



## **Area Deportiva CNSA**

### **Recomendaciones de Asistencia Cursos 2020 ante Covid 19**

**Recomendaciones para asistir a los cursos de vela o piragüismo:**

Los alumnos deberán asistir con:

- a.- Gorra
- b.- Crema Solar
- c.- Calzado acuático sujeto (no chanclas)
- d.- Almuerzo o merienda, agua suficiente
- e.- Toalla
- f.- Bañador
- g.- Mochila para guardar todos los objetos personales

***Estamos eliminando el uso del plástico no reutilizable. Colabora con nosotros.***

.- No está permitido el uso del plástico no reutilizable en las instalaciones y actividades, por tal motivo eviten el uso de envoltorios, botellas y bolsas de plástico. Intenten que los participantes usen otro tipo de materiales para conservar y transportar alimentos y líquidos que no sea plástico o derivados.

**Recomendaciones ante Covid-19:**

**Antes de Venir al club, en casa:**

- *Si tienes tos o síntomas debes quedarte en casa.*
- *Si estás listo para asistir debes vestirte con la ropa que vas a navegar, que no se te olvide nada. En el club náutico no te puedes cambiar, los vestuarios están cerrados por el momento.*
- *Además debes traer agua suficiente en un recipiente reutilizable. En el club no podemos proporcionártela, y es muy importante que te hidrates. La comida en envoltorios o envases reutilizables.*
- *Que no se te olvide la toalla para secarte después de la actividad.*
- *El uso de la mascarilla es imprescindible para poder acceder a la actividad, por lo que además de llevarla siempre puesta, deberás prever una funda estanca para guardarla cuando salgas al mar y volvértela a poner nada más finalizar*

**Incorporación, control de acceso:**

- *A tu llegada al club deberás dirigirte a la zona de espera, con la mascarilla, y permanecer allí hasta que el técnico compruebe tu temperatura y que tu equipación sea la correcta para poderte incorporar.*
- *Proporcionaremos solución hidro alcohólica para las manos a tod@s superado el control.*

- *Esta terminantemente prohibido moverse fuera de la zona de espera hasta que el técnico lo autorice.*

**Durante la actividad:**

- *Seguir las instrucciones del técnico en todo momento.*
- *Evitar contacto con compañeros y menos con personas externas o ajenas.*
- *No quitarse la mascarilla, solo en el mar si mantenemos la distancia de seguridad.*
- *No rebasar las zonas marcadas en la explanada.*
- *Puedes usar el WC, solo para hacer tus necesidades, previo aviso al técnico.*

**Al finalizar**

- *Colaborar en la limpieza y desinfección del material.*
- *Abandonar la instalación, si estás autorizado. No puedes quedarte en la instalación si has terminado.*
- *Volver a la zona de espera hasta que vengan a recogerte, si no tienes autorización.*

*Es fácil, haz el esfuerzo, entre tod@s lo conseguiremos*

*La Dirección*