

OFICINA DE CAMPUS SALUDABLES Y DEPORTES

REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO PARA LA INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS DIRIGIDAS DE LA UMH

En el presente documento se detallan las medidas de protocolización y regulación de la inscripción y participación en las Actividades Dirigidas ofertadas por la Oficina de Campus Saludables y Deportes de la Universidad Miguel Hernández, 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.

El documento se irá adaptando a medida que las autoridades competentes dictaminen las modificaciones que se determinen en el plan nacional de desescalada.

1. NORMATIVA DE ACCESO

1.1. Instalaciones

- Las actividades dirigidas se van a desarrollar en las diferentes salas ubicadas en el Palacio de los Deportes del campus Elche y en las zonas exteriores del edificio El Clot.
- El aforo por actividad se ha reducido y ajustado de forma específica en cada una de las salas donde se desarrollan las diferentes actividades, respetando en todo momento la distancia mínima de seguridad de al menos 2 metros cuadrados entre usuarios.
- Se colocará cartelería en las diferentes estancias que indique el aforo máximo de usuarios en cada una de las salas donde se desarrolle la actividad.

AFORO DE LAS SALAS AADD	
SALA	AFORO
DANZA - P0023	10
WELLNESS - P1004	10
TENIS DE MESA - P1005	10
AFORO DE LAS AADD REALIZADAS AL EXTERIOR	
PISTA BALONCESTO – PALACIO DE DEPORTES	15
PISTA DE ATLETISMO – EL CLOT	15
TERRAZA EXTERIOR– EL CLOT	10

- Aquellas actividades de un perfil de intensidad e exigencia más elevado (zumba o ciclo outdoor) se desarrollarán en las zonas exteriores del complejo el Clot.
- Aquellas actividades que albergan usuarios/as mayores de 60 años se llevarán a cabo en las pistas deportivas del Palacio de los Deportes respetando en todo momento el distanciamiento de 4 metros cuadrados entre usuarios.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR POR ESPACIOS	
SALA	AFORO
DANZA - P0023	- Total training - TBC-GAP
WELLNESS - P1004	- Gimnasia de mantenimiento - Pilates - Yoga
TERRAZA EXTERIOR– EL CLOT	- TRX
PISTA BALONCESTO – PALACIO DE DEPORTES	- Aula+60 – Pista B2 - Acrobacias individual – Pista A1
PISTA DE ATLETISMO – EL CLOT	- Ciclo Outdoor - Zumba

1.2. Acceso y circulación:

- Para acceder al interior del edificio se deberá hacer uso de hidrogel.
- Se hará uso de la mascarilla cuando se acceda y circule por el interior de 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, 1.5 metros entre usuarios.
- Se respetará la distancia de seguridad de 1.5 metros entre los usuarios, monitores y personal de la instalación tanto en la circulación por el interior del edificio como en el interior de vestuarios y salas.
- El acceso a las salas de danza, wellness y tenis de mesa será por la puerta principal del edificio, continuando por el pasillo principal que da acceso a los vestuarios y abandonándolo por la última puerta que da acceso a las pistas. El acceso a las actividades emplazadas en el edificio El Clot (ciclo outdoor, zumba y TRX) se hará siguiendo las indicaciones de circulación señalizadas en la instalación.
- No se podrá hacer uso de los vestuarios. El aforo de los servicios es de una sola persona a la vez.
- Estará permitido el uso de taquillas las cuales se localizan en la zona de cafetería (a la izquierda del hall). Para el uso de taquillas el usuario deberá traer su propio candado de seguridad.
- Se deberá abandonar inmediatamente la instalación una vez finalizada la sesión respetando la distancia física de seguridad de 1.5 metros y siguiendo las instrucciones de los monitores.
- Para abandonar la instalación se seguirá la señalización marcada en el edificio, la cual guía la salida por el interior del pabellón, bordeando las pistas deportivas por la parte más próxima al lateral en el que se encuentra la sala de musculación hasta la puerta de cristal que da acceso al hall.

1.3. En el interior de las salas:

- Para acceder al interior de las salas se deberá hacer uso de hidrogel desinfectante.
- Se deberá esperar en el interior de las salas en las que se va a desarrollar la actividad a la que el/la usuario/a se ha inscrito, respetando la normativa de seguridad (señalización y distanciamiento) y por riguroso orden de llegada.

- Se hará uso de la mascarilla en el interior de la sala hasta que el/la monitor/a responsable de la actividad de comienzo a la misma.
- Los monitores contarán con un listado en el que se contemplen los usuarios inscritos a dicha actividad. Será necesario mostrar a los monitores el DNI del usuario/a el primer día de clase y siempre que el monitor así lo requiera. Si un usuario no estuviera inscrito en la lista, deberá abandonar la instalación, no pudiendo llevar a cabo la sesión hasta que se solviente la situación o error de inscripción.

2. NORMATIVA DE PARTICIPACIÓN

2.1. Durante la actividad:

- Se mantendrá el distanciamiento físico durante la práctica de la actividad respetando las indicaciones y señalizaciones que marcan dicha distancia de seguridad.
- Se aumentará y respetará a 4 metros cuadrados la distancia de seguridad entre personas en las actividades de carácter aeróbico o con desplazamientos (zumba y ciclo).
- Los usuarios deberán traer su propio material básico: TOALLA y BEBIDA. Se recomienda que también dispongan de ESTERILLA propia.
- Cada usuario/a tendrá su material durante la sesión sin estar permitido cambiarlo o compartirlo con otros usuarios.
- Antes de iniciar la sesión y al finalizarla, el/la usuario/a se responsabilizará de desinfectar el material, así como las bicis de ciclo, con los productos de limpieza habilitados por la UMH.
- La duración de las actividades será de 55 minutos.
- Existirá un espacio temporal de 15 minutos entre actividades consecutivas para evitar el cruce entre usuarios/as de diferentes actividades.
- Al no existir una oferta de actividades en franjas horarias continuadas, no se requerirá de un protocolo específico de limpieza entre los diferentes turnos.
- El horario diseñado no contempla actividades consecutivas que coincidan en una misma sala.