



PROTOCOL PER ENTRENAMENTS ESPORTIUS. TEMPORADA 2020/2021 CLUB BÀSQUET GRANOLLERS

Aquest protocol s'aplicarà a l'inici dels entrenaments de la pretemporada i serà modificable segons correspongui.

Aquest protocol general, segueix les pautes marcades pel Servei d'Esports de l'Ajuntament de Granollers, responsable de la instal·lació.

ACCÉS A LA INSTAL·LACIÓ

- S'accedirà a la instal·lació amb mascareta, que s'haurà de treure només per realitzar l'activitat esportiva.
- Caldrà entrar a la instal·lació amb puntualitat, segons l'horari d'entrenament i sempre que sigui possible, tot el grup junt.
- La porta d'accés serà l'habitual d'entrada i la sortida serà per la porta del final del pati exterior, com ja hem fet durant l'estiu.
- Caldrà mantenir la distància de seguretat, en l'actualitat, de 1,5 metres a la porta d'entrada
- Cal aplicar-se gel hidroalcohòlic a les mans a l'entrar a la instal·lació.
- Cal que el club tingui signada de cada jugador/a i de cada entrenador/a la declaració d'autoresponsabilitat (i signades pels tutors legals en el cas de menors)
Caldrà portar-la el primer dia d'entrenament encara que ja estigui signada del juny/&juliol
- L'accés a les instal·lacions esportives, només està autoritzada a esportistes, equip tècnic, membres de la junta de l'entitat i personal autoritzat expressament. De moment i fins a nova ordre els pares/mares i acompanyants no tindran accés a la instal·lació.
- Els jugadors/es vindran canviats des de casa amb la roba que faran servir per entrenar i no podran fer ús ni dels vestidors ni de les dutxes. És recomanable que portin una motxilla per deixar les seves coses personals. És recomanable portar el calçat de bàsquet en una bossa i fer el canvi dins la instal·lació.
- Excepcionalment els equips sèniors masculí i femení, sí que en podran fer ús, repartits en dos vestidors cada equip.

DINS DE LA INSTAL·LACIÓ

- S'ha d'accedir i abandonar la instal·lació a l'hora fixada. Com ja s'ha indicat cal ser rigorosos en l'entrada i la sortida i respectar els 15 minuts que hi ha entre les franges.
- S'han d'utilitzar els circuits i portes d'entrada i sortida marcades.
- Mantenir la distància mínima de 1,5 metres amb altres usuaris, sempre que sigui possible.
- El material després de cada entrenament, si no és propi de l'equip, caldrà desinfectar-lo. Disposarem del material necessari per fer la desinfecció.
- No es pot caminar descalç en cap lloc de la instal·lació
- Només els jugadors de les categories sènior faran ús dels vestidors respectant aforaments (6 jugadors/es per vestidor). En el quadre adjunt dels horaris ja consten l'ús de les dutxes.
- Els/les esportistes fins a categoria junior (inclosa), accediran a la instal·lació per anar directament a pista o terreny de joc (no utilitzaran vestidors).
- Des de la DE es gestionaran els grups estables que de moment són els equips formats el juny-juliol. Tret de casos excepcionals no hi haurà jugadors que pugin d'un equip a un altre.
- A la finalització dels entrenaments, els i les esportistes i entrenadors/es marxaran de la instal·lació per la porta de sortida establerta

DURANT L'ENTRENAMENT

- Respectar l'aforament màxim.
- Evitar les aglomeracions dels jugadors i entrenadors, afavorint les explicacions individuals
- El tipus d'entrenament serà prioritàriament de poc contacte fent èmfasi en la condició física i en exercicis de bàsquet sense contacte. U contra zero, dos contra zero, contraatacs sense opsició...
- Els entrenadors i entrenadores utilitzaran la mascareta en el cas que no puguin mantenir la distància de 1,5 m
- Els entrenadors i entrenadores netejaran el material utilitzat a l'acabar l'entrenament del seu equip o grup per evitar els possibles contactes. Caldrà respectar el lloc assignat per guardar el material, no podent quedar mai res a la pista pel següent equip. El lloc per guardar el material dels equips s'indicarà el primer dia d'entrenament.
- La mascareta és obligatòria per a tothom dins els recintes esportius.
- El primer dia d'entrenament caldrà revisar que tots els jugadors/es formen part del llistat que consta a les oficines del club i que no hi ha hagut cap variació ni cap novetat.
- Es recomana a tots i totes esportistes i entrenadors i entrenadores:
 - Disposar d'una ampolla d'aigua pròpia per ús individual
 - Disposar d'una tovallola pròpia

MESURES BÀSIQUES D'HIGIENE I SEGURETAT

- Rentar-se sovint les mans amb sabó o gel hidroalcohòlic, i sempre a l'entrar i abans de marxar.
- Tapar-se la boca amb el colze en tossir o esternudar.
- Evitat tocar-se els ulls, el nas o la boca.

EL PAVELLÓ DEL CBG dispsosa de gel hidroalcohòlic i desinfectant per les funcions d'higiene de mans i desinfecció del material.