



## Medidas de protección y prevención de contagios en las actividades en **ACTIVIDADES INFANTILES**

- **No venir al Estadio** (ni a la actividad) si se tiene o ha tenido contacto reciente con personas contagiadas y contactar con su centro de salud
- La actividad tiene aforo limitado, **acudir solo los días y horas que corresponden**
- **Si hay señalizadas circulaciones preferentes** para llegar y salir (de la sala, piscina, pista...), **respetarlas**
- **No usar los vestuarios** (salvo natación en las zonas habilitadas y organizadas)
- **Ser puntual para el comienzo y fin de la sesión.** Llegar a la instalación que corresponda a la hora en punto y abandónala nada más acabar, manteniendo la distancia interpersonal (1,5 m) y evitando formar grupos
- Traer siempre la **ropa, calzado, bañador, gorro y toalla limpios**
- **Antes de la sesión lavarse bien las manos con agua y jabón** y, en la instalación que corresponda, con hidrogel
- **Realizar la sesión con mascarilla** (excepto natación, en el agua)
- **Durante toda la sesión mantener la distancia interpersonal (2 m) y la separación entre grupos (máximo 6 personas) y evitar el contacto físico.** En las salas colocarse en una de las señales del suelo (o en una de las bicicletas)
- **Traer su propio material** (patines, raqueta, pala, gafas, gorro, chancletas...) y no compartirlo
- **Si se utiliza material ajeno, desinfectarlo antes y después de usar**
- **Si acompañas a un/a menor, educarle en la responsabilidad individual** del cumplimiento de las normas para la protección y prevención de contagios
- Durante la actividad **atender y respetar las indicaciones de el/la monitor/a** y las normas de cada instalación, señalización e indicaciones del personal del Estadio
- El incumplimiento de las normas, señalización e indicaciones, en especial las propias de esta temporada, conlleva sanciones disciplinarias inmediatas

**El ejercicio físico regular (combinado con la nutrición adecuada y buen descanso) mejora tu sistema inmunológico**