**PROTOCOLO DE REAPERTURA PARA CENTROS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN GENERAL**

**Gimnasios**

**Estudios de Pilates**

**Institutos de Yoga**

**Entrenamiento Funcional**

**Box de Crossfit**

**Anexo Natatorios**

***ÁMBITO DE ACCIÓN***

A continuación presentamos un plan general con los lineamientos mínimos, generales y necesarios para poder reabrir las puertas de nuestros Centros y hacer que la gente nuevamente pueda hacer actividad física en beneficio de su salud.

Presentamos una propuesta general que incluye todas las áreas del sector y es independiente de las dimensiones del local, comprometiéndose cada centro con el cumplimiento de lo aquí enunciado.-

**LINEAMIENTOS GENERALES**

Este protocolo, establece 6 puntos claves para que el ***Plan de Acción*** resulte efectivo, sea viable para cada espacio de entrenamiento y sobre todo garantice seguridad a los usuarios.

1. Distanciamiento social y organización del espacio.
2. Higiene y desinfección general (personal y del espacio)
3. Uso de tapabocas y máscaras de protección
4. Declaración Jurada de salud
5. Población de riesgo
6. Actuación del personal y directores de los establecimientos

2m entre las personas (4m2)

1. **Distanciamiento Social**

A partir de este requisito, se debe respetar el distanciamiento social (entre las personas) en el ingreso, circulación y salida de los establecimientos. Está pauta organizará el espacio interno de los establecimientos.

* **Ingreso a las instalaciones**: Cada centro implementará un sistema de turnos para sus asociados de forma que el flujo de personas en el espacio esté limitada y controlada. El mismo se realizara a través de medios digitales o telefónicos, lo que permitirá un control estricto de números de personas presentes en el gimnasio, y a su vez, posibilitara contar con un registro de los usuarios que concurren a cada turno, en el caso que se requiera dicha información.
* Podrán asistir personas a partir de los 16 años.
* La permanencia en los establecimientos dependerá de las características de las distintas prácticas y según los horarios organizados por cada establecimiento.
* Los turnos quedarán establecidos a criterio de cada establecimiento, alternando turnos de trabajo con turnos de desinfección. Estos turnos deben permanecer sin usuarios y serán de 15 minutos como mínimo.
* Así, con una diferencia mínima de 15 minutos, entre turno y turno de trabajo, se recomienda que las personas de un turno que finaliza no se mezclen con las personas que asisten al próximo turno.
* Se mantendrá siempre como mínimo una distancia de 2 metros entre las personas (es decir 4m2) quedando limitada la capacidad de los salones en función de este parámetro organizativo.

 d. 1 *La ocupación permitida* de cada centro estará limitada a los m2 de los espacios de uso del mismo.

 d.2 Según las dimensiones y actividades de cada centro de entrenamiento, se deberá exhibirse la cantidad máxima de personas que pueden coexistir.

* La ejecución de los ejercicios en todas las áreas deberá realizarse dentro de las zonas de trabajo organizadas por el staff en cada caso.
* h. En el caso de los box y las actividades que lo requieran, los alumnos contaran con un kit de entrenamiento y desinfección organizado distribuido por el personal del gimnasio en el espacio delimitado para el trabajo.
1. **Limpieza e higiene personal de cada usuario, del espacio y del equipamiento**.

Medidas de higiene al ingresar al centro con cartelería informativa haciendo particular enfásis en el lavado de manos.

Cada centro debe instrumentar la limpieza y desinfección de sus equipos y materiales, para garantizar que esté al alcance de los usuarios y en función a la actividad de entrenamiento en particular.

1. Ingreso: Se pondrá una alfombra sanitizante al ingreso de cada comercio.

b. Se dispondrá de estaciones desanetizantes disponibles para todos los usuarios.

c. Se proporcionará a cada cliente un kit desinfectante para sí o junto a su equipo de trabajo.

d. Se informará a través de material gráfico, audio o video respecto a los cuidados que deben ser respetados constantemente para la higiene personal y del lugar. Este material será proporcionado desde el municipio para garantizar que la comunicación sea oficial.

e. Cada cliente deberá concurrir a su cita de entrenamiento con su botella con agua y toalla personal*.*

1. Se reforzará la limpieza e higiene de cada centro, garantizando la misma en todo horario en que esté funcionando el mismo.
2. Todos los ambientes deberán poder ser ventilados. El uso de ventilación mecánica debe realizarse en los tiempos de intervalo de desinfección, es decir sin usuarios presentes.
3. No se podrá utilizar el servicio de dispenser de agua ni los bebederos.
4. El uso de los vestuarios se habilitará solamente para el uso de lavamanos permaneciendo inhabilitados para el uso de duchas y sanitarios.
5. **USO DE TAPABOCAS Y MÁSCARAS DE PROTECCIÓN**

Este requisito tiene como objetivo evitar contagios de personas asintomáticas.

* Para el personal del establecimiento: Uso obligatorio
* Para los asistentes: El uso del tapaboca y máscaras de protección es obligatorio de portar en los baños y áreas comunes. Mientras se esté realizando la actividad física será el profesor a cargo quien indicará si corresponde usarlo o no.
1. **DECLARACION JURADA DE SALUD.** Tendrá una duración de 15 días corridos.

La DDJJ: los clientes al ingresar al centro deberán firmar una declaración jurada en la que expongan que no estuvieron en contacto con afectados por el COVID-19 y que no presentan síntomas característicos del mismo. La misma se podrá realizar en forma de planilla diaria como se adjunta en el Anexo A.

Se reforzará el punto anterior con el trato personal con cada cliente y se requerirá que informe al centro sobre cualquier dato que guarde relación con un posible estado de contagio. Todo el personal y los propietarios del centro deberán velar por el cumplimiento de las normas.

Todos el staff del centro de entrenamiento, es responsable de cumplir y hacer cumplir todos los puntos de este protocolo. Además asumen el compromiso de llevar adelante las tareas de desinfección de los centros de acuerdo a la normativa impuesta. ***También tendrán el compromiso de potenciar las medidas tomadas en este protocolo para reducir al máximo la posibilidad de contagio por contacto.***

1. **POBLACION DE RIESGO**. Podrán ingresar a los establecimientos y realizar la actividad física firmando la declaración jurada o con una autorización médica.

**6)ACTUACIÓN DEL PERSONAL Y DIRECTORES DE CADA CENTRO**

* Tanto los propietarios como el personal serán responsables de cumplir y hacer cumplir todos los puntos de este protocolo. Además asumen el compromiso de llevar adelante las tareas de desinfección de los centros de acuerdo a la normativa impuesta.
* Independientemente de las recomendaciones vertidas en este documento, nuestra intención siempre será atender las indicaciones específicas brindadas por el Ministerio de Salud.-

**ANEXO NATATORIOS**

**COMUNICACIÓN GENERAL**

* Cartelería informativa:
* **Obligación del uso del tapaboca, higiene personal, botellas y toallas personales, prohibición de compartir mate y/o comestibles, completar DDJJ de salud.**
* Capacidad de gente en cambiadores.
* Capacidad de gente por andarivel.
* Se le hará firmar al Cliente una “Declaración Jurada” de salud que se actualiza cada 14 días.
* Para el acceso se espera en recepción respetando el distanciamiento de 1,5 mts (marcados en el piso).

**Actividades acuáticas que se abren**

* Natación
* Gimnasia Acuática
* Equipo de Natación

**ACCESO A LOS VESTUARIOS Y PILETAS**

* Los clientes deberán ocupar los cambiadores para descambiarse y cambiarse
* No se permite el uso de duchas para evitar el vapor dentro del ambiente y agilizar los tiempos entre turno y turno.
* Deberán darse una ducha (externa)previamente al ingreso a la pileta.
* Se dará avisoa la finalización deltiempo en vestuario.

**PROFESORES DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS**

* Controlaran el distanciamiento social y el cumplimento de las normas de Higiene y seguridad, como así también el cupo de clientes en cada andarivel
* Controlaran la duración de los turnos, marcando el inicio y fin de los mismos y controlando que todos los clientes se retiren de natatorios y vestuarios al finalizar el mismo a fin de permitir la higiene de los sectores.

-------------------------------------------------------- FIN ---------------------------------------------------------------------