



WWW.CNBAJAMAR.ES



# GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA **FASE 2** EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

MAYO DE 2020

---

## GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

---



Estamos viviendo una época excepcional, ante la alta incidencia que ha tenido el COVID-19 en todo el mundo. La mejora en el control de la epidemia permite la reapertura escalonada de nuestro Club, pero es importante que sigamos teniéndole respeto a la enfermedad y que tengamos en cuenta las siguientes consideraciones:

- ✓ La apertura del club será progresiva.
- ✓ Todos deberemos tener paciencia en la adaptación a este nuevo escenario.
- ✓ Debemos seguir los protocolos que vayan marcando las autoridades sanitarias en cada momento.
- ✓ No debemos confiarnos y pensar que el virus está derrotado.
- ✓ La higiene de manos, el uso de mascarilla y el mantenimiento de la distancia interpersonal son las mejores medidas para luchar contra el COVID-19.
- ✓ Será fundamental la prevención en nuestro día a día en el CN Bajamar.
- ✓ Debemos seguir las indicaciones de los empleados del Club en todo momento.
- ✓ Seamos comprensivos con las medidas que se han tomado para preservar nuestra salud y bienestar.
- ✓ Ahora, más que nunca, hagamos caso de las indicaciones del Club sobre la utilización de los diferentes espacios. Seamos responsables y respetemos las normas, por el bien común.
- ✓ Haznos llegar tus propuestas de mejora a través del menú de sugerencias de nuestra App CN Bajamar.

## GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

# ESPACIOS HABILITADOS



### ✓ **¿Cuándo?**

A partir del jueves **28 de mayo**.

### ✓ **¿Quiénes?**

Socios que deseen realizar una **práctica deportiva de carácter individual o dobles, siempre que se mantenga la distancia de seguridad.**

**No se admitirán acompañantes**, pues la presencia de público en la instalación no está permitida en la fase 2 del desconfinamiento.



### ✓ **¿Qué espacios puedo usar?**

Pistas de tenis 1 y 2 y Pistas de pádel 1, 2 y 3.

### ✓ **¿En qué condiciones?**

Aforo limitado. Necesidad de reserva previa. No se podrá acceder sin reserva y será obligatoria la presentación del carné de socio.

### ✓ **¿Puedo ir a cualquier hora al club?**

En esta fase de desescalada, comenzamos con el criterio de par e impar. Si su número de socio le permite entrar, después de jugar, podrá quedarse en el club para hacer uso de cafetería y/o piscina, pero si su número de socio no le permite entrar, **sólo se podrá acceder al Club en el tiempo ajustado a la reserva** realizada y cuando el personal de control de acceso lo autorice, sin permanecer tiempo antes ni después de la actividad. **Dejará el carné en la garita y lo recogerá al salir para que se anote hora de entrada/salida.**

#### Horario:

Primera reserva a las **8:00 am** y última a las **21:30 pm**.

## SOLICITUD DE RESERVA



### ✓ ¿Cómo y cuándo realizo la reserva?

La reserva será necesario realizarla el día antes de jugar (no se podrá reservar el mismo día). Se hará a través de la página web, en la parte privada socios. Los socios disponen de usuario y contraseña activa. **Si no he accedido nunca:**

**USUARIO** el número de socio y la **CONTRASEÑA** el D.N.I. del titular con la letra en mayúscula.

Accederán al panel en el que podrán elegir su horario de entrenamiento, siempre que esté disponible.

### ✓ Declaración Responsable

*EL MERO ACCESO A LAS INSTALACIONES EN LA SITUACIÓN EN QUE NOS ENCONTRAMOS DERIVADA DEL CORONAVIRUS, SUPONE EL CONOCIMIENTO Y LA CONFORMIDAD CON TODAS LAS NORMAS Y PROTOCOLOS PUBLICADOS EN LA PÁGINA WEB, SOBRE EL USO DE LAS DISTINTAS INSTALACIONES DEL CNB*

### ✓ ¿Qué debo hacer si he olvidado la contraseña o no puedo acceder?

Los socios que no puedan acceder a la parte privada de socios porque han cambiado su contraseña y no la recuerdan, podrán llamar a la oficina, de lunes a viernes en horario de 08:00 a 15:00 horas o enviar un correo electrónico a [comunicados@cnbajamar.es](mailto:comunicados@cnbajamar.es) y se la activaremos de nuevo.



### ✓ ¿Cuántas reservas puedo realizar?

Para permitir el uso de las canchas del Club a todos los socios que lo deseen, cada usuario (nº de socio) sólo podrá reservar una sesión diaria, pudiendo tener un máximo de tres reservas activas, en tres días distintos.

### ✓ ¿Cómo puedo reservar para otras personas de mi unidad familiar?

Igual que reserva el socio titular para sí mismo/a, también lo puede hacer para un miembro de su relación de familiares. Sólo en jugadores, deberá incluir el nombre y apellidos del beneficiario familiar.

## GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

# SOLICITUD DE RESERVA



### ✓ ¿Qué pasa si no hago uso de mi reserva o llego tarde?

Si el socio no fuera a hacer uso de la reserva de cancha, deberá realizar la cancelación online para que quede disponible para otros socios con suficiente anticipación para que otro socio pueda utilizarla. **Si se llega más tarde de la hora**, no podrá recuperar ese tiempo y deberá abandonar la cancha a la hora establecida.

### ✓ ¿Qué debo hacer si he extraviado el carné?

En caso de no disponer de tu carné de socio, deberá solicitarlo a través del correo electrónico del Club a [comunicados@cnbajamar.es](mailto:comunicados@cnbajamar.es), con 24 horas de antelación (hábiles), para que pueda estar preparado en la garita de acceso al club en el momento de su llegada. En caso contrario, no se podrá facilitar el acceso.

### ✓ ¿Cuánto tiempo puedo reservar?

Tenis: 60 minutos.

Pádel: 60 minutos.

Se abandonará las instalaciones, una vez finalizado el partido, para facilitar las labores de limpieza y desinfección y evitar coincidir con los siguientes jugadores. **Se ruega cumplir escrupulosamente con el horario, para no perjudicar al resto de usuarios.**



## GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

# NORMAS DE USO



### ✓ Si no hay vestuarios, ¿dónde me cambio de ropa?

Los usuarios de tenis y pádel deberán acudir con ropa deportiva. **Los vestuarios permanecerán cerrados** hasta nuevo aviso. Dispondrán de un dispensador de gel hidroalcohólico y papelera en cada cancha.

### ✓ ¿Qué equipación preventiva debo utilizar?

El deportista llevará mascarilla protectora hasta la entrada en el espacio de entrenamiento. Utilizarán guantes en la mano de recogida de la pelota. Se utilizarán pelotas nuevas. No estarán a la venta en el club.

### ✓ ¿Puedo entrenarme con otros deportistas?

Sí. Los entrenamientos en tenis y pádel podrán ser en la **modalidad de dobles**, manteniendo siempre la **distancia social de 2 metros** con el oponente.

### ✓ ¿Qué medidas de higiene debo tomar?

**Lávese/esterilice** sus manos antes y después de jugar y evite tocarse la cara mientras juega. **No comparta equipo**: bolsa de deporte ni toalla. **Use pañuelo** desechable para toser. **No comparta su botella** de agua y traiga su propia botella llena.

### ✓ ¿Qué otras recomendaciones?

Se ruega no dejar **recipientes abandonados, guantes o mascarillas en las canchas al finalizar la sesión**. Utilice las papeleras colocadas para tal fin. Las puertas de las canchas permanecerán abiertas, para evitar tocarlas con las manos (excepto en la cancha de tenis nº1).

### ✓ ¿Qué medidas de seguridad debo tomar?

Distancia de **al menos 2 metros** en todo momento. Cambio de lado de jugadores, cada uno por un lado diferente. Evitar el saludo protocolario final del encuentro. Llegue al Club 5 minutos antes de su hora, sin permanecer tiempo antes ni después de la actividad.



## GUÍA BREVE PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL CLUB NÁUTICO BAJAMAR

# RECOMENDACIONES DE HIGIENE



### ✓ ¿Qué medidas de prevención e higiene ha implementado el Club para la utilización de las canchas?

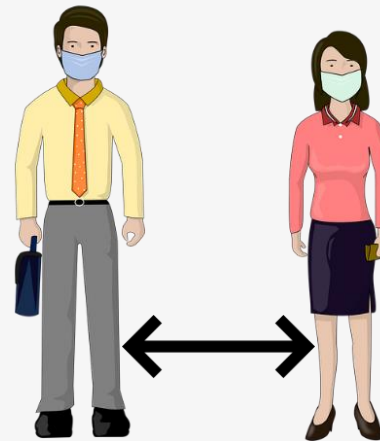
Se ha organizado al personal de mantenimiento para realizar una limpieza y desinfección de las canchas y zonas de tránsito, después de cada uso utilizando para ello una disolución de peróxido de hidrógeno al 0,8%. Se han colocado dispensadores de solución hidroalcohólica en las mismas para fomentar la higiene de manos y papeleras con pedal para los guantes y mascarillas y se ha dejado un margen de 30 minutos entre partidos, para asegurar la desinfección, el mantenimiento de la distancia interpersonal y la circulación segura. Los trabajadores contarán con formación específica sobre los protocolos de actuación ante el COVID-19, así como con el material y los equipos de protección adecuados.



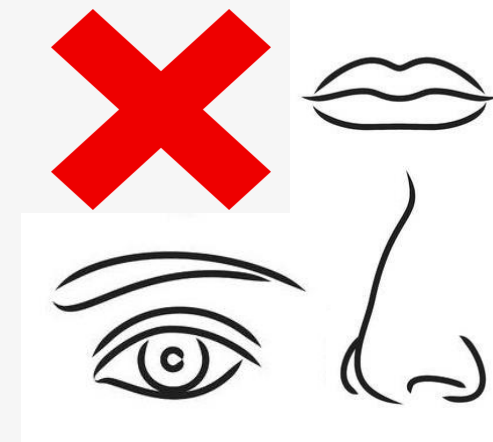
Lávate las manos con mucha frecuencia.



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado.



Mantén 2 metros de distancia entre personas.



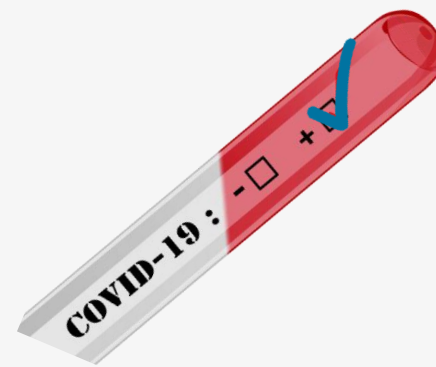
Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión.



Utiliza mascarilla hasta el momento en que vayas a comenzar la actividad.



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso.



Si presentas síntomas o has tenido contacto con un caso positivo, aíslate en tu casa y llama al 900 112 061.



No compartas material deportivo, comida ni bebida con otros usuarios.

