



Protocolo apertura de Pista de Hielo

Este protocolo es una guía para reactivar la práctica individual del patinaje artístico sobre hielo y alquiler de patines en uso libre, en cumplimiento de las directrices y recomendaciones dictadas por el Ministerio de Salud ante la pandemia de COVID-19.

I. Disposiciones generales de limpieza y cumplimiento de protocolos

1. La aplicación de este protocolo es de acatamiento obligatorio. Tanto los instructores como los edecanes serán responsables de velar por el cumplimiento, seguimiento y ejecución.
2. En la instalación deportiva solo podrán estar presente los alumnos (según la cantidad máxima permitida), dos instructores, personal de limpieza, un edecán que asisten para dar seguimiento a la implementación apropiada de las medidas del protocolo.
3. En la instalación deportiva, en todo momento se debe mantener una distancia mínima de 1.8 metros entre todas las personas que se encuentran dentro de ella y a la espera de ingresar.
4. Debe marcarse una zona de espera para alumnos, en la cual se deben de guardar las medidas de distanciamiento mínimo. Los responsables de los entrenamientos y edecanes deben de velar por que se eviten aglomeraciones.
5. En la zona de ingreso a la instalación deportiva, debe colocarse una barrera física que asegure la separación entre el personal administrativo y los alumnos a la hora de registrase.
6. Todo el personal que de alguna manera esté en contacto con los alumnos en algún momento del proceso de entrenamiento y que se encargue de hacer cumplir con este protocolo debe de hacer uso de su respectivo equipo de protección personal, se mascarilla (cubre bocas) o careta. Hasta que se realice el ingreso al área de pista podrán quitarse las caretas o mascarilla.

Prevenamos el contagio



Protocolo apertura de Pista de Hielo

- 7.** Es obligatorio tomar la temperatura antes de ingresar a la instalación deportiva a toda persona que va a estar presente en el entrenamiento, para lo cual se debe de usar un termómetro infrarrojo tipo pistola correctamente calibrado y cuyo uso no requiera ningún contacto con la piel.
- 8.** Se prohíbe el ingreso a toda persona que presente algún síntoma relacionado al COVID-19, tales como fiebre, dolor de garganta, dolor de cuerpo, tos, diarrea, vómitos, congestión nasal y problemas de pérdida de gusto y olfato, en caso que se detecte algún síntoma tendrá que ser remitido y manejado por un miembro de salud ocupacional.
- 9.** La instalación deportiva debe de estar equipada permanentemente con papel higiénico, desinfectantes en aerosol, alcohol en gel (al menos 70%) toallas desechables para el secado de manos y dispositivos con bolsas para el manejo de desechos (preferiblemente basureros de pedal), los cuales deben de recogerse una vez finalice la actividad.
- 10.** En el área de ingreso a la instalación deportiva debe haber una estación de limpieza, la cual tiene que contar con un lavatorio, jabón desinfectante, toallas desechables de papel, una bandeja con desinfectante de suelas (pediluvio) o, en su defecto una botella con aplicador de aerosol para la desinfección de suelas del calzado que contenga una solución de cloro o un desinfectante comercial, todas las personas que entren a la instalación deben sin excepción, lavar sus manos con agua y jabón desinfectante, siguiendo el protocolo correspondiente.
- 11.** La entidad deportiva debe de mantener un registro diario de todas las personas que ingresan a la instalación durante los entrenamientos. Se debe de conservar y archivar día a día mencionado registro con el fin de tener información a disposición del Ministerio de Salud ante un eventual caso positivo de COVID-19. En el registro deben incluirse los siguientes datos:
- **Nombre completo**
 - **Número de identidad**
 - **Número de teléfono.**
 - **Correo electrónico.**
 - **Observaciones especiales sobre algún síntoma identificado.**

Prevenamos el contagio



Protocolo apertura de Pista de Hielo

12. En el área de ingreso a la instalación deportiva, despacho, así como en camerinos y servicios sanitarios debe colocarse en un lugar visible un afiche que le recuerde a los usuarios mantener una distancia mínima de 1.8 metros. También deben de estar colocado en un lugar visible los protocolos de lavado de manos, la manera correcta de toser o estornudar y formas apropiadas de saludar.

13. La entidad responsable debe garantizar que se realicen los protocolos de limpieza (barrer, sacudir) desinfección de la planta física (pisos, paredes, ventanas, inodoros, llavines, barandas, picaportes, apagadores, tomacorrientes y toda superficie u objeto que pueda ser manipulado) mobiliario y equipo (sillas, mesas, casilleros, teclados, teléfonos, patines limpieza del hielo, etc.) todo esto debe de hacerse antes y después de la sesión de entrenamiento, dichos procesos de desinfección deben llevarse a cabo según los lineamientos y directrices del Ministerio de Salud.

14. Los patines serán desinfectados antes y después de usarlos con un atomizador de alcohol de al menos 70%.

15. Se requiere que los servicios sanitarios estén equipados permanentemente con agua, jabón, papel higiénico, alcohol o gel desinfectante con al menos 70% de alcohol, toallas desechables para el secado de manos y recipientes con bolsas para los desechos.

16. TODOS LOS OBJETOS OLVIDADOS QUE PRESENTEN RIESGO BIOLÓGICO (ROPA, ZAPATOS, PAÑOS, BOTELLAS, O CUALQUIER OTRO OBJETO), SERAN DESECHADO DE INMEDIATO

17. Este protocolo debe de estar visible en la instalación en donde se realice la sesión de entrenamiento, con el fin de resolver y respaldar algún posible mal entendido con alguno de los participantes.

18. Es responsabilidad absoluta de toda entidad deportiva informar y educar a los alumnos y acompañantes sobre el protocolo y las medidas sanitarias y de higiene emitidos por el Ministerio de Salud.



Protocolo apertura de Pista de Hielo

II. Clases

19. El entrenamiento del patinaje se realizará durante un tiempo máximo de 45 minutos por sesión.

20. Con un horario de lunes a viernes de 4.30 p.m. a 8.45 p.m. Sábado 8 a.m. a 10.45 a.m.

21. Las siguientes acciones quedan prohibidas antes, durante y después de cada sesión de entrenamiento:

- Colocarse las manos en la boca al toser o estornudar.
- Compartir alimentos o bebidas.
- Escupir.
- Gritar.
- Soplar o realizar técnicas de expiración que permita el paso de saliva al medio ambiente.
- Saludar de mano, beso o abrazo.
- Tocar a otras personas.
- Ubicarse a una distancia menor a 1.8 metros.

22. El acceso al servicio sanitario estará limitado a turnos de una cantidad de personas que le permita guardar permanentemente la distancia establecida de 1.8 metros.

23. Se recomienda a los alumnos contar con su propio kit de limpieza y desinfección.

24. Los participantes de los entrenamientos deben lavarse las manos con agua y jabón desinfectante después de ir al baño, limpiarse la nariz, tocarse la cara, toser o estornudar.

25. Los alumnos deben utilizar dos toallas, una para limpiar superficies y otra para aseo personal durante el entrenamiento. Estas toallas no pueden ser usadas por otras personas.

26. Todo alumno, entrenador y edecán que necesite tomar agua debe de portar su propio recipiente, debidamente rotulado con su nombre.

27. En las sesiones de entrenamiento, se hará una división de la pista de hielo en dos secciones iguales, en las cuales estará un máximo de 8 alumnos en cada una de ellas con su respectivo entrenador para un total de 18 personas en el área de hielo.

Prevenamos el contagio



Protocolo apertura de Pista de Hielo

- 28.** Únicamente podrán estar en la instalación deportiva los alumnos que tengan agendada su cita previamente.
- 29.** Los alumnos tendrán que presentarse 20 minutos antes de la sesión de entrenamiento para ingresar uno a uno para la aplicación de los protocolos ya establecidos.
- 30.** Los alumnos deben de presentarse ya listos con la vestimenta adecuada para entrenar, con el fin de no usar los vestidores y así evitar aglomeraciones.
- 31.** La entrada será por las puertas del despacho de patines, donde se hará la desinfección tanto de calzado como de manos, así como también la toma de temperatura, una vez aplicados los protocolos podrán ponerse los patines en el área de gradería, la cual estará demarcada y sectorizada, guardando la distancia de 1.8 metros, en esta área dejarán también sus pertenencias.
- 32.** Los calentamientos se realizarán en el área de graderías guardando distancia mínima de 1.8 metros, en la misma distribución en la que se colocaron sus patines y guardaron sus pertenencias, evitando así cualquier contacto con pertenencias de otros alumnos.
- 33.** Se debe de mantener una distancia de 1.8 metros tanto para escuchar las instrucciones del entrenador como para la práctica y demostración de elementos artísticos, cada patinador tendrá asignado un lugar que le permitirá esperar su turno o escuchar instrucciones, como lo mencionamos anteriormente.
- 34.** Se habilitarán las puertas de la gradería como única salida de la pista de hielo con el fin de evitar aglomeraciones de ninguna clase.
- 35.** En caso de que un participante incumpla alguna de las medidas del protocolo, la persona responsable de dirigir el entrenamiento le llamará la atención una única vez, un segundo incumplimiento, en especial de forma deliberada podrá ser suspendido del entrenamiento.



Protocolo apertura de Pista de Hielo

28. Únicamente podrán estar en la instalación deportiva los alumnos que tengan agendada su cita previamente.

29. Los alumnos tendrán que presentarse 20 minutos antes de la sesión de entrenamiento para ingresar uno a uno para la aplicación de los protocolos ya establecidos.

30. Los alumnos deben de presentarse ya listos con la vestimenta adecuada para entrenar, con el fin de no usar los vestidores y así evitar aglomeraciones.

31. La entrada será por las puertas del despacho de patines, donde se hará la desinfección tanto de calzado como de manos, así como también la toma de temperatura, una vez aplicados los protocolos podrán ponerse los patines en el área de gradería, la cual estará demarcada y sectorizada, guardando la distancia de 1.8 metros, en esta área dejarán también sus pertenencias.

32. Los calentamientos se realizarán en el área de graderías guardando distancia mínima de 1.8 metros, en la misma distribución en la que se colocaron sus patines y guardaron sus pertenencias, evitando así cualquier contacto con pertenencias de otros alumnos.

33. Se debe de mantener una distancia de 1.8 metros tanto para escuchar las instrucciones del entrenador como para la práctica y demostración de elementos artísticos, cada patinador tendrá asignado un lugar que le permitirá esperar su turno o escuchar instrucciones, como lo mencionamos anteriormente.

34. Se habilitarán las puertas de la gradería como única salida de la pista de hielo con el fin de evitar aglomeraciones de ninguna clase.

35. En caso de que un participante incumpla alguna de las medidas del protocolo, la persona responsable de dirigir el entrenamiento le llamará la atención una única vez, un segundo incumplimiento, en especial de forma deliberada podrá ser suspendido del entrenamiento.



Protocolo apertura de Pista de Hielo

III. Entrenamiento libre

- 36.** Los días habilitados para entrenamiento libre serán lunes, miércoles y viernes de 8:00 am a 3:00 pm.
- 37.** Se reservará con 48 horas de anterioridad, en el caso de una cancelación debe de hacerse 24 horas antes de la hora reservada. En el caso que no se asista al entrenamiento libre sin previo aviso (24 horas) se penalizará por un mes sin uso de la misma.
- 38.** Solo podrán hacer uso de este espacio quienes tengan patines propios.
- 39.** Se aplicarán todos los protocolos mencionados anteriormente sin excepción.

IV. Alquiler de patines en uso libre

- 40.** Cada turno se realizará durante un tiempo máximo de 45 minutos por sesión.
- 41.** Con un horario de sábado 12 p.m. a 7.45 p.m. y domingo de 9 a.m. a 3.45 p.m.
- 42.** Las siguientes acciones quedan prohibidas antes, durante y después de cada sesión de entrenamiento:
- Colocarse las manos en la boca al toser o estornudar.
 - Compartir alimentos o bebidas.
 - Escupir.
 - Gritar.
 - Soplar o realizar técnicas de expiración que permita el paso de saliva al medio ambiente.
 - Saludar de mano, beso o abrazo.
 - Tocar a otras personas.
 - Ubicarse a una distancia menor a 1.8 metros.
- 43.** El acceso al servicio sanitario estará limitado a turnos de una cantidad de personas que le permita guardar permanentemente la distancia establecida de 1.8 metros.



Protocolo apertura de Pista de Hielo

III. Entrenamiento libre

44. Se permitirá únicamente el ingreso de 20 personas por turno.
45. La reserva debe de hacerse en el despacho 1 hora antes del turno elegido por el usuario, a su vez debe de indicarse previamente la talla de patines que se va a requerir.
46. Los participantes de cada uno de los turnos deben lavarse las manos con agua y jabón desinfectante después de ir al baño, limpiarse la nariz, tocarse la cara, toser o estornudar.
47. Únicamente podrán estar en la instalación deportiva los usuarios y, acompañantes de los usuarios que tengan agendada su cita previamente.
48. Los usuarios tendrán que presentarse 20 minutos antes del turno para ingresar uno a uno para la aplicación de los protocolos ya establecidos.
49. Los usuarios deben de presentarse ya listos con la vestimenta adecuada para patinar, con el fin de no usar los vestidores y así evitar aglomeraciones.
50. La entrada será por las puertas del despacho de patines, donde se hará la desinfección tanto de calzado como de manos, así como también la toma de temperatura, una vez aplicados los protocolos podrán ponerse los patines en el área de gradería, la cual estará demarcada guardando la distancia de 1.8 metros, en esta área dejarán también sus pertenencias.
51. Se debe de patinar en una única dirección guardando siempre la distancia mínima de 1.8 metros entre los usuarios.
52. Se habilitarán las puertas de la gradería como única salida de la pista de hielo con el fin de evitar aglomeraciones de ninguna clase.
53. En caso de que un participante incumpla alguna de las medidas del protocolo, la persona responsable de dirigir el turno le llamará la atención una única vez, un segundo incumplimiento, en especial de forma deliberada podrá ser suspendido.

Prevenamos el contagio



Protocolo apertura de Pista de Hielo

HOCKEY CLASES

54. Se impartirán las clases los días jueves de 8 p.m. a 9:45 p.m. | Sábado de 8 p.m. a 9:45 p.m. | Domingo de 09 a.m. a 10: 45 p.m.

55. Cada atleta manejará sus propios elementos de juego: palos, guantes de protección, pelotas, espinilleras, protecciones de arquero, botellas de hidratación, etc y bajo ninguna circunstancia los compartirá con sus compañeros. Igualmente, cada entrenador y asistente serán responsables de los accesorios correspondientes y de su limpieza y desinfección

56. Se recomienda no hacer técnicas de expiración forzada.

57. Los atletas deben llegar listos para la sesión. Se prohíbe el uso de vestidores y duchas.

58. Se impartirán las clases en grupos de 8 alumnos máximo

59. Los arqueros serán tomados en cuenta como un jugador regular de manera que si hay un arquero de campo debería haber 7 jugadores máximo. Si se necesitan 2 arqueros entonces habría 6 jugadores de campo.

60. Los instructores, deberán ingresar al campo de entreno 15 minutos antes para organizar los espacios donde trabajarán los atletas, con implementos propios y desinfectados previamente. Deben usar tapabocas o mascarillas

61. Solamente se entrenará

- Técnica individual (espacio personal)
- Trabajo físico individual (espacio personal)
- Jugadas colectivas de 3 integrantes con distancias de 1.8 metros

62. Las fases de estiramiento siempre serán individuales y en espacios personales con la distancia indicada

63. No habrá charlas técnicas que involucren concentrar a los jugadores en distancias no permitidas. Ni evaluaciones que involucren contacto



Protocolo apertura de Pista de Hielo

ENTRENAMIENTO LIBRE

64. Los días habilitados para entrenamiento libre serán

Lunes de 9 p.m. a 9:45 p.m

Viernes de 8 p.m. a 9:45 p.m.

65. Se reservará con 48 horas de anterioridad, en el caso de una cancelación debe de hacerse 24 horas antes de la hora reservada. En el caso que no se asista al entrenamiento libre sin previo aviso (24 horas) se penalizará por un mes sin uso de la misma.

66. Solo podrán hacer uso de este espacio quienes tengan patines propios.

67. Se aplicarán todos los protocolos mencionados anteriormente sin excepción.