

CLUB *De* MAR



CLUB DE MAR- MALLORCA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

NORMAS EXTRAORDINARIAS PARA LOS CURSOS Y ENTRENAMIENTOS DURANTE LA TEMPORADA DE VERANO DE 2020

1. GENERAL/ ANTECEDENTES

La epidemia de Covid-19 ha motivado el cese de las actividades deportivas del club durante un apreciable período de tiempo.

Las circunstancias actuales (retroceso de la pandemia y levantamiento de las restricciones impuestas a los movimientos y actividades) permiten reanudar algunas de nuestras actividades habituales, pero adoptando una serie de medidas extraordinarias que prevengan a nuestro personal, instructores y deportistas de un posible contagio.

Por ello y, **manteniendo en lo posible lo que son NORMAS GENERALES del Club** en este departamento, se seguirán para este verano las siguientes **NORMAS EXTRAORDINARIAS**.

2. ACTIVIDADES A REALIZAR

- a) Escuelas: Cursos Polideportivos.
- b) Entrenamientos de los equipos oficiales de Vela y Piragüismo.
- c) Entrenamientos individuales de los componentes de la Flota de Piragüismo.
- d) Eventualmente, asistencia a competiciones.



3. FECHAS

En principio, desde el 29 de junio al 28 de agosto.

Se estudiará, en su momento, una posible prolongación.

4. CALENDARIO Y HORARIOS

a) **Escuela (PDP):** lunes a viernes 0930 a 1400

b) **Entrenamiento Equipo de Vela (EV):** lunes, miércoles y jueves, de 1330 a 1730

c) **Entrenamiento Equipo y Flota de Piragüismo:** lunes a viernes en dos turnos:

Primer turno (P1): 1545- 1745

Segundo turno (P2): 1800- 2000

d) Horario detallado

Se establecerá en su momento, procurando que no coincidan en tierra grupos distintos

5. GRUPOS

a) Escuela: Entre 10 y 20 alumnos

Se dividirán diariamente en tres subgrupos que, practicarán una de las tres actividades (vela, piragüismo, SUP). La composición de los subgrupos no cambiará durante la semana.

b) Equipo de Vela: Máximo de 9 regatistas

c) Grupos de Piragüismo:

- Equipo oficial: Máximo de 10 palistas
- Flota: Hasta completar un máximo de 20 palistas por grupo.
- **Los piragüistas de Flota realizarán entrenamiento individual autónomo, en el horario que les corresponda según el horario que corresponda al grupo en que se integren (P1 o P2).**

6. INSTRUCTORES

Coordinador: Gonzalo Roig

Cursos Polideportivos: Ginés Cerdán, Marcos Plomer y Giselle Corte.

Equipo de Vela: Marcos Plomer.

Equipo y Flota Piragüismo: Ginés Cerdán y Giselle Corte.

(Horarios a coordinar con Departamento de Personal)

7. INSTALACIONES

a) **Can Bárbara:**

- Salida y llegada de alumnos y deportistas
- Reuniones y clases teóricas
- Estiba, botadura y varada de material de piragüismo y SUP

b) Muelle 30

- Estiba, botadura y varada de embarcaciones de vela

c) Dársena interior Club

Embarcaciones neumáticas

d) Aislamiento posibles casos

Se habilitará un espacio aislado exterior en Can Barbará.

8. MATERIAL NECESARIO

a) Escuela

3/4 Optimist, 3 Laser Pico, 1 Gamba, 6 K1/ K2, 6 tablas SUP

b) Equipos y flotas

El propio e el asignado a cada deportista

- 3 Optimist

- 6 Laser 4.7

- K1/ K2 (en función asistentes)

c) 4 Neumáticas

9. PRECAUCIONES ESPECIALES POR COVID- 19

9.1. Instalaciones

a) Debe disponerse de un local donde aislar a un deportista si, durante la actividad, presenta síntoma de CV

- b) El acceso a las instalaciones de Can Barbará será por una única entrada
- c) El interior del edificio de Can Barbará será desinfectado antes de comenzar la actividad de verano y, todos los días de actividad a primera hora.
- d) Los aseos lo serán tres veces al día.
- e) En todo caso, todas las reuniones o clases se realizarán en el exterior.
- f) Debe disponerse de un espacio o local donde los alumnos/ deportistas puedan depositar las prendas complementarias.
- g) Igualmente, se dispondrá un lugar para depósito de los chalecos salvavidas.
- h) Las zonas de preparación de embarcaciones estarán perfectamente acotadas y no se permitirá la estancia en las mismas de personal ajeno a la actividad.
- i) Se colocarán carteles en Can Barbará, con instrucciones y avisos con respecto al CV-19.

9.2. Material

- a) Las embarcaciones a utilizar serán desinfectadas diariamente, antes de salir a la mar-
- b) A su regreso, serán lavadas cuidadosamente con agua dulce. especialmente cubierta y, aparejos en su caso.
Se Incluirá en la limpieza timones, orzas, cañas y palas.
- c) Los participantes en las prácticas deportivas tendrán asignada una embarcación concreta que no podrán cambiar en ningún momento.

- d) Los Instructores no deberán compartir, en lo posible, herramientas, ordenadores y otros utensilios. En todo caso, deberán desinfectarse al cambiar de usuario.

9. 3. Equipo personal

- a) Los deportistas deberán acceder al Club con mascarilla propia.
- b) Deberán acudir ya equipados para salir a navegar y con el mínimo posible de prendas complementarias.
- c) Les será asignado un mismo chaleco salvavidas para todo el período de prácticas deportivas.

Los chalecos de Escuela serán desinfectados antes de empezar cada curso

Los chalecos deberán ser lavado con agua dulce al regreso de la mar.

- d) No se podrá efectuar ningún intercambio de prendas.
- e) No se podrá traer al club comida ni bebida, únicamente agua en botella personal marcada.

9. 4. Conducta a seguir por los deportistas

- a) Antes de salir de su domicilio, se les deberá tomar la temperatura que no debe pasar de 37,5°. En caso contrario no podrá acudir al club.
- b) Si se da ese caso, se debe avisar inmediatamente al club.
- c) A la entrada del Club les será tomada de nuevo la temperatura, con la misma limitación.

- d) En tierra, deberán utilizar siempre la mascarilla y respetar la distancia de seguridad mínima de 1,5m. entre personas.
- e) Deberán efectuar lavado de manos, como mínimo a su llegada al Club, al ir al baño, al volver de navegar y antes de abandonar las instalaciones.
- f) En la mar, la distancia entre embarcaciones será de un mínimo de 10 m. en vela y 2 m. en kayak.
- g) Se utilizarán los aseos lo menos posible y, siempre, como indiquen los instructores.

9.5. Instructores

- a) Antes de incorporarse, deberán realizar el cuestionario de salud que proporciona el servicio de prevención de riesgos laborales.
- b) En lo posible, deberán llegar al club equipados para trabajar y minimizar cambios de ropa.
- c) Su llegada al Club será por el acceso normal para, a continuación, llevar las embarcaciones neumáticas a Can Barbará.
- c) Efectuarán toma de temperatura al llegar al Club (37º5)
- d) No deberán compartir prendas de ropa ni chaleco salvavidas.
- e) En tierra, deberán utilizar mascarillas.
- f) Cada Instructor tendrá asignado un grupo. Si cambia de grupo durante la actividad (cursos PLD) deberá efectuar protocolo de desinfección.

9.6. Varios

a) Cursos Polideportivos

Una vez confirmada la inscripción para un **curso**, el Coordinador de Actividades Deportivas (CAD) enviará enviarse a los padres o tutores del alumno inscrito la carta del ANEXO A.

b) Entrenamientos

Antes de empezar los **entrenamientos**, se enviará a los padres o tutores de quienes sean menores de edad el documento del ANEXO B (que figura en la web) que, deberá ser devuelto firmado.

c) Normas para alumnos

Al comenzar cada curso, se explicarán a los alumnos y deportistas las Normas especiales para alumnos del ANEXO C.

d) En caso de aparición de síntomas de Covid-19 durante la actividad, la persona afectada será inmediatamente aislada y se dará aviso al Departamento de Seguridad del club y a los responsables familiares del deportista afectado.

e) Se deberán archivar durante un mes, al menos, los registros de temperaturas.

f) Se procurará que la distancia en tierra entre barcos sea de, al menos, un metro. En lo posible, en las embarcaciones en tierra se trabajará por la banda de babor.

g) No deberán coincidir en tierra los grupos que se formen (PLD, EV, P1 y P2).

9.7. Competiciones

En el caso de que las Federaciones correspondientes autorizasen la reanudación de las competiciones, se estudiaría por parte del Club la posibilidad de asistencia de sus equipos a las mismas y, en su caso, las condiciones para ello.

Medidas especiales de prevención del Coronavirus.

- Tomar a los alumnos la temperatura antes de salir de casa. Si es superior a 37º5 no deben acudir al curso. Avisar al Club en dicho caso.
- Igualmente, lavarse las manos antes de salir de casa.
- Deben acudir provistos de mascarilla.
- Traer al club la menor ropa posible. No traer comida.
- El Club ha preparado un protocolo de actuación contra el CV- 19 que, les será explicado a los alumnos a su llegada y que puede consultarse en la web.

Les recordamos que, opcionalmente, pueden contratar aún el **seguro de la Federación Balear de Vela (licencia federativa)**, que cubre accidentes y lesiones, **por 8,00 €**, válido para el año actual (2020).

En cualquier caso, estamos a su disposición para cualquier duda o consejo que podamos darle.

Gonzalo Roig Maura

Coordinador de Actividades Deportivas”

ANEXO B

DOCUMENTO DE INFORME Y COMPROMISO PARA RESPONSABLES DE DEPORTISTAS

“CLUB DE MAR- MALLORCA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MEDIDAS ESTABLECIDAS POR EL CLUB PARA LA PREVENCIÓN DEL
CONTAGIO DEL COVID- 19 EN LAS PRACTICAS DEPORTIVAS A REALIZAR EN
SUS INSTALACIONES

1. INSTALACIONES

- a) El acceso a las instalaciones será por una única entrada, en las dependencias del Club de la dársena de Can Barbará.
- b) Los locales cerrados que puedan ser utilizados, serán desinfectados diariamente.
- c) Los aseos lo serán tres veces al día.
- d) Estará preparado un espacio reservado para posible aislamiento de alguna persona.

2. MATERIAL

- a) Las embarcaciones a utilizar serán desinfectadas diariamente, antes de salir a la mar y a su regreso, especialmente cubierta y, aparejos en su caso.
- b) El Club dispone de mascarillas para eventual utilización por los deportistas.

c) Los participantes en las prácticas deportivas tendrán asignada una embarcación concreta que no podrán cambiar en ningún momento.

3. EQUIPO PERSONAL

a) Los deportistas deberán acceder al Club con mascarilla propia.

b) Deberán acudir ya equipados para salir a navegar y con el mínimo posible de prendas complementarias.

c) Les será asignada una misma embarcación para todo el curso o entrenamiento,

d) Les será asignado un mismo chaleco salvavidas para todo el período de prácticas deportivas.

e) No podrá efectuar ningún intercambio de prendas.

f) No deberán traer comida o bebida al Club, excepto su propia botella de agua, marcada.

4. CONDUCTA A SEGUIR POR LOS DEPORTISTAS

a) Antes de salir de su domicilio, se les deberá tomar la temperatura que, no debe pasar de 37,5°. En caso contrario no podrá acudir al club.

b) Si se da ese caso, se debe avisar al club inmediatamente.

c) A la entrada del Club les será tomada de nuevo la temperatura, con la misma limitación.

d) En tierra, deberán utilizar siempre la mascarilla y respetar la distancia mínima de seguridad de 1,5 m. entre personas.

e) Deberán efectuar lavado de manos como mínimo. a su llegada al Club, si van al baño, al volver de navegar y antes de abandonar las instalaciones.

d) En la mar, la distancia entre embarcaciones será de un mínimo de 10m. en vela y 2m. en piragüismo.

f) Se utilizarán los aseos lo menos posible y, siempre, como indiquen los instructores.

g) En el caso de aparición de síntomas de Covid-19 durante la actividad, la afectada será inmediatamente aislada y se avisará a sus responsables familiares.

5.ACTIVIDAD

a) Los grupos de entrenamiento serán de un máximo de 10 personas, aunque podrán formarse subgrupos de entre 3 y 6 deportistas.

b) Se procurará que los grupos no coincidan en tierra.

Doy mi consentimiento, como padre/ madre/ tutor(a) de

.....

para que acuda al Club de Mar- Mallorca y realice prácticas deportivas de piragüismo, vela o SUP, bajo la supervisión y vigilancia de los instructores y personal del club.

Me doy por enterado (a) de las normas aplicadas por el Club en relación con el COVID- 19 y que figuran en este documento

Palma de Mallorcade de 2020

FIRMADO



ANEXO C

NORMAS ESPECIALES PARA ALUMNOS

“CLUB DE MAR- MALLORCA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CURSOS DE VERANO 2020

NORMAS PARA ALUMNOS

1. HORARIOS Y ACTIVIDADES

Cursos Polideportivos

Lunes a viernes, 09:30 a 14:00

HORA	ACTIVIDAD
09:30	Recepción y revisión sanitaria
10:00	Clase teórica
10:30	Prácticas en la mar
13:30	Regreso, arranchado de material, reunión final (resumen de la jornada).
14:00	Fin de la jornada

(Esta distribución horaria podrá variar en función del nivel del curso y de las condiciones meteorológicas reinantes).

2. NORMAS GENERALES.

2.1. Llegada al club

a) Al llegar al Club, todos los alumnos pasarán control de temperatura. En caso de que esta exceda de 37º5 no podrán ese día incorporarse a la actividad,

b) Deberán acudir con mascarilla propia.

c) Se debe ser puntual, para no retrasar el comienzo del curso o de las clases.

d) Deberán efectuar un lavado de manos a su llegada al club utilizando las tomas de agua exteriores.

Dicho lavado se repetirá, como mínimo, cada vez que vayan al baño y al volver de la mar y antes de salir del Club.

2.2. Vestuario

a) Los alumnos deben acudir equipados ya para navegar, con un mínimo de prendas que deban quedarse en tierra.

b) Antes de salir a la mar, debe dejarse la ropa y pertenencias de cada uno, únicamente donde sea indicado por los instructores.

c) A cada alumno le será asignado un chaleco salvavidas marcado para todo el período del curso,

d) Durante las clases y ejercicios no se puede estar solamente en bañador. Se deberá llevar, al menos, camiseta.

e) Es obligatorio utilizar prenda de cabeza.

f) No se podrá efectuar ningún intercambio de prendas.

g) A bordo de las embarcaciones, debe utilizarse siempre zapato cerrado con suela de goma. No se permitirá embarcar con otro tipo de calzado.

2.3. Actividad en tierra

a) Deben seguirse, en todo momento, tanto en tierra como en la mar, las indicaciones de los instructores. Acudir a ellos para cualquier duda, pregunta o necesidad.

- b) *La circulación por las instalaciones del Club será siempre en grupo y acompañados por un instructor.*
- c) *Debe mantenerse la distancia de seguridad mínima de 1,5m.*
- d) *Es obligatorio el uso de mascarillas.*
- e) *Se utilizarán los aseos lo menos posible y, siempre, como indiquen los instructores*

2.4. Actividad en la mar

En la mar, la distancia entre embarcaciones será de un mínimo de 10 m. en vela y 2m, en piragüismo o SUP

3. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN

- a) *Mientras se esté a bordo de las embarcaciones. es obligatorio llevar puesto en todo momento el chaleco salvavidas,*
- b) *Se recomienda vivamente utilizar crema de protección contra el sol.*
- c) *En caso de que algún alumno sienta alguna molestia de cualquier tipo, deberá comunicárselo inmediatamente al Instructor.*

4. MATERIAL

- a) *Al volver de la mar, las embarcaciones y sus aparejos y equipos deberán lavarse detenidamente con agua dulce y dejarse perfectamente limpias y arranchadas.*
- b) *Los chalecos salvavidas deben ser depositados donde indiquen los instructores.*

5. MEDIO AMBIENTE

- a) *Deben respetarse con la máxima atención las normas de protección del medio ambiente en vigor en el Club de Mar- Mallorca.*
- b) *Durante las navegaciones, no se echará al agua ningún tipo de basura, desechos o restos de comida.*

6. INSTALACIONES

Se procurará el mayor cuidado en el uso de las instalaciones del Club y Escuela. Para ello se seguirán las siguientes recomendaciones:

- *No entrar mojado en locales cerrados (excepto servicios).*
- *No sacar de los locales mobiliario u otros enseres.*
- *Utilizar las papeleras”*