



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

SEGUNDO ESTADO DE ALARMA COVID 19 **PROTOCOLO ACTIVIDAD DEPORTIVA DEL CLUB DE CAMPO,** **27 OCTUBRE 2020**

Estimado socio,

la nueva situación del Estado de Alarma y la restricción de movilidad desde las 23:00 horas hasta las 6:00 del día siguiente, nos obliga a adelantar el horario de cierre de la actividad deportiva.

HORARIO

- De lunes a sábado: de 9 a 22 horas.
- Domingos y festivos: de 9 a 21,30 horas

LAS INSTALACIONES SE CERRARÁN 30 MINUTOS DESPUÉS.

El conjunto de medidas, se asientan sobre tres pilares fundamentales:

1. El uso obligatorio de mascarilla
2. Medidas de higiene y desinfección
3. Distanciamiento de, al menos, 1'5 metros entre personas, que podrá ser mayor en casos específicos y que a continuación se detallan.

El protocolo recientemente aprobado destaca **la responsabilidad** de cada uno de los participantes o socios en el desarrollo de las actividades deportivas **ES INDIVIDUAL**, siendo el deber del Club de Campo la supervisión de su cumplimiento y la toma de medidas necesarias para asegurar el mismo a todos los socios del Club.



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

Se han nombrado varios **coordinadores COVID** para asegurar el cumplimiento del Protocolo y garantizar que se aplique correctamente, que se cumplan todos los requisitos sanitarios y se revisen adecuadamente las normas operativas del Club.

Además, es **OBLIGATORIO** la firma de la “**DECLARACIÓN RESPONSABLE**” de cada socio o de sus hijos que realicen una actividad deportiva en el Club.

De acuerdo con las autoridades sanitarias y deportivas, debemos seguir teniendo todas las cautelas posibles, y continuar extremando las medidas de seguridad, que redundarán en beneficio de nuestro colectivo.

Las directrices y recomendaciones que se están dando son en aras de preservar la salud y seguridad de las personas, y por ello nos piden a todos los Clubs deportivos, que aseguremos y nos responsabilicemos del cumplimiento estricto de las normas, al objeto de evitar posibles nuevos contagios del virus COVID-19, que echaran por tierra todo el esfuerzo realizado hasta la fecha.

La Junta Directiva apela a la responsabilidad y sentido común de sus socios, solicitando su colaboración para la aplicación de estas normas, en la seguridad que pronto podremos disfrutar de todas las instalaciones del Club.

A continuación se actualizan las normas sanitarias, de higiene y operativas del Club, adaptándolas al Protocolo referido.

Medidas de higiene obligatorias

- Distanciamiento social de 1,5 metros- 2 metros
- Uso mascarilla obligatoria en escuelas deportivas menores 18 años.
- Uso mascarilla recomendable para mayores 18 años en zona de competición.
- Uso mascarilla obligatoria para todos los socios mientras no estén dentro de zona de competición.



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

- Uso mascarilla obligatorio permanente en Gimnasio y sala de spinning.
- Se recomienda evitar prácticas deportivas en espacios cerrados.
- Evitar contacto físico
- Reuniones sociales máximo 6 personas
- Lavado de manos con agua y jabón frecuente
- Uso de soluciones hidroalcohólicas
- Evitar tocarse con las manos los ojos, nariz y boca.
- Si sufre de estornudos, fiebre o tos, apartarse de cualquier persona y taparse con el brazo. Lavado de manos posterior.
- Sustituir mascarilla si está húmeda.
- Mantener flujo unidireccional que evite cruce con otras personas
- Colaborar en la limpieza y desinfección de todo el material utilizado para el desarrollo de la actividad deportiva.
- En situaciones de ejercicio físico la distancia aconsejada sería de 5-6 metros entre personas
- No compartir bebidas, toallas ni utensilios de uso personal.



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

ACCESO

- Solo entrada de socios.
- No se permite invitados ni visitantes
- Se tomará la temperatura en el acceso del Club. No permitiendo su acceso a quienes estén por encima de 37,5%

RESERVA DE PISTAS

- El mismo día o el día antes, incluidos sábados, domingos y festivos.
- En los horarios establecidos por el Club.
- Para facilitar a los empleados su limpieza y desinfección, se accederá a la pista 5 minutos después de su inicio horario, y se abandonará 5 minutos antes de su terminación.
- **TENIS**

Se permite el juego de dobles. Hay que guardar distancia de seguridad en entrada y salida y no darse la mano para saludar.

CLASES DE TENIS



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

- En esta fase se permiten clases a grupos, de hasta 10 alumnos.
- Uso obligatorio de mascarilla menores de 18 años

PÁDEL

- Se permite el juego en parejas. Hay que guardar distancia de seguridad en entrada y salida y no darse la mano para saludar.

CLASES PÁDEL

- Solo se permiten clases hasta 3 alumnos más profesor
- Uso obligatorio mascarilla menores 18 años

TIRO DE PRECISIÓN

- Solo sábados, domingos y festivos.
- En el horario de 10 a 14 horas.
- 4 turnos de 1 hora. Máximo 4 tiradores por turno.
- Los tiradores se pondrán las dianas y desinfectarán.

VESTUARIOS



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

- Se autoriza el uso de las duchas y vestuarios con los siguientes aforos máximos:
 - Vestuarios de arriba: 12 personas en masculino y 6 personas en femenino.
 - Vestuarios gimnasio: 2 persona en masculino y 2 persona en femenino.
 - Vestuarios de abajo: 12 personas en masculino y 6 personas en femenino.
- Cada usuario tendrá la obligación de desinfectar los elementos usados, con la disolución desinfectante que el Club pondrá a su disposición
- En vestuarios solo hay que estar el tiempo imprescindible para el uso de aseos y duchas.
- Se solicita colaboración a los socios para hacer un uso responsable del consumo de agua.

GIMNASIO

- Se deberá guardar una distancia mínima de 3 metros.
- Obligatorio uso permanente de mascarilla. Sustituir mascarilla si está húmeda.
- Deberá estar bien ventilado, con todas las ventanas abiertas.



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

- Se permite el acceso al interior, con aforo máximo de 12 personas más el monitor en la sala planta primera.
- Se autoriza la práctica del spinning, con un aforo máximo de 6 personas. Se desarrollará en toda la planta baja, teniendo que estar los deportistas a una distancia mínima de 3 metros.
- Se recomienda el aumentar la distancia de seguridad de 5-6 metros entre personas, ventilación en la sala y uso de ventiladores para maximizar la renovación de aire.
- Se guardarán las distancias y medidas de seguridad
- Los turnos serán de una hora máximo por usuario, debiendo abandonar el gimnasio o la sala de spinning al finalizar.
- El horario con presencia de monitor en el siguiente horario:

De lunes a viernes: De 19 a 21 horas.
- Cada usuario tendrá la obligación de desinfectar los elementos que vaya a usar.
- Cada usuario se atenderá a lo que diga en todo momento el monitor del gimnasio, quién será el responsable del control del aforo y de las medidas de seguridad.
- Los usuarios tendrán la obligación de usar toalla, para la utilización de aparatos.



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

TERRAZAS / RESTAURANTE

- Se permite el acceso al interior, con aforo del 30%
- Se permite el acceso a las terrazas, al 100% de capacidad.
- No se permite el uso de la barra,
- Las mesas deben estar a más de 1'5 metros entre ellas.
- Los grupos formados por personas que **no formen parte de la misma unidad familiar, máximo 6 personas por mesa**, deberán mantener la distancia de seguridad.
- ***Los niños no podrán jugar en este espacio. Deberán estar sentados con los padres.***
- Teléfonos para reservas: 968 886820 y 677352326

FRONTÓN

- Se permitirá por turno horario de 1 hora, guardando la distancia de seguridad de 3 metros.

CLASES DE SPINING,

ABIERTO



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

ZUMBA, PILATES Y GAP

- Se permite su práctica en grupos de 25 personas máximo más el monitor, al aire libre (campo de fútbol/pistas deportivas)
- Cada socio deberá llevar su propia esterilla o colchoneta, toalla, agua, material deportivo... Que no será compartida.
- Se guardará la distancia mínima de 3 metros, si bien para la práctica de Gap y Zumba, la distancia mínima será de 5 metros y para la práctica de Pilates de 3 metros.
- Se evitarán aglomeraciones, y evitar contactos entre alumnos y entre profesor y alumno
- Cada usuario se atenderá a lo que diga en todo momento el monitor del gimnasio, quién será el responsable del control del aforo y de las medidas de seguridad.

PARQUE INFANTIL

ABIERTO.

Los padres aseguran la distancia de seguridad y son responsables de la limpieza de los elementos una vez utilizados.

El club facilitará, material de desinfección y limpieza.

PISCINA

CERRADA



Avda. Buenavista, 5
30120 El Palmar (Murcia)
Teléfono Oficina: 968885220
Teléfono Pistas: 671666112
Teléfono Restaurante: 968886820
E-mail: administracion@clubdecampomurcia.es
www.clubdecampomurcia.es

REAL SOCIEDAD CLUB DE CAMPO DE MURCIA

CAMPO DE FÚTBOL DE HIERBA ARTIFICIAL

ABIERTO.

Manteniendo distancia de seguridad y no estando permitido juego de contacto.

Solo el uso de tiros a portería.

Está permitido el uso de perimetral para atletismo.

CAMPO DE FUTBITO O BALONMANO

ABIERTO,

Manteniendo distancia de seguridad y no estando permitido juego de contacto.

Solo el uso de tiros a portería.

CAMPO DE BALONCESTO

ABIERTO,

Manteniendo distancia de seguridad y no estando permitido juego de contacto.

Solo el uso de tiros a canasta.

El Palmar, a 27 octubre de 2020

La Junta Directiva.