

## REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO PARA EL ACCESO Y USO DE LA PISCINA

En base a las disposiciones que determinan las autoridades sanitarias de acuerdo con las normas de prevención e higiene que establece el Ministerio de Sanidad, se presenta el siguiente protocolo referente al acceso y uso de la piscina descubierta de la Universidad Miguel Hernández (UMH), para el que se solicita la máxima colaboración por parte de los usuarios y usuarias de la instalación.

El presente reglamento queda sujeto a las modificaciones que establezcan las autoridades sanitarias.

### **Protocolo de reservas:**

#### Responsabilidad en el cumplimiento del reglamento

- El usuario debe haber leído la normativa del presente reglamento que establece la UMH y aceptado las condiciones de uso e instalación. La reserva, pago y uso de la instalación deja de manifiesto el acuerdo por parte del usuario de aceptación de las instrucciones que en este documento se detallan.

#### Reserva de calles

- La inscripción y pago de la actividad se hará de forma exclusiva por vía telemática. Para hacer la reserva se deberá acceder a la siguiente página web: <https://actividadesdeportivas.umh.es/Login>.

- Los precios de un baño según el perfil del usuario son los siguientes: UMH, SOLIDARIA: 1,5 euros; EXTENSA: 2,25 euros y NO UMH: 3 euros. Más información sobre tarifas UMH.

- La Oficina de Campus Saludables y Deportes (OCSD) no ofrecerá la venta al público de bonos de piscina de forma presencial ni telemática.

- Sólo se permitirá una reserva por usuario al día, con el objetivo de hacer el servicio extensivo al mayor número de personas posible.

- La reserva se realizará por la persona que vaya a hacer uso de la instalación. No está permitido hacer una reserva a terceras personas.

- La posibilidad de realizar una reserva estará habilitada con una semana de antelación previa a la fecha deseada y hasta que existan plazas disponibles.

- El usuario/a que no vaya a asistir al turno para el que ha reservado plaza debe cancelar la reserva escribiendo un email a [deportes@umh.es](mailto:deportes@umh.es) con una antelación mínima de 24 horas.

- Si se infringe lo dispuesto en el punto anterior, ante un primer incumplimiento, se procederá al envío de un aviso mediante e-mail. Si se repite el incumplimiento se bloqueará la cuenta de la web por un periodo de SIETE DÍAS. Durante ese periodo el usuario no podrá realizar ninguna reserva.

- De ningún modo se podrá acceder a la piscina sin previa reserva y pago por el uso de la calle.

- Se limita el uso de la piscina a 4 personas por calle y personas mayores de 18 años para usuarios/as de baño libre.

- Para favorecer el nado continuo de los usuarios/as, así como la práctica de usuarios/as de diferentes niveles, se han establecido calles con diferentes ritmos de nado. De modo que las calles 1 y 8 se orientan a nadadores/as de ritmos lentos, las calles 2, 3 y 4, a nadadores/as de

ritmos medios y las calles 5, 6 y 7, a nadadores/as de ritmos rápidos. En el momento de la reserva se deberá seleccionar la calle que más se aproxime al nivel del usuario/a.

- Se recomiendan los siguientes pasos para realizar una reserva por calle:

- Reserva una plaza en aquella calle en las que no hay ningún usuario. Recuerda que las calles 1 y 8 se orientan a nadadores/as de ritmos lentos, las calles 2, 3 y 4, a nadadores/as de ritmos medios y las calles 5, 6 y 7, a nadadores/as de ritmos rápidos.
- Reserva una plaza opuesta al extremo en la que ya hay una plaza reservada por otro usuario, intentando respetar el ritmo de las calles.
- Reserva una plaza en la calle en la que más plazas disponibles existan, intentando respetar el ritmo de las calles.

### Horarios

- En cada una de las franjas reservadas se incluye el tiempo de uso de los vestuarios, así como el de las labores de limpieza y desinfección.

- El tiempo máximo de nado será de 55 minutos por persona. Se podrá abandonar el vaso antes de los 55 minutos si así lo desea el usuario/a.

- Las franjas de reserva serán las siguientes: 8:00, 10:00, 12:00, 14:00, 16:00, 18:00, 20:00.

Ejemplo de funcionamiento en el horario establecido:

Franja horaria	Actividad
8:00 – 8:15	Acceso usuarios del turno 1 y uso de vestuarios
8:15 – 9:10	Tiempo de nado del turno 1
9:10 – 9:30	Uso de vestuarios y salida de usuarios del turno 1
9:30 – 10:00	Limpieza y desinfección de la instalación
10:00 – 10:15	Acceso usuarios del turno 2 y uso de vestuarios
10:15 – 11:10	Tiempo de nado del turno 2
11:10 – 11:30	Uso de vestuarios y salida de usuarios del turno 2
11:30 – 12:00	Limpieza y desinfección de la instalación

- El horario de apertura de la piscina es de 8:00 a 22:00h de lunes a viernes y de 8:00 a 14:00h los sábados. Teniendo que abandonar el vaso 15 minutos antes de la hora de cierre.

- El horario establecido será compartido con clubes de natación y triatlón que presentan convenios vigentes con la UMH.

### **Normativa al llegar a la instalación:**

- Se debe respetar la señalización que se encuentra en la instalación, la cual, indica las zonas de espera, accesos y de circulación por la misma y asegura una distancia preventiva mínima, de al menos, 2 metros entre usuarios.

- Se deberá usar los dosificadores de hidrogel desinfectante que se encontrarán presente en los accesos de los vestuarios de la instalación.
- Se recomienda estar 5 minutos antes del inicio del turno en el que se ha hecho la reserva. Se deberá esperar a las indicaciones del personal responsable para acceder a la instalación respetando la normativa de seguridad (señalización, distanciamiento, uso de hidrogel desinfectante, etc.).
- El acceso a la instalación será por la puerta principal ubicada en el lateral oeste de la piscina, el más cercano a la pista de fútbol.

#### **Normativa en el interior de la instalación:**

- Se hará uso de la mascarilla cuando se acceda a la instalación, salvo cuando se esté en el interior del vaso.
- Se respetará la distancia de seguridad de 2 metros entre los usuarios y personal de la instalación en todo momento.
- Antes de acceder a los vestuarios se mostrará al personal de la instalación el DNI del usuario, así como la TIU o TDU, en el caso de poseerla, de la persona que ha realizado la reserva y va a hacer uso de la calle, respetando la distancia de seguridad con la zona de recepción y las señales de espera.
- Se podrá hacer uso de los vestuarios para cambiarse de ropa o para utilizar el WC, pero NO para ducharse. Los bancos de los vestuarios estarán señalizados respetando la separación interpersonal entre usuarios. Cada usuario utilizará la misma zona antes y después de nadar, la cual se higienizará después de cada uso.
- El aforo permitido de usuarios en el interior de los vestuarios es de 20 usuarios por franja horaria reservada en el vestuario masculino y de 18 usuarias por franja horaria reservada en el vestuario femenino. En cada franja horaria se organizarán 2 turnos de acceso a los usuarios, de 10 personas para el vestuario masculino y de 9 personas para el vestuario femenino, siempre y cuando así se requiera. A los vestuarios se accederá por riguroso orden de llegada. El primer turno utilizará la zona de los bancos señalizada con un cartel que indique TURNO 1, y el segundo turno, utilizará la parte del banco señalizada con un cartel que indique TURNO 2, situándose cada usuario en el extremo del banco para asegurar la distancia de seguridad física entre usuarios. Se solicita la máxima brevedad en el uso del vestuario, ya que el tiempo que se exceda en el interior del mismo no podrá ser recuperado en el tiempo de nado.
- Se recomienda que la persona llegue con la ropa de baño puesta para agilizar los tiempos de espera del uso del vestuario. En este caso, se permite que la persona pueda cambiarse de ropa en los bancos exteriores de la piscina. Se utilizará la misma zona del banco al entrar y salir de la piscina. Los usuarios deberán ubicarse en las zonas señalizadas de los bancos para respetar el distanciamiento físico entre personas. Para poder usar los bancos exteriores, será obligatorio usar una toalla con la que cubrir la zona utilizada. En esta misma zona usada para el cambio, los usuarios podrán dejar sus pertenencias.
- No estará permitido el uso de taquillas de los vestuarios.
- Antes de acceder al vaso el usuario deberá obligatoriamente ducharse en las duchas exteriores que se encuentran próximas al vaso, sin uso de geles o champús. Previamente se debe usar el hidrogel desinfectante que encontrará a la salida de los vestuarios. Las duchas solo podrán ser

utilizadas por 2 usuarios de forma paralela y usando duchas opuestas. Se respetará el distanciamiento de 2 metros entre usuarios y el turno de ducha.

#### **Normativa durante la actividad:**

- Cada calle acogerá un máximo de 4 usuarios. Para acceder al vaso, 2 nadadores lo harán desde un extremo de la calle (extremo próximo a los vestuarios), y los otros 2 desde el extremo opuesto (extremo próximo al aparcamiento exterior). Las calles estarán enumeradas de la 1 a la 8 en ambos extremos. Además, los extremos del vaso estarán marcados con un número que será el que corresponda al de la reserva realizada. La numeración se corresponderá a la siguiente organización (ejemplo para la calle 1):

- Extremo próximo a los vestuarios y zona ubicada a la izquierda del poyete: reserva 1.1
- Extremo próximo a los vestuarios y zona ubicada a la derecha del poyete: reserva 1.2
- Extremo próximo al aparcamiento exterior y zona ubicada a la izquierda cono: reserva 1.3
- Extremo próximo al aparcamiento exterior y zona ubicada a la derecha cono: reserva 1.4.

- Los usuarios de las calles de la 1 a la 4, se dirigirán al extremo opuesto (ejemplo calle 1, plazas 1.3 y 1.4) por la parte próxima a la puerta principal y pistas polideportivas, pasando entre los bancos exteriores y el vaso de la piscina. Los usuarios de las calles de la 5 a la 8, se dirigirán al extremo opuesto (ejemplo calle 5, plazas 5.3 y 5.4) por la parte más próxima al edificio Tamarit, pasando entre los bancos exteriores y el vaso de la piscina.

- El/la nadador/a dejará su material de piscina en la zona de playa reservada para su plaza.

- Las chanclas se dejarán también en la playa de la piscina próximas a la calle a la que van a nadar.

- No se podrá acceder al vaso haciendo uso de los poyetes ubicados en las calles de la piscina, por lo que se accederá desde el rebosadero de la piscina. Sin embargo, sí se podrá hacer uso de las escaleras laterales tanto a la entrada como a la salida, especialmente para personas de movilidad reducida o imposibilidad de hacerlo por el rebosadero.

- El calentamiento y los estiramientos de cada usuario deberán realizarse bien fuera del recinto, o bien en el interior, exclusivamente en la zona donde se localiza el banco en el que podrá dejar sus pertenencias.

- NO está permitido apoyarse o sujetarse en las colcheras.

- Los descansos entre series se tendrán que realizar en el extremo en el que se ha iniciado el nado, siempre y cuando no haya un nadador/a ya descansando.

- El nado dentro de cada calle será el habitual tipo "reloj". Se va por el lado derecho de la calle y se vuelve por el izquierdo.

- Se mantendrá el distanciamiento físico durante la práctica de nado respetando las indicaciones que marcan la distancia de seguridad evitando los adelantamientos. Cuando se necesite adelantar a otro nadador/a, se deberá respetar el máximo distanciamiento posible aproximándose al lateral contrario en el que se encuentra el nadador/a que se está adelantando

y asegurarse previamente que no está próximo otro nadador en dirección contraria a la de adelantamiento.

- Los usuarios deberán traer su propio material de natación (aletas, palas, etc.) que dejarán en la playa de la piscina y próximo a la calle reservada. No está permitido compartir el material con otros usuarios. La instalación no contará con material para prestar a los usuarios.

- No estará permitido usar los exteriores de la piscina para tomar el sol, hacer estiramientos u otro tipo de ejercicio físico.

#### CLUBES

- Las instrucciones, correcciones o pautas varias de entrenamiento por parte del se realizarán respetando una distancia mínima de seguridad de 2m, mientras que las paradas de los nadadores se realizarán en la misma pared en la cual han empezado el entrenamiento.

- Si hubiera varios entrenadores, tendrán que ubicarse cada uno de ellos en un lateral de la piscina.

- Los entrenadores harán uso de la mascarilla sanitaria en todo momento.

#### **Normativa al abandonar la instalación**

- Se deberá abandonar inmediatamente el vaso una vez finalizado el tiempo de nado, el cual será avisado por el personal de la instalación. Se evitará el uso de las escaleras, saliendo del vaso por la zona de rebosadero que se localiza en la calle reservada por el usuario/a.

- Se podrá hacer uso de los vestuarios para el cambio de ropa pero no para utilizar las duchas, respetando el aforo máximo permitido y usando la misma zona que se utilizó a la entrada. Se respetarán los mismos turnos de uso que al entrar a la instalación, excepto si el usuario abandona antes el vaso de la hora límite (mínimo 10 minutos antes de la hora de salida). No se podrá hacer uso del vestuario a la salida del vaso, si no se ha usado a la entrada.

- Se recomienda usar las duchas exteriores al salir del vaso. No se podrá hacer uso de geles o champús. Se respetarán las indicaciones de 2 usuarios por ducha, usando extremos opuestos y asegurando el distanciamiento físico.

- Se contemplará un máximo de 15 min de margen para abandonar la instalación, siguiendo las señales que indican la circulación hasta la salida. Si algún usuario necesitase más tiempo para cambiarse deberá salir antes del agua, con el tiempo de antelación que vaya a necesitar para poder abandonar la instalación antes de la hora indicada.

- Se abandonará la instalación por la puerta este, la más cercana al edificio Torretamarit.

- Se recomienda lavar toallas, bañadores y calzado de piscina, así como desinfectar el material específico de nado.