

29 DE JUNY 2020



PROTOCOL DE SEGURETAT PELS ESPORTISTES

Club Natació Catalunya

- Piscines
- Solàrium
- Pàdel
- Frontó
- Activitats Dirigides
- Sala de Fitness
- Bar
- Wellness i Spa
- Cursets de Natació
- Campus d'Estiu
- Taekwondo
- Activitats aquàtiques
- Sala Social



Més informació a www.cncatalunya.cat



Mesures i protocols generals: socis i esportistes

A partir de dilluns 22 de juny entrem en Fase 3 i aquesta, ens permet obrir les portes del Club. En aquest sentit, cal seguir aquesta guia per a garantir als socis i sòcies l'ús de les instal·lacions de manera segura. Sempre tenint en compte que, la responsabilitat individual és fonamental per seguir mantenint lluny de nosaltres aquest virus.

- Es recomana la mascareta a tota la instal·lació i és d'ús obligatori en alguns espais.
- Es fomenta la distància de seguretat entre socis i sòcies.
- S'ha posat a la disposició dels socis i de les sòcies gel desinfectant. És obligatori la desinfecció de les mans abans d'accedir a la instal·lació, i recomanable.
- S'habilitarà un circuit per evitar el contacte directe entre socis. S'obliga que tothom vagi per la dreta respectant les indicacions en tot moment.
- Es recomana fer els pagaments en targeta, evitant l'intercanvi de diners en efectiu.
- No estaran activades les fonts per la qual cosa es recomana portar l'aigua de casa.
- Es prohibeix l'accés a la instal·lació si s'ha estat en contacte estret amb una persona afectada per la Covid-19 i seguir el protocol d'actuació referit pel seu centre sanitari.
- Es permetrà l'ús de l'ascensor de forma individual, prioritzant les persones amb mobilitat reduïda i necessitats especials. Tot i així, es recomana l'ús de les escales.
- L'horari del Club serà l'habitual:
 - De dilluns a divendres de 6.45h a 23h.
 - Dissabtes de 7h a 21.30h.
 - Diumenges i festius de 7h a 16h.

T'AJUDEM!

El personal del Club està a la teva disposició per guiar-te i assessorar-te en tot moment.





Protocol específic dels esportistes

Els equips de natació, de waterpolo i l'escola esportiva del Club Natació Catalunya reactivaran la seva activitat a partir del 29 de juny.

Es reactivarà l'esport duent a terme un protocol exhaustiu per tal de preservar la seguretat de tots i a totes, vetllant per la convivència entre socis i esportistes, tot i les limitacions d'aforament.

- El primer dia caldrà portar signat el document "Declaració responsable en relació amb la situació de pandèmia generada per la Covid-19" a la recepció del Club.
- En el cas que un menor d'edat tingui simptomatologia compatible amb la Covid-19, haurà de dirigir-se al CAP que correspongui, seguir les indicacions dels metges i no podrà accedir a la instal·lació en un mínim de 15 dies. El Club seguirà les directrius de les autoritats sanitàries que recomanin en aquell moment.
- Es quedarà deu minuts abans de l'inici de l'activitat amb l'entrenador en els jardins del Club, abans de l'entrada.
- Els esportistes es dirigiran als vestidors de cursets. Allà en canviaran i es dirigiran a la piscina que correspongui.
- Abans i després de l'entrenament d'aigua es dutxaran a les dutxes exteriors.
- Posteriorment faran l'activitat física, compaginant el Camp del Carmel i les instal·lacions exteriors del CNC.
- Quan acabi l'entrenament no podran romandre al Club més estona.
- Cada grup té el seu horari d'entrenament. El trobareu a la web del CNC.

Què haig de portar?

- El mateix de sempre (banyador, tovalloles, casquet, ulleres, xancletes...)
- La mascareta posada.
- Un bidó d'aigua plena.
- Moltes ganes d'esport, de CNC!

On he de portar la mascareta?

- Tal com s'ha demostrat, la mascareta evita la propagació de la Covid-19. És per això que et demanem que et posis la mascareta sempre que sigui possible. Tot i així, hem diferenciat els espais on és obligatòria i on és recomanable.



➤ **Recomanable:**

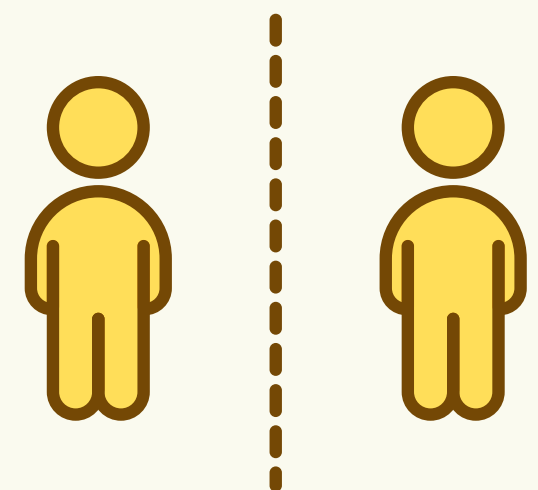
- Solàrium.
- Pistes de pàdel i frontó.
- Vestidors.
- Bar i Restaurant.

➤ **Obligatòria:**

- Zones comunes: passadissos, accessos, ascensor, jardí, recepció...
- Zona de pes lliure.

On he de mantenir la distància de seguretat?

- És obligatori mantenir la distància de seguretat a tots els espais del Club Natació Catalunya.



Quan he de desinfectar-me les mans?

-
- Quan entris i surtis del Club
 - Quan toquis qualsevol element.
 - A part, sempre que vulguis.

