

## 1 NORMES D'US I FUNCIONAMENT COVID-19

### 1.1 Horaris de la instal·lació i reserves:

1. Els horaris de Nova Icària tornen a ser **els habituals**:

De dilluns a divendres – de 7:00 a 23:00h

Dissabte – de 08:00 a 23:00h

Diumenges – de 08:00 a 16:00h

2. L'atenció personal es recomana que sigui la mínima imprescindible. Tota la informació i inscripcions estaran penjats al web i al màxim del possible es farà de manera no presencial.
3. Les **reserves de pistes de pàdel** es faran, com fins ara, a través de la nostra APP, pel [sistema de reserves](#), per telèfon: 93.221.25.80 però no des de la recepció del centre.
4. Les reserves **d'agenda del fisioterapeuta, metge i nutricionista** es faran a través del correu electrònic [recepcio@novaicaria.com](mailto:recepcio@novaicaria.com) o del telèfon 93.221.25.80, però no de manera presencial.
5. Les reserves del **servei d'estètica** es faran a través del correu [estetica@novaicaria.com](mailto:estetica@novaicaria.com) o del telèfon 661.227.947, però no de manera presencial.
6. Reserves per **veure les instal·lacions i rebre informació sobre abonaments al centre esportiu** es faran a través del correu [rrpp@novaicaria.com](mailto:rrpp@novaicaria.com) o [rrpp2@novaicaria.com](mailto:rrpp2@novaicaria.com) o a través del 93.221.25.80

### 1.2 Higiene i neteja

1. Abans d'obrir s'ha dut a terme la **desinfecció del centre esportiu** amb productes homologats. S'han establert nous protocols de neteja i desinfecció en la qual tot el personal estarà implicat reforçant així el servei de neteja. A més, s'establiran horaris de neteja entre classe i classe per poder dur a terme tant a la desinfecció de l'espai com del material utilitzat.
2. Disposem a servei de l'usuari d'**estacions de neteja i desinfecció a tots els espais** amb el següent material:
  - Polvoritzador desinfectant
  - Dispensadors de paper
  - Paperera amb tapa i pedal
  - Dispensador de gel desinfectant de mans

3. **Diàriament** es farà un mínim de 4 neteges i desinfeccions de tots els espais. Prenent especial atenció a les superfícies de contacte amb l'usuari.
4. La **responsabilitat individual** és fonamental per mantenir lluny de nosaltres aquest virus.
5. Es recomana el **rentat freqüent i constant de mans** durant l'estada a les instal·lacions

### 1.3 Accés a l'edifici

1. L'usuari cal que **no presenti simptomatologia** compatible amb el COVID-19 ni conviure amb positius confirmats i/o simptomatologia compatible en els 14 dies anteriors.
2. En cas de **col·lectius de risc** (majors de 60 anys, persones amb malalties cardiovasculars, hipertensió arterial, pulmonars cròniques, diabetis, càncer o immunodepressió, i embarassades) podran fer ús de les instal·lacions sempre que la seva condició clínica ho permeti.
3. És obligatori l'ús de **mascareta** en tot l'equipament excepte durant la realització d'activitats esportives. El transit per la instal·lació comporta l'ús obligatori de la mascareta.
4. És obligatori entrar a l'equipament esportiu amb les **mans desinfectades**. A l'entrada hi ha gel hidroalcohòlic per a tal efecte.
5. Obrirem en fase 3 amb un **aforament reduït al 50%**, això significa que l'aforament de l'equipament serà de 565 persones en instal·lació coberta. **Preveiem que no arribarem en cap moment al seu aforament màxim** per lo que no caldrà fer cap tipus de reserva. **No obstant, hi haurà un control rigorós a través del programa de gestió d'accés i en cas que es superés l'aforament es farà una cua (amb distància de 2 m.), deixant entrar una persona cada vegada que en surt una altre.**
6. En cas de problemes d'aforament les invitacions dels abonats només es podran fer servir per al servei de pàdel.
7. A l'entrar a l'edifici les sabates seran desinfectades a través d'una catifa amb una solució desinfectant.
8. S'ha invertit en un sistema d'accés per QR per tal que l'entrada pugui ser a través d'una aplicació mòbil. En cas que es vulgui accedir biomètricament obligatòriament haurà de netejar-se la superfície amb l'hidrogel. No obstant, els treballadors recomanaran l'ús del QR a tots els usuaris.
9. A l'entrada de les instal·lacions hi haurà panells i infografies, de les **normes d'ús**, de les recomanacions per evitar el risc de contagi i de les mesures d'higiene bàsiques establertes per les autoritats sanitàries.

10. Entre tots hem de procurar garantir la **distància de seguretat mínima recomanada de 2 metres**.
11. **L'ascensor** com espai confinat, es d'ús individual, i es prioritzarà a les persones amb mobilitat reduïda.
12. Els usuaris i personal que visiti l'equipament hauran d'**actuar de manera solidaria amb la resta de persones**, mantenint i respectant les recomanacions i obligacions sanitàries. Per això, tot usuari i/o treballador d'aquestes instal·lacions haurà d'observar les mesures de distància social i la resta de mesures recomanades.
13. Els usuaris i persones visitants només estaran a les instal·lacions **el temps imprescindible** per a la realització de les activitats, evitant estar dins de l'edifici xerrant, esperant, etc.

## 1.4 Serveis

### 1.4.1 Consideracions generals

1. Hem aplicat mesures necessàries per tal de garantir la **màxima renovació d'aire intentant alterar el mínim les condicions de confort**. D'aquesta manera garantim un ambient higiènic.
2. **L'aforament de tots els espais estan reduïts** complint amb la normativa que vigent en cada moment i estarà senyalitzada a l'entrada de cada espai. El personal de Nova Icària serà l'encarregat de controlar l'aforament dels espais.
3. Inicialment recomanem que els usuaris vinguin canviats des de casa i també es dutxin a casa. Així, poder **prioritzar l'ús de vestuaris als usuaris que no viuen a prop, als que utilitzen la piscina o als que realment ho necessitin**.
4. És obligatori **l'ús de tovallola**.
5. És obligatori **l'ús de mascareta mentre no es faci activitat esportiva**.
6. Eviteu l'ús de material compartit. En aquest sentit **recomanem que porteu la vostra tovallola, màrrega ("cotxoneta"), aigua, pales de pàdel o material similar**.
7. Les **fonts d'aigua** només es podran utilitzar a través de pedal i ampolla. Estarà prohibit veure directament l'aigua o accionar la font amb el botó. No obstant, recomanem que porteu la vostra pròpia aigua o beguda isotònica.
8. Tots els espais disposen **d'unitats de desinfecció i gel hidroalcohòlic o sabó a disposició dels usuaris**.
9. Un cop fet servir el material esportiu **cal que deixeu netes i desinfectades les superfícies de contacte**.
10. Tot i així, **Nova Icària reforçarà la neteja** tal i com s'ha explicat a l'apartat de neteja i higiene.
11. Entre tots hem de procurar garantir la **distància de seguretat mínima recomanada de 2 metres**.

12. Es recomana el **rentat freqüent i constant de mans** durant l'estada a les instal·lacions.

#### 1.4.2 Lloguer i venda de material

1. **Recomanem que porteu el vostre material esportiu.**
2. Tot i que recomanem que porteu la vostra **tovallola**, l'ús de tovallola serà d'obligat compliment per aquest motiu mantenim el lloguer de tovalloles amb aquestes mesures:
  - Les tovalloles arriben al centre ja desinfectades i protegides dins d'un carro.
  - Es col·locaran amb guants nets al armariet de la recepció, que ha estat prèviament desinfectat
  - Només serà l'usuari final qui tingui contacte amb la tovallola llogada.
  - Després de la seva utilització la tovallola serà llençada al carro de tovalloles que serà emportada per la bugaderia.
3. També llogarem **pals de golf i pales de pàdel** desinfectant-lo abans i després de cada ús.
4. **Pilotes de pàdel** com sempre seran de venda que seran entregades degudament desinfectades i entregades.

#### 1.4.3 Vestuaris d'abonats

1. Inicialment recomanem que els usuaris vinguin canviats des de casa i també es dutxin a casa. Així, poder **prioritzar l'ús de vestuaris als usuaris que no viuen a prop, als que utilitzen la piscina o als que realment ho necessitin**
2. Es limitarà l'aforament de manera que es pugui mantenir una **distància** de dos metres entre les persones.
3. Es marcaran els **armariets** que es puguin utilitzar i les que no.
4. Estarà permès l'ús de totes les **dutxes** al vestuaris d'abonats, degut a que aquestes tenen separació entre elles.

#### 1.4.4 Vestuaris col·lectius

5. L'ús dels vestuaris haurà de ser **el mínim possible** essent recomanable no fer ús d'aquests.
1. Es limitarà l'aforament de manera que es pugui mantenir una **distància** de dos metres entre les persones.

2. A vestidors col·lectius es precintaran **dutxes** per a aconseguir respectar la distància mínima de seguretat.

#### 1.4.5 Piscina

1. Les **condicions higiènic-sanitàries de l'aigua** de piscina (també dels hidro-massatges) fan que sigui un mitjà segur.
2. Per a major protecció recomanem l'ús d'**ulleres**.
3. La piscina **estarà més disponible** per als abonats doncs no s'ofertaran els intensius d'estiu de natació.
4. **Dissabtes i diumenges de 11 a 13h** modificarem els carrers de piscina per augmentar l'espai a famílies amb nens. Tot i així seguiran havent carrers per a nedadors.

#### 1.4.6 Activitats dirigides

1. Per donar cabuda a totes les persones **hem reubicat algunes classes** al pavelló o hem fet algun canvi de sala. Els horaris, espais i tècnic/a estan **penjats a la APP Nova Icària o al web novaicaria.com**
2. Seguint les recomanacions establertes es també faran **classes a la nova terrassa Nova Icària Air i a l'exterior**. En aquest cas recomanem fer ús de gorra i ulleres de sol.
3. Les classes **estaran obertes un mínim de 5-10 minuts abans** per evitar aglomeracions.
4. Les classes han reduït la seva **durada** per evitar aglomeracions entre classes i perquè al finalitzar l'usuari/a i entrenador/a pugui netejar i desinfectar el material utilitzar i la suor que hagi deixat.
5. No quedar-se xerrant i fer una **sortida àgil i amb distanciament**.
6. Les classes de la **sala box** podran fer servir algunes màquines que hem habilitat a la segona planta.

#### 1.4.7 Fitness

1. Per mantenir el **distanciament** d'almenys 2 metres hem reduït la zona d'estiraments i entrenament funcional i mogut algunes màquines deixant fora de servei les mínimes possibles.
2. Algunes màquines s'han **reubicat** a la segona planta.
3. En cas de ser necessari l'entrenador de la sala de fitness podrà donar **espais alternatius** a la sala per poder fer aquests estiraments o entrenament funcional.

4. És obligatori l'ús de **tovallola i caldrà desinfectar** el material utilitzat i eliminar totes les restes de suor.
5. Mínim de 4 cops al dia les **superfícies seran netejades** pel centre.
6. Preguem **agilitzar l'entrenament** i sobretot no tenir converses llargues sobretot si l'aforament es veu compromès.

#### 1.4.8 Terrassa Nova Icària Air

1. Es destinarà un espai d'aquesta terrassa per poder fer **activitats dirigides**, sobretot al principi o final del dia. Però sempre haurà espai disponible de **solàrium**.
2. Els **horaris** es poden consultar al web o app de Nova Icària o a l'entrada de l'espai
3. És obligatori l'ús de **tovallola** de gran tamany.
4. Cal **desinfectar abans i després** de cada ús les gandules.

#### 1.4.9 Pista poliesportiva

1. Evitar el cos a cos intentant que les activitats es facin amb un **distanciament** mínim de 2 metres.
2. En cas d'esports on es comparteixi la pilota **extremar les precaucions individuals**. Per exemple, entrant al terreny de joc amb les mans desinfectades.
3. A l'acabar l'activitat, **desinfectar** el material utilitzat.

#### 1.4.10 Pàdel i Golf

1. Ja es poden fer **cursos** intensius d'estiu, campus i classes particulars en condicions "normals".
2. Es mantindrà la **distància de seguretat de 2 metres** entre persones.
3. En cas de **material** (raquetes, pales, cons, etc.) que siguin **d'ús individual, no compartit**.
4. Recomanem l'ús de **gorra i ulleres** (de protecció o solars) per evitar el contacte de les mans amb la cara.
5. **Circulació**: L'entrada serà per la porta del carrer Àlava i sortida per l'Av. Bogatell, el passadís serà de sentit únic.
6. S'han habilitat **zones d'espera** per tal que els jugadors no es creuin als passadissos, per tant, abans d'entrar a la pista cal esperar a la zona d'espera fins que surtin els jugadors de la pista.
7. A cada passadís recordeu que teniu una **unitat de desinfecció** descrites anteriorment.

#### 1.4.11 Serveis individuals: fisioteràpia, nutrició, estètica, entrenament personal i servei mèdic

1. Dintre del que sigui possible s'evitarà qualsevol contacte i es mantindrà el **distanciament** de 2 metres. En cas que no sigui possible s'utilitzaran els **equips de protecció i mesures higièniques** adequades a la situació.
2. **Entre servei i servei** els espais i materials hauran de ser desinfectats.

#### 1.4.12 VÈNDING

1. Únicament es poden utilitzar extremant les precaucions i recomanem que sigui amb import exacte.

#### 1.4.13 CURSOS EXTRAESCOLARS O INTENSIVS

1. Les famílies o alumnes majors de 18 anys seran les/els responsables de prendre la temperatura dels/les participants abans d'assistir a l'activitat i comprovar que no presenten cap símptoma compatible amb la Covid-19.
2. A les zones de les activitats, únicament podran accedir-hi els/les participants (pista poliesportiva, pistes de pàdel, golf i piscina).
3. A excepció dels cursos de piscina els participants hauran de venir canviats des de casa, doncs no es podrà fer ús dels vestuaris. Els vestuaris per ús de piscina seran exclusius pels/les participants, a excepció d'aquells/es que necessitin ajuda a l'hora de canviar-se.
4. En les activitats que sigui possible, serà recomanable venir canviar de casa i no utilitzar els vestuaris.
5. Serà obligatori l'ús de mascareta en tot el centre, a excepció del moment de realitzar l'activitat.
6. Els participants i persones visitants/acompanyants només estaran a les instal·lacions el temps imprescindible per a la realització de les activitats, evitant estar dins de l'edifici xerrant, esperant, etc
7. Les famílies són coneixedores del context de pandèmia actual provocada per la Covid-19 i accepten les circumstàncies i riscos que aquesta situació pot comportar durant el desenvolupament de l'activitat. Així mateix, entenc que l'equip de dirigents i l'entitat organitzadora de l'activitat no són responsables de les contingències que pugui ocasionar-se en relació a la pandèmia durant l'activitat.
8. El material utilitzat serà desinfectat després de cada ús.

Aquestes són les mesures de seguretat que podem compartir amb tots vosaltres perquè pugueu preveure el que haureu de tenir en compte quan vingueu a practicar esport a Nova Icària el dia que obrim.

No obstant, **seguirem fent noves comunicacions i actualitzacions d'aquesta normativa així que estigueu atents a les nostres xarxes socials i web.**