



PROTOCOLO DE UTILIZACIÓN PISTA DE ATLETISMO SAN PABLO

Con motivo de las circunstancias que estamos viviendo por el padecimiento del coronavirus, nos vemos en la obligación de realizar un protocolo que regularice la utilización de la pista de atletismo.

Una vez que se supere la crisis sanitaria volveremos a la normalidad de forma progresiva y escalonada, con la responsabilidad y prudencia que requiere la situación.

Para hacer que nuestra instalación siga siendo un entorno seguro tanto para los profesionales como para los usuarios, durante el periodo que las autoridades sanitarias lo consideren oportuno debemos acatar una serie de medidas.

En esta fase, los deportistas y entrenadores tan solo deberán hacer uso de las instalaciones para entrenamientos de carácter individual (sin contacto y guardando distancia de seguridad).

NORMAS GENERALES PARA LA REAPERTURA

- Se reduce el aforo de la pista a 30 atletas, cada hora y cuarto, de lunes a viernes, de 09:00 a 14:00 y de 16:30 a 21:00 horas.
- Se ha realizado una limpieza y desinfección profunda de las instalaciones, previa a la reapertura mediante empresa limpieza y productos homologados.
- Permanecerán clausurados los vestuarios y la sala de musculación.
- Los positivos por COVID 19, aun asintomáticos, no podrán iniciar la práctica deportiva.
- Se recomienda el control de temperatura previamente, antes de comenzar cualquier actividad o acceder a una instalación.
- Quedan precintadas las fuentes de agua, siendo necesario el uso individual de botellas de agua o de bebidas isotónicas.
- La reserva del espacio se realizará con cita previa, enviando un correo a jfernandez@imd.sevilla.org con una antelación mínima de 48 horas, y un máximo de tres sesiones semanales.

Como norma general se hará hincapié en lo dictado por el estado en lo relativo al estado de alarma; tanto de las Ordenes emitidas por el Ministerio de Sanidad como por el Consejo Superior de Deportes; así como a la Guía de actuación y recomendaciones para un entrenamiento responsable de la Real Federación Española de Atletismo.

- El deportista llevará guantes y tendrá cuidado de no tocar en lo posible objetos o equipamiento de uso colectivo.
- Se recomienda que todos los usuarios (atletas, entrenadores) realicen una vigilancia activa de sus síntomas. Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Los atletas, entrenadores y resto de personal han de mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios
- Se recomienda el uso de mascarillas, guantes, cintas o pañuelos para el cabello, así como el uso de gafas, siempre que la actividad deportiva así lo permita. Retíratelos solo cuando sea imposible llevarlos para la realización de la actividad deportiva.



- Antes y después de los entrenamientos es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico. Se recomienda el uso de soluciones hidroalcohólicas en botes de uso individual, podrán disponer de los mismos en los aseos de pista.
- Respeta el aforo limitado tanto de la pista de entrenamiento como en las zonas técnicas de saltos y lanzamientos.
- Respeta en todo momento los horarios y espacios de entrenamiento asignados.
- Los atletas no deben compartir material (incluyendo cronómetros, pulsómetros, artefactos, o cualquier otro tipo de material), en caso de ser así han de ser desinfectados previamente entre usuario y usuario; al igual que bebidas u alimentos, linimentos u otros productos. Así como artefactos (disco, martillos, etc.). Se recomienda desinfectarlo todo al terminar los entrenamientos.
- Durante los entrenamientos se mantendrá en todo momento las distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.
- El entrenador llevará siempre mascarilla y guantes, guardando una distancia de seguridad mínima de dos metros. Los entrenadores han de programar los entrenamientos cumpliendo todas las normas de distancias, aforos, horarios establecidos y minimizando, en todo momento, el contacto de manera rigurosa
- En la carrera o marcha, no colocarse detrás de otros atletas, si esto no fuera posible, la distancia mínima de separación en estos casos ha de ser como mínimo de 10 metros. Cambiar de recorrido o alejarse si el atleta es adelantado, y adelantar dejando al menos 2 metros de separación lateral.
- Es obligatorio el uso de toallas en todos los espacios deportivos

NORMAS RELATIVAS AL USO DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA

- El acceso a la pista será el que habitualmente se ha utilizado, es decir a través del hall de la piscina de 50, pasillo de vestuarios y túnel de acceso a la pista.
- La salida de la pista de atletismo se realizará por la puerta de maratón.
- Se recomienda abandonar la instalación en cuanto se finalice el entrenamiento, evitar cualquier contacto físico, así se evitarán riesgos innecesarios.
- La zona de gradas no se podrá hacer uso de ella, se habilitará una zona para dejar los macutos y enseres personales

A) Uso de material

- En la medida de lo posible los artefactos deberán ser propiedad del atleta para evitar contagios. Si esto no fuera posible, el centro podrá prestarlo manteniendo las distancias de seguridad, estableciendo un lugar de entrega y recogida, que respete la normativa de distancia social. La instalación sólo facilitará un artefacto por atleta.
- La entrega y recogida del material, deberá hacerse con los guantes y mascarillas, propiedad del atleta, y antes de devolverlo, el usuario deberá haber desinfectado el mismo, mediante desinfectante.
- Para el uso de tacos de salida y vallas, el deportista deberá utilizar sus propios guantes desechables. Habrá un carro de vallas vacío para que una vez se utilice el material, se coloque en él.
- Igualmente, en los saltos horizontales, los rastrillos deben manejarse con guantes, así como los listones de salto de altura.



- Para la Pista de Atletismo (8 calles), se fija un aforo máximo de 30 personas (atletas + entrenadores), de forma simultánea por franja o turno horario.
- Los usos de las calles serán alternos, dejando siempre una calle sin uso en medio, para aumentar la distancia de seguridad entre los atletas.
- Tan solo se permite en las zonas de saltos y lanzamientos un máximo de 3 personas, por zona y turno o franja horaria.

B) Normas y recomendaciones por espacios en la pista

1.- Uso de Calles: Se recomienda el uso de calles de forma individual, con una distancia mínima de seguridad de entre 5 y 10 metros entre personas (dependiendo de la actividad), y se fijan los siguientes usos para cada calle:

- Calle 1: Para series de + 400m.
- Calle 2: Cerrada
- Calle 3: Velocidad
- Calle 4: Calle de regreso
- Calle 5: Velocidad
- Calle 6: Calle de regreso
- Calle 7: Cerrada
- Calle 8: Vallas
- Perímetro exterior: Para rodar, pegado al exterior.

2.- Uso de las zonas de saltos:

- Sólo se habilitará un sólo foso de saltos horizontales, que podrá usarse de uno en uno, manteniendo la distancia mínima de seguridad.
- No se permite más de 3 personas en el foso por turno.
- Las zonas y colchonetas de salto de altura, se recomiendan utilizarla de forma individual y siguiendo los horarios establecidos,

3.- Uso de las zonas de lanzamientos:

- Los círculos de lanzamientos y los pasillos de jabalina sólo se podrán usar de uno en uno, sin intercambiarse el material deportivo entre atletas, y con una distancia de seguridad entre personas de 2 metros.
- No se permite más de 3 personas en la zona por turno.

4.-Uso de las zonas perimetrales y centrales (césped)

- La zona de césped natural se recomienda usar para carreras y ejercicios, en el horario establecido para ello, respetando la distancia de seguridad de 2 metros.
- Ejercicios, circuitos u otro tipo de entrenamientos podrán realizarse en los semicírculos de la zona sintética, sin ocupar los espacios necesarios para el entrenamiento de concursos (saltos y lanzamientos).

RECUERDA:

- Cumplir y respetar todas las normas y protocolos de seguridad e higiene que se establezcan que protegen tu salud y la de los demás. Se ruega la máxima responsabilidad y prudencia, priorizando siempre en minimizar el riesgo de un posible contagio.
- Toda persona que acceda a una instalación deberá cumplir con el protocolo publicado en el BOE, Resolución del 4 de mayo de 2020, de la Presidencia del Consejo 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. De obligado cumplimiento para el acceso a cualquier instalación.

Se establece los siguientes horarios para la utilización de la pista de atletismo

GRUPO	DIAS	HORARIOS
TURNO 1	DE LUNES A VIERNES	DE 09.00 A 10.15 HORAS
TURNO 2	DE LUNES A VIERNES	DE 10.30 A 11.45 HORAS
SALTO DE ALTURA	DE LUNES A VIERNES	DE 10.30 A 11.45 HORAS
TURNO 3	DE LUNES A VIERNES	DE 12.00 A 13.15 HORAS
TURNO 4	DE LUNES A VIERNES	DE 16.30 A 17.45 HORAS
TURNO 5	DE LUNES A VIERNES	DE 18.00 A 19.15 HORAS
TURNO 6	DE LUNES A VIERNES	DE 19.30 A 21.00 HORAS
SALTO DE ALTURA	DE LUNES A VIERNES	DE 19.30 A 21.00 HORAS
LANZAMIENTOS	JUEVES	DE 14.00 A 15.30 HORAS

Todas estas recomendaciones en todo momento estarán sujetas a las indicaciones de las autoridades sanitarias.