

## **PROTOCOLO PARA ENTRENAMIENTO FITNESS COVID-19**

De acuerdo con la evolución de la pandemia y las recomendaciones de la autoridad sanitaria, el uso del entrenamiento al aire libre podrá estar limitada en días y horarios.

Para que la demanda de uso sea más equitativa, el Club tiene disponible para los socios una plataforma de reserva y pago. Este protocolo ha sido creado en base a las sugerencias del Ministerio de Salud.

### **CONTROL DE ACCESO PRINCIPAL**

En el acceso del Club, específicamente en el control de barrera, se verificará que todo socio que asista tenga su reserva previa de la hora de uso en la aplicación Sport Francés. El administrador del área de la plataforma, entregará una nómina de deportistas, a Recepción del Club para su control.

- a. El ingreso del socio al Club debe ser de 15 minutos antes de su reserva.
- b. Se realizará toma de temperatura (menos de 37.8° grados).
- c. Se solicitará que el socio tenga los siguientes elementos de prevención personal:
  - Mascarilla o cubre boca.
  - Hidratación propia (agua embotellada).
  - Alcohol gel de uso personal.
  - Toalla
- d. Se recordará los protocolos de distanciamiento mínimos, un metro y medio, entre un colaborador u otro socio.

### **MEDIDAS PREVENTIVAS PREVIO USO TERRAZA**

- a. A las 07:30 horas. el personal encargado de aseo, sanitizará los pasillos de acceso y asientos para uso de deportistas.
- b. Entre cada clase, el encargado de limpieza realizará una nueva sanitización de los materiales.
- c. Se habilitará un espacio, debidamente señalizado, para dejar sus cosas personales.
- d. Se instalarán dispensadores de alcohol gel en la entrada a la terraza.
- e. Se encontrarán inhabilitados los baños del pasillo, ubicados antes de la Casilla de Deporte.

f. Se habilitarán los baños del pasillo, ubicados frente a la sala de multiuso, los cuales se higienizarán durante todo el día en forma permanente.

g. El uso de los baños está restringido para una persona, con la finalidad de resguardar el distanciamiento social.

h. Será responsabilidad del Encargado de la actividad, recordar el distanciamiento de mínimo de un metro y medio y verificar que los socios porten los siguientes elementos de uso de protección personal.

- Mascarilla, que debe ser utilizada antes y después de realizar deporte.
- Hidratación personal.
- Alcohol gel.
- Toalla

### **RESERVA Y PAGO DE USO ENTRENAMIENTO**

a. Todo socio que asista al Club a entrenar deberá reservar su hora e inscribirse para utilizar el servicio, en la aplicación Sport Frances, 48 a 24 horas antes de su ingreso. El administrador del área de la plataforma, entregará una nómina de deportistas, a Recepción del Club para su control.

b. Si necesita ayuda para realizar la reserva, puede llamar al 22 768 5753.

c. Los entrenamientos tienen un cupo limitado de 10 personas por hora y los horarios son de 08:00 a 19:00 hrs. (dependiendo de cada clase).

d. El socio que realiza la reserva, es el responsable de pagar y tener un registro de este.

e. La reserva sólo es válida si se ha efectuado el pago previamente.

f. El valor del ticket diario de entrenamiento será de \$3.000 y mensual de \$25.000.

g. Una vez procesado el pago, el socio recibirá un correo indicando que su reserva se ha realizado con éxito.

h. Los días disponibles para reservar son de lunes a sábado.

**\*los horarios y días de funcionamiento, pueden verse afectados por la Fase en que se encuentre la comuna\***

### **PREVIO AL ENTRENAMIENTO**

a. El socio deberá limpiar su equipo, incluyendo el kit de entrenamiento.

b. Es obligación traer una toalla para uso personal y alcohol gel.

c. El socio debe traer su propia hidratación y no compartirla.

- d. Cada socio debe traer sus zapatillas alternativas para cambiarse antes de entrenar.
- e. Se recomienda traer su propio mat de entrenamiento si lo estima conveniente.

#### **DURANTE EL ENTRENAMIENTO**

- a. El número de socios por entrenamiento, será de ocho personas como máximo en el mismo horario.
- b. El socio al entrenar recibirá las instrucciones del profesor de frente a él, pero al momento de ejecutar el entrenamiento deberá hacerlo mirando hacia afuera de la terraza.
- c. Los entrenamientos tendrán una duración de 40 minutos, permitiendo a nuestro personal de aseo el tiempo necesario para sanitizar los implementos para la próxima clase.
- d. No se permitirá alternar implementos entre los socios.
- e. Se mantendrá una distancia entre cada socio, delimitando una zona segura de entrenamiento de 3 metros cuadrados.
- f. Al finalizar el entrenamiento, el socio deberá dejar su kit de implementos ordenados.
- g. Existirá una entrada y una salida exclusiva para los socios.
- h. El profesor de turno será el responsable de coordinar la entrada y salida de los participantes.

#### **DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO**

- a. Al terminar de entrenar, el socio debe retirarse del Club de forma inmediata, por la salida autorizada para esta actividad, según la señalética correspondiente.
- b. Si el punto anterior no es respetado por los socios, se deberá informar a la jefatura directa, el cual deberá guiar al socio a la salida y reiterar las medidas de prevención adoptadas por el Club en materia de Covid-19.
- c. El socio no podrá permanecer en el estacionamiento del club.

**Al respetar estas indicaciones, el socio se compromete a velar por el cumplimiento de este protocolo de prevención ante el Covid-19.**