sen contacto físico.

Deberán establecerse as medidas necesarias para procurar manter a distancia de seguridade interpersoal ou, na súa falta, a utilización de medidas alternativas de protección física.





- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material e, se isto non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- As bolsas, mochilas ou efectos persoais só se poderán deixar nos espazos habilitados para ese fin (ao lado das porterías, ou ao lado das canastas).
- Os deportistas non poderán compartir alimentos, bebidas ou similares.
- Antes de entrar e ao saír do espazo asignado, deberán limparse as mans cos hidroxeles que deberán estar dispoñibles nos espazos habilitados para o efecto.
- Os técnicos, monitores ou adestradores deberán manter a distancia de seguridade interpersonal nas instalacións ou, na súa falta, utilizar máscara.
- Utilizarase a máscara durante o tempo de circulación entre espazos comúns nas instalacións, salvo que se poida garantir a distancia de seguridade interpersonal.

5.2.5.- ESPAZOS AO AIRE LIBRE

A práctica da actividade física e deportiva non federada, ao aire libre, poderá realizarse de forma individual ou colectiva, sen contacto físico, e ata un máximo de vinte e cinco persoas de forma simultánea.

Nas instalacións do CMD poderase realizar actividade deportiva en grupos de ata vinte e cinco persoas, sen contacto físico, e sempre que non se superen os dous terzos da capacidade máxima permitida.

Deberán establecerse as medidas necesarias para procurar manter a distancia de seguridade interpersonal ou, na súa falta, a utilización de medidas alternativas de protección física.

Nas instalacións CMD a actividade física e deportiva estará suxeita aos seguintes criterios xerais de uso:

- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material e, se isto non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- As bolsas, mochilas ou efectos persoais, ao tratarse dun espazo aberto deberán ser custodiados polos usuarios.
- Os deportistas non poderán compartir alimentos, bebidas ou similares.
- Antes de entrar e ao saír do espazo asignado, deberán limparse as mans cos hidroxeles que deberán estar dispoñibles nos espazos habilitados para o efecto.





- Os técnicos, monitores ou adestradores deberán manter a distancia de seguridade interpersonal nas instalacións ou, na súa falta, utilizar máscara.

5.2.6.- PISCINAS

- Consultar Protocolo COVID-19 propio da instalación.

5.2.7- ASEOS

- Cun espazo/usuario inferior a 4 m², a ocupación máxima será dunha persoa salvo naqueles supostos de persoas que poidan precisar asistencia, en cuxo caso tamén se permitirá a utilización polo seu acompañante. Nestas estancias con espazo superior a 4 m²/usuarios a ocupación máxima será do 50% con relación ao número de urinarios.
- Non se poderán utilizar para outro fin que o propio, e polo tempo imprescindible.
- Desbotar os panos ou calquera material desbotable nas papeleiras instaladas.

5.2.8.- VESTIARIOS

Cun espazo/usuario inferior a 4 m², a ocupación máxima será dunha persoa salvo naqueles supostos de persoas que poidan precisar asistencia, en cuxo caso tamén se permitirá a utilización polo seu acompañante. Nestas estancias con espazo superior a 4 m²/usuarios a ocupación máxima será do 50% con relación ao número de cabinas e/ou duchas. Isto implica a necesidade de organizar quendas para o uso dos vestiarios, e na medida en que sexa posible a necesidade de establecer un control de acceso aos vestiarios.

- Non se poderán utilizar para outro fin que o propio, e polo tempo imprescindible.
- Desbotar os panos ou calquera material desbotable nas papeleiras instaladas.
- No vestiario da pista de Atletismo usaranse soamente as duchas nº 1 e 3.
- No vestiario do edificio principal usaranse soamente as duchas nº 1 e 3.

6.- PÚBLICO NAS INSTALACIÓNS

No relativo á presenza de público nas instalacións deportivas estarase ao disposto en cada momento polas autoridades competentes.

Con carácter xeral o aforo estará limitado a un máximo do 75% da capacidade da instalación, cun límite máximo de 1.000 persoas en instalacións ao aire libre, sempre que se poida garantir a debida distancia social (1,5 metros).





En todo caso, o público deberá permanecer sentado e manter a debida distancia física interpersoal ou utilizar máscara.

6.1.- MEDIDAS HIXIENE PARA O PÚBLICO

- Manter o distanciamento social de 1,5 metros.
- Reforzar as medidas de hixiene persoal a través de carteis e sinalización que fomenta as medidas de hixiene:
 - A hixiene de mans
 - Uso de máscara
 - Medidas de hixiene respiratoria:
- Ao tusir ou esbirrar, taparse a boca e nariz cun pano e desbotalo a un cubo de lixo con tapa e pedal. Se non se dispón de panos, empregar a parte interna do cóbado para non contaminar as mans.

6.2.- MEDIDAS HIXIENE LIMPEZA BANCADAS

A limpeza e desinfección das bancadas, así como doutras zonas habilitadas para o público, farase de acordo coa política de limpeza e desinfección deste protocolo (punto 3.3 medidas de hixiene xeral), extremándose as medidas de hixiene e reforzando o conxunto de puntos críticos (butacas, varandas, pasamáns, etc.).

7.- TRABALLADORES DAS INSTALACIÓNS

7.1.- LIMPEZA E HIXIENE

- Colocar unha cartelaría en lugar visible na instalación para informar e lembrar aos usuarios e traballadores a obrigaçión de cumprir as medidas de hixiene e protección establecidas pola autoridade sanitaria contra a Covid-19.
- Reforzar e intensificar os servizos de limpeza das instalacións, especialmente despois de cada quenda de uso dos deportistas, garantindo unha limpeza e desinfección permanente das instalacións durante o período de apertura ao público.
- Utilizaranse desinfectantes como dilucións de lixivia (1:50) recentemente preparada ou calquera dos desinfectantes con actividade virucida que se atopan no mercado e que foron autorizados e rexistrados polo Ministerio de Sanidade. No uso dese produto respectaranse as indicacións da



etiqueta.

- Tras cada limpeza, os materiais empregados e os equipos de protección utilizados refugaranse de forma segura, procedéndose posteriormente ao lavado de mans.
- Farase especial fincapé na frecuencia de limpeza e desinfección de superficies de alto contacto, como a recepción, os mostradores, o material de adestramento, as máquinas, as varandas, os pomos, os pulsadores, así como en todos os elementos de uso recorrente.
- Deberanse realizar tarefas de ventilación periódica das instalacións e, como mínimo, de forma diaria e por espazo de cinco minutos.
- Seguir o horario de quedas de traballo estipulado, segundo uso da instalación; e anotación nas follas de control do realizado e tempo utilizado.
- Lavado frecuente de mans por parte dos traballadores durante a estancia nas instalacións.
- Asegurar a reposición permanente de xabón nos dosificadores dos lavabos e aseos para facilitar e garantir o lavado de mans dos traballadores e colaboradores da instalación.
- Instalación de estacións de limpeza e desinfección en todos os espazos deportivos interiores e aseos, para facilitar a limpeza e desinfección do equipamento, os bancos, etc..., por parte dos usuarios, antes e despois de cada uso, complementario ao servizo de limpeza de cada estancia utilizada. Ditas estacións de limpeza e desinfección disporán do seguinte material e produto: un pulverizador desinfectante ou dispensador de xel desinfectante de mans, e dispensadores de papel cunha papeleira non manual para depositar os desfeitos.
- Incrementar a frecuencia de revisión de papeleiras e retirada de residuos.
- No caso de que se empreguen uniformes ou roupa de traballo, procederase ao lavado e desinfección diaria dos mesmos, debendo lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 e 90 graos centígrados. Naqueles casos nos que non se utilice uniforme ou roupa de traballo, as pezas utilizadas polos traballadores en contacto con clientes, visitantes ou usuarios, tamén deberán lavarse nas condicións sinaladas anteriormente.
- Material de protección para todo o persoal da Instalación deportiva. A modo orientativo:
 - Máscaras hixiénicas ou cirúrxicas.
 - Luvas de nitrilo (para hixiene das mans en actividades concretas. Non para utilización rutinaria).
 - Dispensadores de hidroxel



- No caso de que a instalación conte con persoal sanitario material de protección, a modo orientativo:
- Máscaras FFP2 (recomendable para o caso de intervir ante un caso con sintomatoloxía suxestiva de infección COVID-19).
- Luvas de protección.
- Batas impermeables.
- Protección ocular (recomendable para o caso de intervir ante un caso con sintomatoloxía suxestiva de infección COVID-19).





8.- TÁBOA RESUMEN

SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE - COMPLEXO DEPORTIVO MONTERREI			
ACTIVIDADE	LUGARES	QUENDAS DEPORTISTAS	MEDIDAS DOS DEPORTISTAS
Entrada ao Centro	Tres portas de acceso instalación	Individual	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Desinfección do deportista. Comprobación medidas seguridade. Rexistro no libro de incidencias. Acceder coa roupa de adestramento.
Adestramento	Tenis	Máx. 4 por quenda	Utilizaranse máscara, sempre que sexa posible. Está permitido o uso de vestiarios / duchas. Cambiarase na propia sala - espazo de adestramento de ser necesario. Separación interpersoal entre deportistas máximo que permita a propia práctica deportiva. (mín. 1,5 m. x 1,5 m.). Adestrador separación interpersoal mínima de 1,5 m. e con máscara sempre. O deportista traerá o seu propio material. Non está permitido compartir ningún material. Non compartir bebidas, alimentos, etc... Non se permite presenza de medios de comunicación. Desinfección obrigatorio de todo o material utilizado despois do uso.
	Pádel	Máx. 4 por quenda	
	Pista de atletismo	Máx. 25 por quenda. Aforo máximo 75.	
	Canchas polideportivas	Máx. 25 por quenda	
	Espazo Aire libre	Máx. 25 por grupo	
	Piscinas (so uso recreativo)	Máx. 75 % aforo	
	Aseos	< 4m ² máx. 1 per. > 4m ² 50% aforo	Polo tempo imprescindible.
	Vestiarios	< 4m ² máx. 1 per. > 4m ² 50% aforo	Polo tempo imprescindible.
	Duchas	< 4m ² máx. 1 per. > 4m ² 50% aforo	Polo tempo imprescindible.
Fin adestramento / actividade		Individual	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Todo material persoal recollido non se poderá deixar no Centro. Ao saír da sala, usar xeles hidroalcohólicos e colocarse material de protección para circular polos espazos comúns das





			instalacións.
Saída do Centro		Individual	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Rexistro no libro de incidencias.
SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE - COMPLEXO DEPORTIVO MONTERREI			
ACTIVIDADE	LUGARES	AFORO PÚBLICO	MEDIDAS DO PÚBLICO
Entrada do Centro	Tres portas de acceso instalación	Individual	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Máscara. Usar xeles hidroalcohólicos para as máns.
Espazos	Pista de atletismo grada.	75% cun límite de 1.000 persoas	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Máscara. Usar xeles hidroalcohólicos para as máns.
	Aseos	< 4m2 máx 1 per. > 4m2 50% aforo	Polo tempo imprescindible.
Saída do Centro		Individual	Separación interpersoal mínima de 1,5 m. Máscara.

9.- ANEXO I (MODELO SOLICITUDE-DEPORTISTA)- ANEXO II (MODELO DE SOLICITUDE DE CLUBE/ENTIDADE DEPORTIVA OU DE OUTRO TIPO



**ANEXO I : SOLICITUDE UTILIZACIÓN DAS INSTALACIÓNS****DATOS DO/DÁ USUARIO**

Apelidos		Nome	Data de nacemento
DNI	Teléfono	Teléfono móbil	Correo electrónico (obrigatorio)

DATOS DEPORTIVOS E DO TÉCNICO RESPONSABLE DO ADESTRAMENTO OU DA PRÁCTICA DEPORTIVA

Acompañará aos deportistas: SI NON

Modalidade deportiva:	Especialidade:	Nº deportistas
Técnico deportivo responsable:	Teléfono do técnico deportivo:	Correo electrónico do técnico deportivo:

INSTALACIÓNS DEPORTIVAS QUE SE PODEN SOLICITAR**Si cúmprense cos requisitos para elo.*

INSTALACIÓN	Días da semana	Horario (máx.2 h.)
Pista de atletismo	L Me V	
Pista de tenis	L M Me X V S D	
Pista de padel	L M Me X V S D	
Pista Polideportiva 1	L M Me X V S D	
Pista Polideportiva 2	L M Me X V S D	
Espacios al aire libre	L M Me X V S D	

Meses: _____

DECLARA:

- Que coñece o protocolo de volta á actividade deportiva neste Complexo e o seu compromiso ao seu cumprimento de forma exhaustiva.
 - Así mesmo declaro que accederéi ás instalacións coas medidas de protección (máscara) e que a utilizarei sempre que a práctica deportiva permítalo, e que cumprirei as normas de utilización das instalacións que marca o protocolo do Complexo para cada un dos espazos.
 - Declara que, a pesar da existencia dun protocolo de volta á actividade, é consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva en espazos comúns con outras deportistas nunha situación pandémica como a actual.
 - Declaro que non padecín ningún síntoma Covid-19 nos últimos 14 días:
 - Febre / Cansazo / Tose seca / Dificultades para respirar.
 - Que non estiven en contacto con ningunha persoa que dea positivo en Covid-19 nos últimos 15 días.
- A sinatura acredita estar conforme, e a aceptación das normas de utilización das instalacións do CDM.

En Pereiro de Aguiar (Ourense), _____ de _____ de 20____

(sinatura) O / A Usuario

**ANEXO II: SOLICITUDE UTILIZACIÓN DAS INSTALACIÓNS****DATOS DO CLUBE/ENTIDADE DEPORTIVA/ENTIDADE DE OUTRO TIPO**

<i>Nome</i>		<i>CIF</i>
<i>DATOS DA PERSOA REPRESENTANTE</i>	<i>Teléfono móbil</i>	<i>Correo electrónico (obrigatorio)</i>

DATOS DEPORTIVOS E DO TÉCNICO RESPONSABLE DO ADESTRAMENTO OU DA PRÁCTICA DEPORTIVA

Acompañará aos deportistas: SI NON

<i>Modalidade deportiva</i>	<i>Especialidade</i>	<i>Nº deportistas</i>
<i>Técnico deportivo responsable:</i>	<i>Teléfono do técnico deportivo:</i>	<i>Correo electrónico do técnico deportivo</i>

INSTALACIÓNS DEPORTIVAS QUE SE PODEN SOLICITAR**Si cúmprense cos requisitos para elo.*

INSTALACIÓN	Días da semana	Horario (máx.2 h.)
Pista de atletismo	M X	
Pista de tenis	L M Me X V S D	
Pista de padel	L M Me X V S D	
Pista Polideportiva 1	L M Me X V S D	
Pista Polideportiva 2	L M Me X V S D	
Espacios al aire libre	L M Me X V S D	

Meses: _____

DECLARA:

- Que coñece o protocolo de volta á actividade deportiva neste Complexo e o seu compromiso ao seu cumprimento de forma exhaustiva.
 - Así mesmo declaro que accederé ás instalacións coas medidas de protección (máscara) e que a utilizarei sempre que a práctica deportiva permita, e que cumprirei as normas de utilización das instalacións que marca o protocolo do Complexo para cada un dos espazos.
 - Declara que, a pesar da existencia dun protocolo de volta á actividade, é consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva en espazos comúns con outras deportistas nunha situación pandémica como a actual.
 - Declaro que non padecín ningún síntoma Covid-19 nos últimos 14 días:
 - Febre / Cansazo / Tose seca / Dificultades para respirar.
 - Que non estiven en contacto con ningunha persoa que dea positivo en Covid-19 nos últimos 15 días.
- A sinatura acredita estar conforme, e a aceptación das normas de utilización das instalacións do CDM.

En Pereiro de Aguiar (Ourense), _____ de _____ de 20____

(sinatura) O / A Usuario



10.- PLANOS DA INSTALACIÓN DEPORTIVA

Os planos da instalación están a disposición do público no *Servizo Provincial de Deportes*. Edificio Administrativo da Xunta de Galicia na Avenida da Habana, 79-4º 32004 Ourense.

11.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

O presente protocolo elaborouse dende O Servizo de Deportes de Ourense (Secretaría Xeral para o Deporte de Deporte co obxectivo de establecer un protocolo referencia do CMD.

Trátase dun protocolo fundamentado nos seguintes documentos e normas:

- Resolución de 4 de mayo de 2020, de la Presidencia del Consello Superior de Deportes, por la que se aprueba y publica el Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones federadas y profesionales.

<https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/202005/CSD.%20GTID.%20Protocolo%20sanitario%20para%20el%20deporte..pdf>

- Real Decreto 555/2020, do 5 de xuño, polo que se prorroga o estado de alarma declarado polo Real Decreto 463/2020, do 14 de marzo, polo que se declara o estado de alarma para a xestión da situación de crise sanitaria ocasionada pola COVID-19.

<https://www.boe.es/boe/dias/2020/06/06/pdfs/BOE-A-2020-5767.pdf>

- Real Decreto–lei 21/2020, de 9 de xuño, de medidas urxentes de prevención, contención e coordinación para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19.

<https://boe.es/boe/dias/2020/06/10/pdfs/BOE-A-2020-5895.pdf>

- Resolución da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta de Galicia, do 12 de xuño de 2020, sobre medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada polo COVID-19, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2020/20200613/AnuncioC3K1-120620-1_gl.pdf

- Decreto 90/2020, do 13 de xuño polo que se declara a superación da fase III do Plan para a desescalada das medidas extraordinarias adoptadas para facer fronte á pandemia do COVID-19, aprobado mediante o Acordo do Consello de Ministros do 28 de abril de 2020 e, polo tanto, a entrada na nova normalidade, con efectos desde as 00.00 horas do día 15 de xuño de 2020.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/excepcional/2020/20200613/2335/AnuncioC3B0-130620-1_gl.pdf

- “Guía de reincorporación á práctica deportiva no deporte de competición”, da SEMED e CGCOM, de 1 de maio de 2020

http://www.femede.es/documentos/Guia_reincorporacion_deporte-05.pdf

- Medidas hixiénicas para a prevención de contaxios do COVID-19.

<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos>





XUNTA DE GALICIA

PRESIDENCIA

Secretaría Xeral para o Deporte
Servizo de Deportes

Avenida da Habana, 79, 4
32071 Ourense
988 386 050
deportes.ourense@xunta.gal



[/Medidas higienicas COVID-19.pdf](#)

