



judo club avilés

GUÍA RÁPIDA

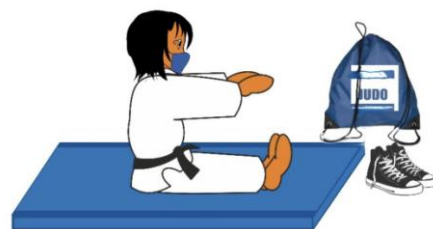
REGRESO A LA ACTIVIDAD JCA 2020-21

¿Qué día comenzamos en el tatami?

El regreso será a partir del miércoles 23 de septiembre en horarios de los grupos en los que estabas la temporada pasada.

¿Hasta entonces?

Mantenemos actividad como hasta ahora en el parque hasta este jueves 17 de septiembre.



¿Qué aforo tendrán los grupos? Y que duración.....

El aforo estará limitado según el protocolo aprobado por el Principado a 16 judokas. Es por ello que habrá desdobles de algunos grupos. La duración marcada por el protocolo en categorías inferiores para trabajo específico es de 45´.

¿A que grupos afectan los desdobles?

Escuela 2 (Martes y Jueves) A/16:00 a 16:45 B/16:45 a 17:30

Escuela 3 (Martes y Jueves) A/17:35 a 18:20 B/18:20 a 19:05

Alevín e Infantil (L,X,V) A (Alevín) 17:00 a 17:45 B(Infantil) 17: 55 a 18:40

Resto de grupos se valorará tras primer día de incorporación.

¿Cómo son pues los horarios generales?

Escuela 1 (Lunes y Viernes) 18:00 horas

Escuela 2 (Martes y Jueves) A/16:00 a 16:45 B/16:55 a 17:40

Escuela 3 (Martes y Jueves) A/17:40 a 18:25 B/18:25 a 19:10

Alevín e Infantil (L,X,V) A (Alevín) 17:00 a 17:45 B(Infantil) 17: 55 a 18:40 + Físico

Competición (L, M, J, V) 20:00 horas + entrenos Gimnasio

Veteranos (Martes y Jueves) 21:30 horas



Si pertenezco a un desdoble ¿cómo puedo elegir grupo?

Siempre a través de contacto desde ya con nuestro entrenador Carlos Fernández.

¿Habrán vestuarios? ¿Debemos de ir vestidos de casa?

No se podrán utilizar vestuarios ni zonas de duchas. Los deportistas deberán venir preparados de casa (parte de arriba en una bolsa para ponérsela al entrar a la instalación).



¿Habrán toma de temperatura y medidas higiénicas?

Se tomará a todos los judokas la temperatura a la entrada, no pudiendo superar los 37 grados. Igualmente se entiende que en caso de presentar síntomas comunes a la COVID 19 no debemos acudir al entreno. Una vez tomada la temperatura se procederá a la desinfección de manos antes del comienzo de la actividad.



¿Cómo se efectuará el acceso y salida de la instalación?

El entrenador recogerá al grupo en el hall principal, no debiendo estos acudir con excesiva antelación ni demora a efecto de evitar aglomeraciones en zonas de estancia común. Será necesaria e imprescindible la tarjeta para pasar los tornos como hasta ahora. Igualmente los entrenadores acompañarán a los judokas a la salida.

Durante la sesión ¿qué medidas se tomarán?

Las marcadas por el protocolo que se os ha enviado, zonas marcadas de trabajo por parejas para trabajos específicos y con la misma pareja buscando siempre la cercanía a los grupos burbuja. El uso de mascarilla no será obligatorio (si voluntario) en la práctica deportiva pero si en zonas comunes.



Calzado y cualquier bolsa....

Habrán una zona de desinfección calzado entrada tatami. En ese momento se meterá el calzado en la bolsa (se recomienda bolsa de cuerdas pequeña) y se podrán usar chanclas.

Entre las sesiones ¿habrá desinfección de instalación específica?

Siempre se efectuará limpieza de tatami entre grupos según normas de protocolo.

