



RECOMENDACIONES SANITARIAS PARA EL **REGRESO DE LAS ACTIVIDADES** **DEPORTIVAS G.E.L.P.**

I. OBJETO

* Definir los instructivos que regulen la utilización de elementos de protección, limpieza, distanciamiento, desinfecciones, monitoreo de la Salud del Personal y Deportistas del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, factores de riesgo, segmentación y trazabilidad, aislamiento de potenciales contagiados, a los fines de:

* Minimizar las probabilidades de contagio de COVID-19 en el trabajo y espacios de prácticas Deportivas, en los diferentes predios del Club.

* Detectar potenciales casos sospechosos y probables contactos estrechos.

II. ALCANCE

* Las pautas aquí establecidas se aplican a todas las Disciplinas y Docentes del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, como también a todo los/as Deportistas que desarrolle tareas de entrenamientos y prácticas deportivas, dentro de Nuestra Institución.

III. ÁMBITO DE APLICACIÓN

* El contenido de este procedimiento se aplica a toda la Institución, en lo que se encuentra bajo la coordinación del Departamento de Deportes del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

IV. NORMATIVA DE REFERENCIA

* Se aplican y toman como referencia los Protocolos enviados por las diferentes Asociaciones/Federaciones de los diferentes Deportes que se realizan en Nuestra Institución.

V. VIGENCIA

* Este procedimiento entrará en vigencia a partir de su aprobación y posterior comunicación a todo el Personal vinculado al Departamento de Deportes y a todos/as los/as Deportistas que vayan a realizar las Prácticas de sus respectivas disciplinas. Hasta que se normalice la situación epidemiológica en la cual nos presentamos en la actualidad.



* Esta Comunicación, se realizará por todos los Medios Oficiales que estén al alcance por parte de la Institución (Página Web, Instagram, Twitter, Facebook, Reuniones informativas vía Zoom).



RESPONSABILIDADES DEL DEPARTAMENTO DE DEPORTES

- 1-Elaborar y Gestionar el cumplimiento de los siguientes Procedimientos/Recomendaciones.
- 2-Informar a todo el Personal y Deportistas vinculados al normal desarrollo de los Deportes.
- 3-Cumplir dentro y fuera del establecimiento con las medidas de higiene de público conocimiento, evitando contactos innecesarios con el resto de la sociedad por fuera de las Prácticas Deportivas.

CONCIENTIZACIÓN Y CAPACITACIÓN

Estas RECOMENDACIONES SANITARIAS serán informadas con anterioridad al primer día de inicio de actividades a todo el Personal afectado a las actividades Deportivas. Las mismas, serán presentadas por los Responsables del Departamento de Deportes, el Responsable del Área de Salud y el Responsable de RR.HH y se instrumentarán a través de los/as Coordinadores/as de cada Deporte, quienes acompañarán tanto en la Presentación/Capacitación, como en el Seguimiento y Control.

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS GENERALES

Fomentar en todo momento comportamientos que reduzcan la propagación de la enfermedad:

1. Automonitorear la presencia de signos y síntomas compatible con COVID 19 antes de ir a la institución (anexo I)
2. Lavarse las manos con abundante agua y jabón, o con soluciones a base de alcohol (excepto si están visiblemente sucias o después de ir al baño), periódicamente antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos, de comer, luego de tocar superficies públicas, después de utilizar instalaciones sanitarias
3. Limpiar las superficies regularmente.
4. Si tose o estornuda, cúbrase con el pliegue del codo.
5. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
6. Guarde distancia, mínimo 2 metros.
7. Evite el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos. Estarán prohibidas las reuniones en espacios cerrados.
8. Cada jugador/a deberá traer su propio kit sanitario (alcohol en gel o líquido al 70%, barbijo y toalla personal), hacer uso individual y personal del mismo durante las prácticas.
9. Sólo se permitirá el ingreso de Deportistas, sin acompañantes ni familiares.



10. Se recomienda el uso de descartables al ingerir líquidos. No se deben compartir vasos, ni botellas, cada Docente/Profesor/a se lleve su vaso, mate o infusión. No salivar el piso. Arrojar residuos como pañuelos descartables, toallas, etc., en los cestos de basura.
11. El ingreso al sector de baños debe realizarse de a una persona por vez y realizar la higiene de manos correspondiente al salir del mismo. No se permitirá la utilización de vestuarios.
12. Al final de cada turno de trabajo, se deberá realizar la limpieza correspondiente según normativas.
13. Desinfección de espacios comunes (baños, pasillos, escaleras). El procedimiento de limpieza deberá ser: rociar un paño con la solución desinfectante y luego frotar con dicho paño las superficies) con solución agua con lavandina. Se contará con alcohol en gel en diferentes sectores de trabajo, así como jabón en los sanitarios.

***Se ha demostrado que el rociamiento como estrategia principal de desinfección no es eficaz para eliminar los contaminantes fuera de las zonas de rociamiento directo. Se recomienda rociar con solución desinfectante un paño limpio y seco, y frotar con el paño las superficies a fondo.**

14. Se proveerá a todo el personal los elementos necesarios para poder llevar a cabo las medidas de desinfección e higiene de manos.

PROTECCIONES

Independientemente de los Elementos de Protección Personal definidos para cada proceso, la amenaza de la pandemia requiere de las siguientes protecciones:

BARBIJOS

El barbijo debe ser utilizado en todo momento, desde el momento que salen de sus casas. En caso que por alguna excepción o que la actividad física deportiva requiera el retiro del mismo, deberán respetar el distanciamiento deportivo.

Todo el personal, sin excepción, debe utilizar esta protección desde el primer acercamiento a un compañero de trabajo y/o Deportista. Si por alguna razón debe retirárselo, siempre lo deberá mantener en su poder para evitar intercambios por error.

- Personal/Deportista que toma el transporte colectivo: el barbijo debe comenzar a utilizarse al subir al colectivo, y con anterioridad en el caso de que comparta la espera con otras personas.
- Personal/Deportista que se moviliza con transporte propio: Debe utilizar el barbijo desde que baja de su vehículo y hasta que vuelven a subir para su vuelta. En el caso que compartan el



vehículo, se debe mantener la máscara puesta desde el primer contacto y hasta que se baje el último acompañante.

USO CORRECTO DEL BARBIJO

- * Colocar el barbijo cuidadosamente de modo que cubra la boca y nariz. Ajustarlo ceñidamente para que no haya huecos entre la cara y el barbijo.
- * Procurar no tocarlo mientras se lo lleva puesto.
- * Siempre que se toque el barbijo, por ejemplo al quitárselo o corregir su posición, asearse las manos con agua y jabón o utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- * Tan pronto como el barbijo se humedezca, cambiarlo por otro que esté limpio y seco.
- * No volver a utilizar los barbijos desechables.

PROTECCIÓN OCULAR Y GANTES DE LÁTEX O DE NITRILO

- Se recomienda para el Personal específico de limpieza.



RECOMENDACIONES GENERALES DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN COVID19

INDICACIONES

Las superficies de alto contacto con las manos o superficies “altamente tocadas”, deben ser limpiadas y desinfectadas con mayor frecuencia que las superficies que tienen mínimo contacto con las manos o “poco tocadas”.

La higiene de espacios físicos requiere friccionar las superficies para remover la suciedad y los microorganismos presentes, necesitando un proceso de desinfección exclusivamente en aquellas zonas que tomaron contacto con manos del personal. Previo a todo proceso de desinfección, es necesaria la limpieza exhaustiva. La limpieza debe ser húmeda, se prohíbe el uso de plumeros o elementos que movilicen el polvo ambiental. No se utilizará métodos en seco para eliminar el polvo. Las soluciones de detergentes y los agentes de desinfección como hipoclorito de sodio (lavandina) deben prepararse inmediatamente antes de ser usados. No se debe mezclar detergente u otros agentes químicos con hipoclorito de sodio (lavandina), ya que se podrían generar vapores tóxicos, irritantes para la vía respiratoria, entre otros efectos y se inactiva la acción microbicida.

La limpieza del área deberá comenzarse desde la zona más limpia concluyendo por la más sucia y desde las zonas más altas a las más bajas.

PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Detergente de uso doméstico

Hipoclorito de sodio (Lavandina Concentrada)

TÉCNICAS DE LIMPIEZA

Limpieza con detergente: Preparar una solución con cantidad de detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma y agua tibia, en un recipiente de volumen adecuado. Sumergir un paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a limpiar, en una sola dirección desde arriba hacia abajo, o de lado a lado, sin retroceder. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia. Descartar la solución de detergente. Reemplazar por agua limpia. Enjuagar el paño, embeberlo en agua limpia y enjuagar la superficie.

Limpieza y Desinfección con hipoclorito de sodio (lavandina) Para realizar la desinfección preparar solución de hipoclorito de sodio 1 % v/v, embeber el paño y pasarlo por la superficie a desinfectar. Pasar el paño embebido por toda la superficie a desinfectar.

Para preparar una solución al 1%



LA DILUCION DEPENDE DE LA CONCENTRACION INICIAL DEL HIPOCLORITO DE SODIO (25 o 55 g CL/l)

Se recomienda 10 ml de lavandina con concentración de 50 gr/lit de hipoclorito de sodio por litro de agua o 20 ml de lavandina con concentración de 25 gr/lit de hipoclorito de sodio por litro de agua.

Finalizada alguna de estas técnicas de limpieza/desinfección: Lavar los baldes, guantes, paños y trapos de piso. Colocar baldes boca abajo para que escurran el líquido residual y extender los trapos de piso y paños para que se sequen. Secar los guantes o dejarlos escurrir. Lavarse las manos con agua y jabón común.

PROCESOS DE LIMPIEZA

Se capacitará al personal para incrementar el servicio de limpieza, para la correcta y recurrente higiene de las áreas de mayor circulación, según el siguiente esquema:

QUE SE DEBE LIMPIAR COMO SE DEBE LIMPIAR HERRAMIENTAS

Las superficies frecuentemente tocadas deben limpiarse y luego desinfectarse. **Recordar no aerosolizar directamente sobre la superficie, sino hacerlo sobre el paño limpio y luego frotar las superficies con el desinfectante.**

*Puerta y Picaportes o barras de puertas.

Con trapo limpio y lavandina en aerosol / atomizador o alcohol diluido 70% alcohol y 30% agua. Abarcando el mayor área posible. Trapo Rejilla, lavandina en aerosol / atomizador, atomizador con agua y alcohol

*Superficies: Mesadas, mesas, escritorios, estantes

Con trapo limpio y lavandina en aerosol / atomizador o alcohol diluido 70% alcohol y 30% agua. Trapo Rejilla, lavandina en aerosol/ atomizador, atomizador con agua y alcohol

*Baranda de escaleras

Con trapo limpio y lavandina en aerosol / atomizador. Trapo Rejilla, lavandina en aerosol/ atomizador, con agua y alcohol.

*Canillas de dispenser.

Alcohol diluido 70% alcohol y 30% agua. Trapo rejilla, alcohol y agua en atomizador.

*Bidones de reposición de dispenser con trapo limpio y lavandina en aerosol o alcohol diluido 70% alcohol y 30% agua. Trapo Rejilla, lavandina en aerosol/ atomizador, con agua y alcohol.



*Pisos de ingreso y pasillos.

Lampazo o trapeador con Agua con lavandina o desinfectante, lampazo/ trapeador y contenedor de mezcla limpiadora (balde o similar).

*Bancos, butacas, asientos en general.

Con trapo limpio y lavandina diluida Trapo Rejilla, lavandina diluida.

Se deben armar los cronogramas de limpieza según este procedimiento, indicando la frecuencia.

El Cronograma debe tener el siguiente formato:

FECHA:

CRONOGRAMA DE LIMPIEZA DE ÁREAS GENERALES

TAREA OBSERVACIÓN FRECUENCIA REGISTRO DE FRECUENCIA DE LIMPIEZA:

PICAPORTES, PUERTAS Y SUPERFICIES CADA DOS HORAS.

DISPENSER, BIDONES Y CANILLAS CADA DOS HORAS.

BARANDAS, ESCALERA CADA DOS HORAS.

BANCOS, DESCANSOS Y ASIENTOS CADA DOS HORAS.

PISOS CADA DOS HORAS.

ELEMENTOS DE LIMPIEZA

Dispositivo para traslado de materiales:

Debe estar en buenas condiciones, debe contener un listado de necesidades, las sustancias deben estar identificadas y no deben trasvasarse a contenedores asociados a alimentos (Ej.: botellas de gaseosa o yogur etc.).



DISTANCIAMIENTO

A continuación las RECOMENDACIONES establecidas:

- Se debe ingresar en el horario acordado.
- Respetar dos metros de distancia en caso de formarse filas.
- Antes de ingresar, desinfectarse las manos con alcohol en gel.
- Las posiciones de las sillas o asientos deben respetar la distancia de 2 metros entre sí.
- No está permitido modificar las mismas.

Para las demás actividades:

1. Respetar la distancia en la jornada de trabajo mínimo de 2 metros. Para respetar esta distancia, ningún elemento como piezas, herramientas, elementos de medición y/o documentación de trabajo deben entregarse en mano, sino apoyándolos de modo temporal sobre mesa o estante.
2. La totalidad del personal debe higienizarse las manos con agua y jabón / alcohol en gel, al momento del ingreso, luego de fichar y de dejar sus pertenencias.
3. Utilizar, además de los elementos de protección personal correspondientes para cada proceso, los respectivos para este caso (anteojos /antiparras/barbijos/guantes).
4. Mantener el orden e higiene de los sectores de trabajo en forma permanente.
5. Los descansos se realizarán por turnos y evitando formar grupos de varias personas.
6. Al finalizar el turno de cada jornada, se deberá higienizar el puesto de trabajo, con los elementos provistos por el Club y según los procedimientos establecidos.
7. Al momento de dejar cualquiera de los predios del Club cada trabajador deberá lavar sus manos y dirigirse con la distancia correspondiente hacia los lugares de salida, adoptando las mismas medidas de movilización mencionadas anteriormente.
8. Deberán higienizar también las herramientas de trabajo antes y después de su uso.
9. Al regresar a sus casas se recomienda desinfectar ropa de trabajo y calzado y ducharse. El lavado de la ropa con el detergente o jabon habitual a temperatura 60 grados es suficiente. No se recomienda rociarla con desinfectante



INGRESOS A LOS DISTINTOS PREDIOS DEL CLUB POR PARTE DE PERSONAL/SOCIOS Y/O DEPORTISTAS

1. La totalidad de las visitas deberán higienizarse las manos con alcohol en gel al momento del ingreso.
2. Se realizará el control de la temperatura a todas las visitas sin excepción alguna.

RECEPCIÓN/ OFICINA DE SOCIOS/ TESORERIA/ DEPARTAMENTO DE DEPORTES

1. Respetar la distancia de trabajo mínimo de 2 metros.
2. Realizar la limpieza de los muebles y útiles con frecuencia.
3. Si consume una infusión, no deberá compartirla con ningún compañero.
4. Se debe ingresar de a uno a los sectores de cocina y baños.
5. Ante cualquier signo/síntoma (fiebre, dolor de cabeza, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida de gusto y/u olfato, diarrea, vómitos), consulte inmediatamente su superior y al Area de Salud del Club.

RECOMENDACIONES PARA TODAS LAS ÁREAS EN GENERAL

- En caso de haber estado en contacto con personas provenientes del extranjero deberá informar inmediatamente a su superior inmediato.

En caso de haber estado en contacto con un caso sospechoso o confirmado de COVID 19 deberá informar inmediatamente a su superior inmediato.

- Al regresar a su hogar se recomienda desinfectar sus zapatos, si es posible el lavado de ropa de trabajo y tomar una ducha.



AISLAMIENTOS

¿Cómo proceder ante un paciente que cumple con los criterios de caso sospechoso?

Se considerará caso sospechoso de COVID 19, a todo paciente que cumpla con los criterios definidos por Según criterios del Ministerio de Salud de la Nación). Dichos criterios son dinámicos, se:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

En caso de detectar caso sospechoso se deberá activar el siguiente protocolo:

A. Aislar al Trabajador/Deportista con sus pertenencias, en los espacios resueltos para este fin (Departamento de Voley en la Sede Social y Consultorio en Bosquecito).

B. Entregar barbijo al Trabajador/a/Deportista.

C. Llamar al Servicio de Emergencias Médicas del Club SIPEM, e informar que hay una persona considerada caso Sospechoso de Coronavirus, la que deberá ser derivada al Instituto Médico Platense, o en su defecto al Instituto de Diagnóstico de La Plata.

D. Evitar contacto con el trabajador/deportista hasta que el sistema de emergencia brinde las indicaciones correspondientes.

E. Lavar las manos con agua y jabón, y/o alcohol en gel.

F. Reportar a la Gerencia General del Club.

Luego de aislar al paciente potencial, se debe realizar una limpieza y desinfección minuciosa, junto con un examen epidemiológico en la locación, que consiste en:

- Verificar si el paciente usó o estuvo en las áreas públicas o comunes:

- Áreas de descanso.

- Área de oficinas..

- Sala de reuniones.

- Verificar los movimientos del paciente potencial junto con el responsable del área al que pertenece el paciente:

- Área en la que trabajó y/o realizó la Práctica Deportiva.

- Restringir el acceso al área y a la ruta de circulación del paciente al resto de los empleados.



- Proceder a realizar una limpieza profunda en las áreas.
- El servicio médico que sea convocado para asistencia del Personal/Deportista realizará un cuestionario para definir quienes serán considerados contactos estrechos (según la definición del Ministerio de Salud y tomar las medidas de cuarentena, a saber (anexo II):
 - Enviar a los contactos estrechos a una cuarentena domiciliaria.
 - Si alguno de los contactos estrechos presentará síntomas mientras está cumpliendo el aislamiento, deberá realizarse el examen hisopado naso y orofaríngeo para verificar la presencia del virus COVID-19.
 - Informar al personal del Club sobre la detección de un caso potencial y lo realizado.
 - Monitorear la evolución tanto del caso sospechoso, como de las personas identificadas como contactos estrechos.
- En el caso de que se confirme la presencia del COVID-19 en el paciente sospechoso, se debe:
 - Monitorear la evolución del paciente.
 - Los contactos estrechos del mismo mantendrán los 14 días de aislamiento desde el último contacto con el caso confirmado.
 - Una vez que el caso confirmado sanó y su doctor emitió el certificado médico correspondiente, el mismo puede volver al trabajo o la práctica Deportiva.
- Una vez que se cumplieron los 14 días de cuarentena aplicadas a los contactos estrechos, y dichas personas no manifestaron síntomas o manifestaron (si manifiestan síntomas deben realizarse el test PCR SARS CoV2, excepto que sean convivientes del caso confirmado) y ya están sanas, las mismas pueden volver al trabajo, en el segundo caso, con el certificado del médico correspondiente.



PRACTICA DEPORTIVA

A continuación, se detallan las RECOMENDACIONES SANITARIAS para las diferentes Disciplinas a realizarse en Nuestra Institución, en las diferentes Sedes.

Las mismas, se encuadran según los Protocolos utilizados por cada una de las Asociaciones/Federaciones de cada uno de los Deportes y bajo las RECOMENDACIONES de los Organismos Estatales de Salud y Deporte de La Nación, Provincia de Buenos Aires y la Municipalidad de La Plata.

A continuación de las mismas, se adecuarán según Espacio de desarrollo y en la medida de cambios de Fase que se vayan dando en la Evolución del Virus en la práctica diaria.

De forma gráfica, se ubica a las Disciplinas, según su grado de riesgo en cuanto al contagio del Virus COVID19 y las características de cada lugar de desarrollo de las mismas.



CATEGORIA	CARACTERISTICAS	INFRAESTRUCTURA	DEPORTE
1	<p>Espacios abiertos sumamente ventilados.</p> <p>Son superficies amplias que permiten desarrollar grandes desplazamientos y con velocidad.</p>	<p>*CANCHA DE HOCKEY</p> <p>*CANCHAS DE TENIS</p> <p>*PISTA DE ATLETISMO (C.E.F. N°2)</p>	<p>*HOCKEY</p> <p>*TENIS</p> <p>*ATLETISMO</p>
2	<p>Gimnasios cerrados con ventilación disminuida por presencia de paredes.</p> <p>Se realizan actividades con uso de material Deportivo individual.</p> <p>Los espacios son más reducidos por lo tanto los desplazamientos son de menor distancia y la separación entre Deportistas es menor.</p>	<p>*POLIDEPORTIVO VICTOR NETHOL</p> <p>*GIMNASIO ARANA</p> <p>*GIMNASIO CENTENARIO</p> <p>*SALON HEROES DE MALVINAS</p>	<p>*PATIN</p> <p>*BASQUET</p> <p>*VOLEY</p> <p>*GIMNASIA MASCULINA</p>
3	<p>Espacios cerrados con poca ventilación.</p> <p>La práctica deportiva implica el uso compartido de elementos y se dificulta mantener la distancia personal recomendada.</p>	<p>*SALA DE ARMAS</p> <p>*GIMNASIO CASTAGNET</p> <p>*SALA DE ARTES MARCIALES</p> <p>*GIMNASIO INICIACION DEPORTIVA/FUNCIONAL</p> <p>*GIMNASIO MUSCULACION</p> <p>*GIMNASIO DE BOXEO</p>	<p>*MUSCULACION</p> <p>*ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</p> <p>*GIMNASIA ARTISTICA</p> <p>*BOXEO</p> <p>*TAEKWONDO</p> <p>*KARATE</p> <p>*KENDO IAIDO</p> <p>*ESGRIMA</p> <p>*INICIACION DEPORTIVA(NOTA)</p>



RECOMENDACIONES PARA HOCKEY

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Confederación Argentina de Hockey sobre Césped.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de “Declaración Jurada” en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 1 Verde.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Coordinar con el responsable del deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso al club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada coordinador de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.



- Habrá un/a solo/a Profesor/a por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 10 (diez) personas por sesión y 1 (uno/) Profesor/a, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- Se habilitará la práctica deportiva sin la utilización de elementos que puedan compartir.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA TENIS

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de las Asociación Argentina de Tenis.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de “Declaración Jurada” en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

INGRESO Y SALIDA DE LAS CANCHAS

- **Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.**
- Se deberá realizar lavado de manos inmediatamente antes y después de la actividad.
- Cada jugador/a deberá desinfectar el material personal de juego y de cualquier otro material auxiliar (bancos, sillas, etc).
- Cada jugador/a deberá traer su propio kit sanitario (alcohol diluido 70/30 para rociar superficies y pertenencias, alcohol en gel y toalla) y hacer uso individual y personal del mismo durante las prácticas.
- Sólo se permitirá el ingreso de los jugadores/as, sin acompañantes ni familiares.
- Se elimina el clásico saludo inicial (darse la mano).
- Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.



CLASES DE TENIS

Edades: Para la práctica de personas mayores de 60 años se requerirá Certificado Apto Médico, que deberá ser presentado al coordinador de tenis.

Tiempo: El turno de asignación de cancha será de 60 minutos. El tiempo de juego será de 50 minutos, destinando un período de 10 minutos a higienizar superficies de uso común de las canchas y el material utilizado.

Días: Sólo se podrá realizar la práctica de Tenis, de lunes a viernes.

Horario: Se podrán realizar las prácticas en el horario de 8 A 22 HS, siendo el último horario disponible para reservar cancha el de las 21hs.

Equipamiento: las pelotas a utilizar deberán tener una marca distintiva por cada jugador.

Deberán respetarse las pautas establecidas por la Asociación Argentina de Tenis. Todas las recomendaciones de la OMS y el presenta documento estarán exhibidos en la periferia de las Canchas.

Práctica entre dos jugadores/as:

- Sólo estará permitida la modalidad en formato single.
- Se sugiere utilizar un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas, o en su defecto, previamente desinfectadas.
- Cada jugador/a tocará con sus manos únicamente las tres pelotas identificadas con una marca propia.
- El ingreso a la cancha deberá realizarse de a un jugador por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada jugador deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.
- Se recomienda realizar peloteos desde el fondo de cancha, evitando aproximarse a la red.
- Evitar los cambios de lado.

Modalidad de juego sin Profesor/a:

- Sólo estará permitida la modalidad de single con un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas o en su defecto, previamente desinfectadas.



Modalidad de juego con Profesor/a:

- Sólo estarán permitidas las clases individuales (Profesor/a +1) y clases grupales de un máximo de dos alumnos/as (Profesor/a + 2).
- En el caso de la clase grupal, el ingreso a la cancha deberá realizarse de a un alumno/a por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada alumno/a deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.
- Los/as alumnos/as deberán mantener en todo momento la distancia mínima entre ellos/as.
- El/la Profesor/a utilizará la misma referencia de 6-8 metros de distancia aproximada con respecto a los/as alumnos/as.
- Se recomienda que todos los ejercicios, ya sea de calentamiento o centrales, se realicen de manera individual y respetando la distancia sugerida anteriormente.
- Deben evitarse los trabajos muy cercanos a la red. En el caso de peloteos entre dos jugadores/as, se recomienda que cada jugador/a esté en el fondo de cancha.
- Se recomienda la utilización de pocas pelotas para el dictado de la clase, a fin de mantener el control de las mismas. Éstas deberán estar previamente identificadas con una marcación que las distinga. El/la único/a responsable de recoger las pelotas será el/la Profesor/a, sólo el/ella podrá tocarlas con la mano.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA ATLETISMO

En esta Disciplina debe tomarse en cuenta que al no ser desarrollada en Instalaciones de Nuestra Institución, deberán adecuarse a los lineamientos Sanitarios que sean tomados en cuenta por el CENTRO DE EDUCACION FISICA N°2, que depende del Gobierno de la Provincia de Buenos Aires y será el que oportunamente, comunique los pasos a seguir.



RECOMENDACIONES PARA PATÍN

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Confederación Argentina de Patinaje.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 2 Amarillo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Coordinar con la Responsable del Deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Coordinadora del Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá una sola Profesora por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 8 (ocho) personas por sesión y 1(una) Profesora, respetando la distancia de 4 (cuatro) metros entre ellos/as.
- Cada sesión de entrenamiento, tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA BÁSQUET

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Confederación Argentina de Básquet.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 2 Amarillo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Coordinar con el responsable del deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- Se tomará la temperatura corporal al ingreso al club.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada coordinador de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un/a solo/a Profesor/a por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 6 (seis) personas por sesión, respetando la distancia de 4 (cuatro) metros entre ellos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- Se habilitará la práctica deportiva sin la utilización de elementos que puedan compartir.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA VOLEY

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación de Voleibol Argentino.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 2 Amarillo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el responsable del deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Coordinador/a de Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un/a solo/a Profesor/a por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 6 (seis) personas por sesión y 1 (uno/a) Profesor/a, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- Se habilitará la práctica deportiva sin la utilización de elementos que puedan compartir.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA GIMNASIA MASCULINA

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Cámara Argentina de Gimnasios y Afines.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 2 Amarillo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el responsable de la actividad el turno.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Profesor de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Podrán entrenar un máximo de 4 (cuatro) personas por sesión y 1(uno) Profesor, respetando la distancia de 6 (seis) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Las máquinas habilitadas para uso, deberán respetar una distancia de 2 (dos) metros entre sí y entre sesiones deberá haber 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el período de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA GIMNASIO DE MUSCULACION

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Cámara Argentina de Gimnasios y Afines.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el responsable del lugar el turno.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Profesor de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(uno) Profesor, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Las máquinas habilitadas para uso, deberán respetar una distancia de 2 (dos) metros entre sí y entre sesiones deberá haber 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el período de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Cámara Argentina de Gimnasios y Afines.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de “Declaración Jurada” en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el responsable del lugar el turno.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Profesor de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(un) Profesor, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Las máquinas habilitadas para uso, deberán respetar una distancia de 2 (dos) metros entre sí y entre sesiones deberá haber 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el período de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA GIMNASIA ARTISTICA

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Confederación Argentina de Gimnasia.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Profesor/a del Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.



- Podrán entrenar un máximo de 8 (ocho) personas por sesión y 1(uno/a) Profesor/a, respetando la distancia de 3 (tres) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Los espacios a utilizar, deberán respetar una distancia de 4 (cuatro) metros entre sí y entre sesiones deberá haber 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el período de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA BOXEO

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación Argentina de Boxeo.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el Responsable del Deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Coordinador de Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un solo Profesor por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(uno) Profesor, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA TAEKWONDO

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación de Taekwon-Do de la República Argentina.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de “Declaración Jurada” en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Coordinar con el responsable del Deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- Se tomará la temperatura corporal al ingreso al Club.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por Profesor del Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un solo Profesor por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(un) Profesor, respetando la distancia de 6 (seis) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento, tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA KARATE

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación Argentina de Karate y Kokudo Okinawense .
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de “Declaración Jurada” en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Coordinar con el responsable del Deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- Se tomará la temperatura corporal al ingreso al Club.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por Profesor del Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un solo Profesor por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(un) Profesor, respetando la distancia de 6 (seis) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento, tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA KENDO IAIDO

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación Argentina de Kendo.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al club y para realizar la actividad.
- Coordinar con el responsable del Deporte la asistencia y los turnos.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.
- Se tomará la temperatura corporal al ingreso al Club.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por Profesor del Deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Habrá un solo Profesor por grupo que no podrá ser cambiado, para poder asegurar así el menor contagio.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(un) Profesor, respetando la distancia de 6 (seis) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento, tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Entre sesiones habrá 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el periodo de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



RECOMENDACIONES PARA ESGRIMA

El desarrollo de las presentes RECOMENDACIONES considera las establecidas por las autoridades de la Municipalidad de La Plata y el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires para iniciar la actividad en un ámbito seguro y ordenado.

Estas RECOMENDACIONES fueron desarrolladas considerando como documentos rectores los establecidos por las autoridades competentes y los vigentes en el Club de Gimnasia y Esgrima La Plata, a saber:

1. Resolución N°2093-MJGM-2020 de la Provincia de Buenos Aires.
2. Protocolo de la Federación Argentina de Esgrima.
3. Protocolo General del Club de Gimnasia y Esgrima La Plata.

INGRESO AL CLUB

Al ingresar al Club, el/la deportista deberá registrarse en nuestra planilla en Portería (Anexo III).

Este registro tendrá como objetivo, registrar la temperatura del/la Deportista al ingresar al Club y para saber al grupo y Disciplina pertenece validez de "Declaración Jurada" en donde avale su buen estado de salud. En la puerta de ingreso y salida estará a disposición de los/as participantes rociadores con alcohol diluido en la proporción 70/30.

Deberá presentar la CODIFICACION de la APP CUIDAR en el ingreso al Club.

EGRESO

Inmediatamente después de finalizar la práctica, cada deportista deberá abandonar el establecimiento, registrando en la portería de salida el horario de la misma.

PRÁCTICAS

- Práctica en Zona de riesgo 3 Rojo.
- Uso de tapabocas obligatorios para el ingreso al Club y para realizar la actividad.
- Debe ser Mayor de 16 años.
- Coordinar con el responsable del lugar el turno.
- Al ingreso del Club deberá rociar la suela del calzado con la solución sanitizante.
- Al ingreso al Club deberá ponerse alcohol en gel o alcohol 70/30 en sus manos.



- El control de cantidad de asistentes para marcar el cumplimiento con lo establecido deberá ser llevado por cada Profesor de deporte. En la planilla constará el horario de ingreso y egreso para asegurar la trazabilidad.
- Podrán entrenar un máximo de 2 (dos) personas por sesión y 1(uno/a) Profesor/a, respetando la distancia de 2 (dos) metros entre ellos.
- Cada sesión de entrenamiento tendrá una duración máxima de 60 (sesenta) minutos.
- Las máquinas habilitadas para uso, deberán respetar una distancia de 2 (dos) metros entre sí y entre sesiones deberá haber 10 (diez) minutos para la desinfección del lugar y de los elementos.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase/práctica durante el período de duración de la misma.

TRAZABILIDAD

- En caso de presentar fiebre, el/la Deportista, deberá ser aislado en el espacio destinado para ese fin y el Personal Médico se encargará de proceder con el Protocolo de atención. Que consta en dar aviso al Servicio de Emergencias (SIPEM) y realizar un seguimiento del caso.
- Por su parte, cada Profesor/a que sea informado de un alumno/a con síntomas deberá informarlo al Equipo de Salud del Club de manera inmediata.



CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS

A continuación, se detallan algunas consideraciones específicas sobre algunas Disciplinas que se desarrollan en Nuestra Institución.

INICIACION DEPORTIVA:

Teniendo en cuenta algunas recomendaciones que se han dado en otros Municipios y ante algunas apreciaciones sobre la actividad (Complejidad en el mantenimiento del DISTANCIAMIENTO SOCIAL). Se recomienda desde el Departamento de Deportes, no iniciar con esta actividad, al menos en su lugar normal de desarrollo.

POWER CHAIR FOOTBALL:

En esta disciplina, se encuentran muchos/as de los/as participantes, con patologías asociadas que pueden poner en riesgo su salud.

También dado lo complejo del traslado hacia el lugar de desarrollo de los entrenamientos, se recomienda desde el Departamento de Deportes, no comenzar con los mismos hasta tanto no tener mayor conocimiento sobre la seguridad para aquellos/as que desarrollan la práctica de esta actividad.

TIADE:

Al igual que en Iniciación Deportiva, en esta actividad es complejo mantener el DISTANCIAMIENTO SOCIAL, por lo que, la vuelta a las actividades, podría poner en riesgo a todos/as aquellos/as que participan de estos Talleres. Por lo que, el Departamento de Deportes, recomienda no comenzar con los encuentros semanales aún.

Equipo de Salud

Departamento de Deportes

Martín Pujol

Ignacio Soncini

Yanina Nuccetelli

(MP. 116616)

(MP. 116324)

Director de Deportes

Responsable Equipo de Salud

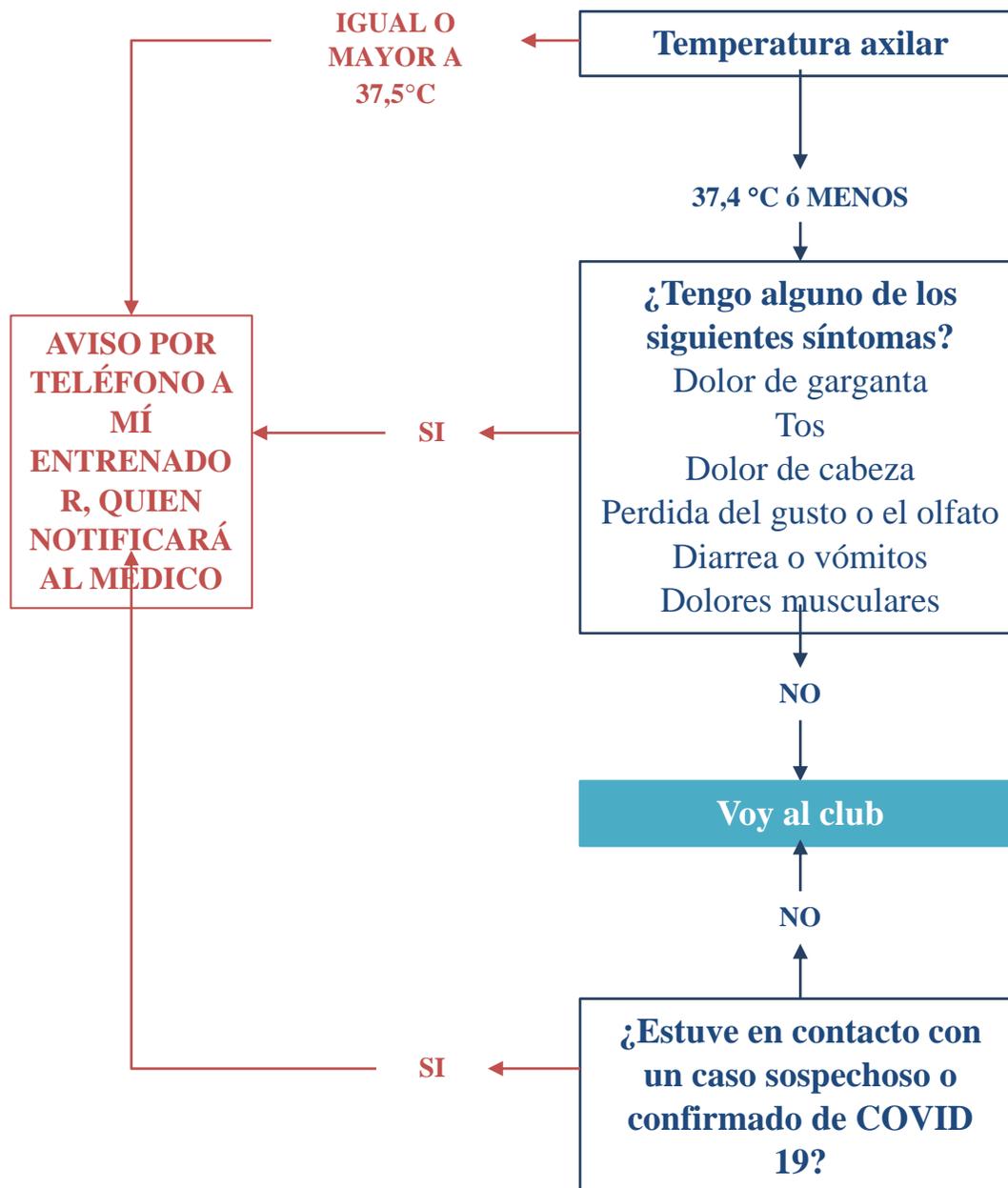
Infectóloga Asesora

La Plata, Septiembre de 2020



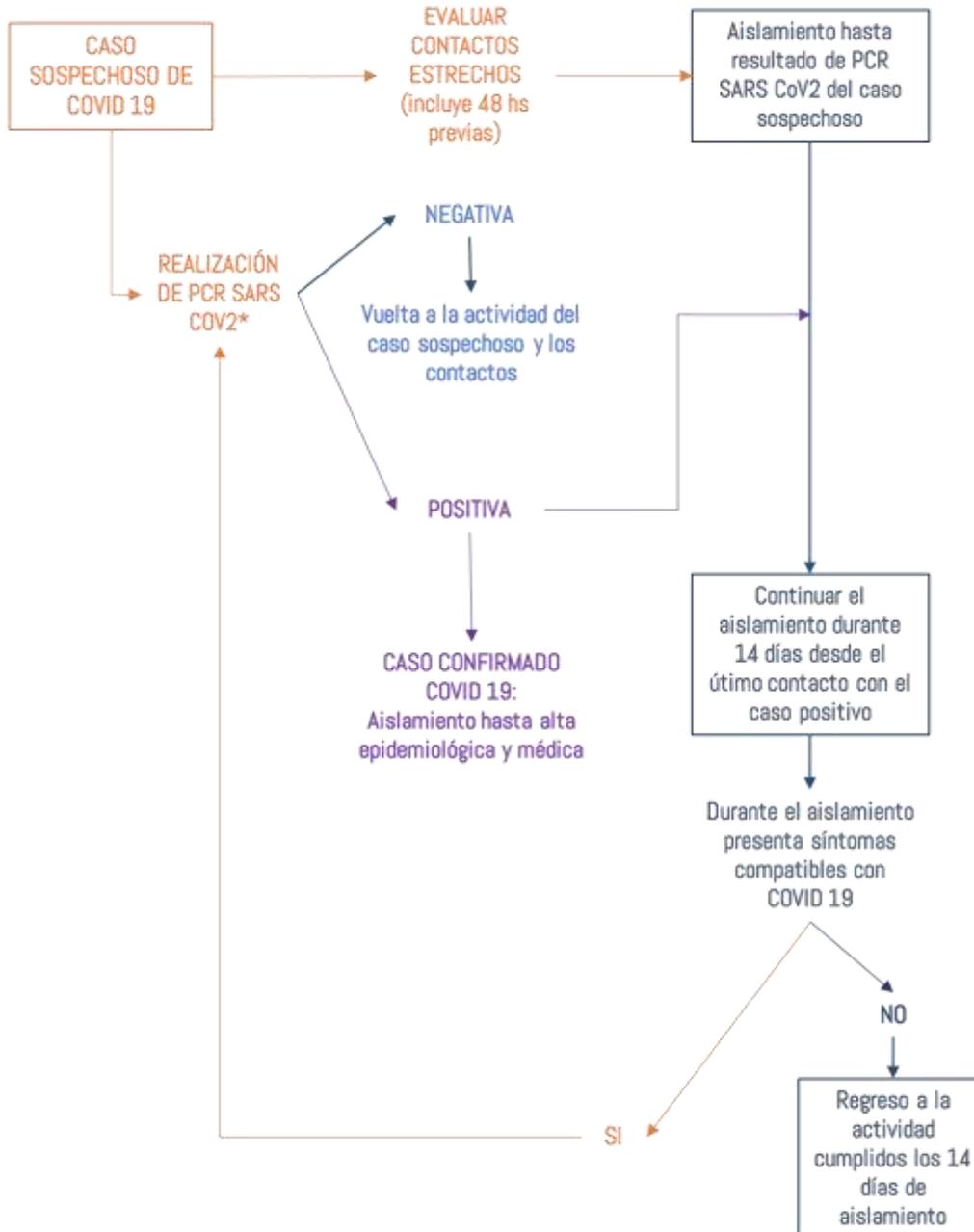
ANEXO I. AUTOMONITOREO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

ANTES DE SALIR DE CASA



ANEXO II. FLUJOGRAMA ANTE APARICIÓN DE UN CASO SOSPECHOSO DE COVID-19

EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DE CASOS Y CONTACTOS



*Las personas que sean convivientes de casos confirmados no requieren realización de pcr sars cov2, se los considera casos confirmados por nexo epidemiológico

