

PROTOCOL ESCOLES DE CICLISME CONTRA EL COVID-19

Un cop arribats i/o superada la Fase 3 del pla cap a la nova normalitat, els ciclistes federats poden usar instal·lacions a l'aire lliure, sota estrictes condicions d'higiene que cal recollir en un Protocol d'actuació.

Qualsevol tècnic, ciclista o familiar amb febre, malestar, tos persistent... no ha de sortir de casa i evitar qualsevol participació directa en les activitats esportives. Cal presentar el primer dia d'activitat una **DECLARACIÓ RESPONSABLE**. Una trucada telefònica per justificar l'absència és recomanable.

A.- ACTUACIÓ PRELIMINAR

L'Escola de Ciclisme ha d'establir un conveni d'ús de les instal·lacions i inici d'activitats de ciclisme amb l'Ajuntament de la localitat.

Aquest conveni ha de recollir les següents actuacions:

1. Neteja i desinfecció prèvia de les instal·lacions municipals.
2. Assignació dels dies i hores de vigència del conveni Ajuntament - Escola.
3. Actuacions diàries, entre sessions d'entrenament i setmanals, de neteja de la instal·lació.
4. Les sessions d'entrenament seran a porta tancada.
5. La instal·lació només acollirà els ciclistes practicants, les famílies i acompanyants han de romandre fora de l'espai.
6. Per accedir a totes les activitats ciclistes de l'ATA cal presentar la **DECLARACIÓ RESPONSABLE**

B.- ORGANITZACIÓ DE LES SESSIONS D'ENTRENAMENT

L'ATA organitzarà els entrenaments:

1. **Sessions d'entrenament agrupant els ciclistes de forma homogènia**, segons nivell d'aptitud. (Cal evitar grups heterogenis que afavoreixin els avançaments i els agrupaments). Es formaran els grups el primer dia, aquest s'hauran de mantenir fins que es comuniqui. I no es relacionaran entre ells de forma directa.
2. **Establint la ràtio màxima de ciclistes** a cada sessió de treball.
3. **Establint els tècnics necessaris** per dirigir les activitats i evitar agrupaments.

PROTOCOL ESCOLES DE CICLISME CONTRA EL COVID-19

4. Horari d'entrada i sortida de les classes de biketrial:

Ciclistes fins a 10 anys.

Entrada a les 17:55 sortida a les 19:25

Ciclistes a partir de 10 anys

Entrada a les 18:05 sortida a les 19:35

L'arribada serà al trialpark de Les Comes entrant pel lateral del pavelló de nova construcció.



La resta de trialparks l'horari és l'habitual de 18:00 a 19:30.

5. Elaborant un sistema de control d'assistència o agenda d'usuaris per registrar les persones presents a cada entrenament:

- a. **Registrar l'assistència de cada ciclista de cada dia** d'entrenament.
- b. Tancar l'accés a la instal·lació als acompanyants, recomanant que retornin un cop finalitzada la classe de ciclisme. La instal·lació només acollirà els ciclistes practicants, les famílies i acompanyants han de romandre fora de l'espai del trialpark.
- c. Un cop finalitza la sessió d'entrenament **no poden accedir-hi nous usuaris fins que ha marxat el grup precedent** i s'ha desinfectat els punts sensibles (portes, passamans, taules i cadires..., en contacte amb els ciclistes).
- d. En acabar la jornada d'entrenaments, cal **desar durant un període de 30 dies el registre d'usuaris**, per tal avisar en cas de positiu, a les persones que han estat en contacte. Cal garantir la traçabilitat de qualsevol positiu.

PROTOCOL ESCOLES DE CICLISME CONTRA EL COVID-19

C.- MONITORS

1. **Responsable del control d'assistència diària.** Control de la assistència.
2. **Recepció dels ciclistes,** dins de la zona habilitada a tal efecte, comprovant que els ciclistes venen d'un en un i amb unes mesures de prevenció obligatòries (mascareta, guants, control de temperatura...)
3. **Responsable del control de les distàncies de seguretat** dels ciclistes dins de la instal·lació: 1,5m. en repòs, 2m. en exercicis físics, a velocitat elevada i 50% aforament mantenint distàncies de seguretat.
4. **Correcta higiene preventiva: mascareta** així com el correcte higiene de les mans, tot sovint. En acabar la jornada es recomana una dutxa amb aigua calenta i rentar la roba usada, al seu domicili.
5. **Registrar,** en acabar la jornada, **els noms de tots els usuaris presents amb l'hora d'entrada i sortida del recinte i de les activitats externes per garantir la traçabilitat de tots els usuaris en cas de malaltia.**

D.- ELS CICLISTES

Els usuaris de les instal·lacions de ciclisme seguiran les següents accions:

1. **Cal estar inscrit** apuntat al grup concret de dies i hores d'entrenament. No es poden recuperar classes.
2. **Assistència puntual,** ni abans ni després. Abans per evitar contactes. La **família o acompanyants romandran fora del trialpark, amb mascaretes i mantenint les distàncies amb la resta d'acompanyants.**
3. **Vindrà totalment equipat des de casa:** casc i protector d'esquena i guants, a més de la indumentària i bicicleta adequades.
4. **Dur mascareta** durant l'assistència i per dirigir-se als altres, però **NO** es durà durant els exercicis físics.
5. **No es permet l'ús de vestidors i dutxes.** El lavabo es pot usar en casos excepcionals, netejant-lo amb solució d'aigua i lleixiu, després del seu ús.
6. **No es permet l'intercanvi de bicicletes ni de material.**
7. En arribar a casa cal **rentar la bicicleta** (zones de contacte), una bona **dutxa amb aigua calenta i rentar la indumentària.**
8. **No es permet compartir aigua ni menjar.** S'aconsella portar una motxilla o bossa per portar aigua i guardar la mascareta durant els entrenaments. **La font pública no es pot utilitzar.**
9. Cal presentar la **declaració responsable** a les activitats de l'ATA
10. En tot cas es comunicarà a l'ATA a través del coordinador qualsevol cas de positiu d'un ciclista i es comunicarà també al centre sanitari o a qui faci el seguiment per part del CATSALUT que es participa a activitats de l'ATA.