

## **TEXTO ÍNTEGRO DEL PROTOCOLO DEL CD BADAJOZ**

### **"FASE 1: ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL**

#### **ACCESO Y SALIDA DE LAS INSTALACIONES**

1- Los Jugadores, cuerpo técnico y personal del club se desplazarán al entrenamiento en sus vehículos de forma individual. Siempre el mismo vehículo. Recomendable proteger asientos con funda para volver a casa tras el entreno. Se aconseja desinfectar el vehículo tras su uso.

2- Llegada escalonada de los jugadores y cuerpo técnico acudiendo de forma puntual a su citación. Se accederá al estadio desde los aparcamientos, siguiendo los circuitos establecidos y respetando la señalización (el acceso de entrada y salida llevarán diferentes caminos). Se deberá mantener la distancia de seguridad de 2m si coinciden varios individuos.

3- Cada jugador, miembro del cuerpo técnico y personal del club, accederá al recinto deportivo con la mascarilla y guantes de forma OBLIGATORIA, que sólo se retirarán para la ejecución del entrenamiento.

4- Los jugadores y cuerpo técnico vendrán equipados con la ropa de entrenamiento desde sus domicilios.

5- Cada jugador portará también una ropa de recambio para sustituir la usada en el entrenamiento en caso de tener que hacer uso del servicio de fisioterapia. También deberá llevar una toalla limpia.

6- Para acceder el jugador y cuerpo técnico al terreno de juego, previamente tendrá que pasar por 4 puestos, siguiendo el circuito indicado hasta el campo de entrenamiento:

- Puesto 1- Toma de temperatura, desinfección, peso y datos.
- Puesto 2- Depósito de ropa usada día anterior. Dejará la bolsa cerrada en su recipiente.
- Puesto 3- Cambio de calzado. Dejar el calzado de calle y cambiar al de entrenamiento que se encuentra limpio y desinfectado.
- Puesto 4- Depósito de objetos personales. Dejar objetos, mascarilla y guantes que se traigan de casa. Aconsejamos que las pertenencias se dejen en el vehículo a ser posible.

7- Finalizada la sesión de entrenamientos, los jugadores y cuerpo técnico, realizarán el circuito de salida establecido, siempre guardando la distancia de seguridad. Tras recoger sus pertenencias, deberán pasar por 3 puestos:

- Puesto 5- Depósito de calzado usado. Se pone calzado que traía de casa para marcharse.

- Puesto 6- Retirada de ropa entreno. Coger la bolsa con la ropa del día siguiente, que se encontrará enumerada por su dorsal o iniciales en el caso del cuerpo técnico.
- Puesto 7- Retirada de suplementación. Se accederá para recoger botellas individualizadas con el dorsal para cada uno.

8- Al final de la sesión el jugador se marchará de la instalación sin entrar en zonas comunes como vestuarios, etc, salvo los lesionados que deban acceder a la sala médica.

**PROHIBIDO** entrar en ninguna dependencia de las instalaciones que no estén autorizadas.

## **SESIÓN DE ENTRENAMIENTO**

1- Cada turno de trabajo comprenderá a 2 jugadores y 2 técnicos que se dividirán el campo en dos mitades iguales.

2- Entre el técnico y el jugador siempre habrá una distancia mínima de 10 metros.

3- El técnico debe llevar **OBLIGATORIAMENTE** Guantes y Mascarillas.

4- Durante la sesión el jugador utilizará siempre el mismo material.

5- Se utilizarán los mismos balones para cada jugador.

6- Al tratarse de entrenamientos individuales, se organizarán en franjas horarias por la mañana y por la tarde.

7- Los deportistas no compartirán bebidas, alimentos, linimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios, necesarios para el entrenamiento.

8- Cada jugador al llegar al entrenamiento se le darán 2 botellas de agua identificadas con su dorsal.

9- Cada vez que finalice un turno de trabajo, los encargados de limpieza y desinfección, limpiarán todo el material.

10- El jugador que requiera tras la sesión los servicios de fisioterapia, deberán cambiarse de ropa, desinfectarse con gel, y utilizar mascarilla/guantes. El tratamiento a ser posible se hará sobre el césped. Siempre que se pueda, intentar hacer tratamiento fuera del turno de trabajo, y en la clínica de fisioterapia.

## POST – SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

1- Desinfección y limpieza por parte del personal de limpieza, de todo el material usado en el día, para su recogida y preparación para el día siguiente.

- Material entrenamiento.
- Balones.
- Mesas- puestos.
- Báscula.
- Termómetro.

2- Desinfección y limpieza del circuito de entrada y salida del personal.

3- Reposición de Geles, guantes y mascarillas utilizados por los diferentes miembros.

4- Eliminar todo el material usado para cumplir con las diferentes medidas.

5- Retirada de los contenedores con la ropa usada para su lavado. Tratar dicha ropa con guantes y EPI, hasta su lavado.

6- Limpieza y desinfección del calzada utilizado por jugadores y cuerpo técnico para el trabajo del día siguiente.

7- Realizar los pack de ropa limpia para cada jugador y miembro del cuerpo técnico/medico.

8- Preparación de la suplementación individualizada en cada botella con su dorsal.

9- Actualizar y archivar hoja de datos diarios.

Los entrenamientos del CD Badajoz seguirán el protocolo y las directrices marcadas por el CSD para entrenamientos de equipos profesionales y federados. Los responsables serán; Alejandro García, Tomás Pérez y José Cortés. Además, los entrenamientos serán grabados por personal autorizado del Club".