Normas e instrucciones para garantizar la seguridad en su práctica deportiva:

A nivel de entrenamientos:

• Mantener un flujo unidireccional que evite el 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 cuando existen momentos de hiperventilación (respirar mayor número de veces y con una mayor intensidad) sería de 5-6 metros con los compañeros.

• Después de finalizar los entrenamientos se debe evitar coincidir con otros participantes, estableciendo un margen de tiempo suficiente para realizar las tareas de limpieza o desinfección.

• No compartir bebidas, ni botellas de agua, así como todos aquellos utensilios de uso personal (auriculares, relojes, móviles, tablets, bolsas de deporte, etc.).

El uso de la mascarilla por parte de todos los usuarios de Gimnasios es obligatorio permanentemente durante su estancia en ellos en todas las zonas y durante la práctica deportiva desarrollada, salvo y solo de forma extraordinaria en momentos puntuales y limitados de alta intensidad en el esfuerzo, en los que se requiere de mayor hiperventilación. En estos casos se aumentará la distancia de seguridad alrededor del ejercitante con un mínimo de tres-cinco metros de separación y se ubicaran los equipos para la realización de dichas prácticas en zonas de ventilación continua natural.

Declaración Responsable como usuario/a del gimnasio.

D./Dña. ………………………………………………..…… mayor/menor de edad y con DNI……………., teléfono ……………. con domicilio en …………………………. , calle ……............................................................ nº …… CP ………………, en nombre propio o como padre/madre/tutor/a legal del menor ………………………………………………………., usuario/a del gimnasio.

Comparezco y manifiesto como mejor proceda DECLARO RESPONSABLEMENTE

1. Que tengo pleno conocimiento y conciencia que el uso del gimnasio implica un riesgo de contagio del COVID-19 del cual soy consciente y acepto.
2. Que no acudiré a la actividad con sintomatología compatible con el Coronavirus SARS- CoV-2 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones.
3. Que si hubiera dado positivo o hubiese tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 me abstendré de asistir al gimnasio hasta que pueda confirmar que no padezco la enfermedad.
4. Que me comprometo a informar al Ayuntamiento de Barrado de cualquier síntoma que tenga compatible con el COVID-19, el hecho de haber dado positivo o la existencia de cualquier presunto o confirmado caso de covid-19 en el entorno familiar o próximo, y me comprometo a mantener puntualmente informado de la evolución de estos a los responsables de la entidad.
5. Esta información será tratada de manera confidencial y con la exclusiva finalidad de poder adoptarse las medidas necesarias para evitar el contagio y la propagación del virus. Al cumplimentar el presente documento, el abajo firmante otorga el consentimiento expreso para que el Ayuntamiento de Barrado pueda hacer un tratamiento de estos datos desde el punto de vista estrictamente médico y de prevención.

Al mismo tiempo y con la firma de este documento se declara conocer las medidas específicas de protección e higiene establecidas

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes, sin que exista responsabilidad alguna por parte Ayuntamiento de Barrado de los contagios que se pudieran producir. Y para que conste a los efectos oportunos,

 FIRMO

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| USUARIO/A | FECHA Y HORA | USUARIO/A | FECHA Y HORA |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |