

NORMATIVA COVID CENTRO DEPORTIVO SG

#seguimosjuntos



** La normativa COVID-19 complementa la normativa general del Centro Deportivo.*

** Medidas susceptibles de modificación en base a las normativas que determine el Gobierno.*



C.D. SAN GABRIEL SIEMPRE CONTIGO

NOS ADAPTAMOS A LA NUEVA NORMALIDAD Y PARA ELLO QUEREMOS:

- ✓ INFORMARTE de las nuevas normas a través de medios digitales y en persona si te resulta más cómodo.
- ✓ AYUDARTE a descargar y aprender a manejar las herramientas tecnológicas con las que podrás reservar espacios para entrenar, tener tu entrenamiento actualizado 24h/día los 365 días del año, estar informado con todas las noticias y lo más importante "estarás en contacto con nuestros profesores".
- ✓ COMUNICARTE la oferta de servicios del centro adaptada a la nueva normalidad.

ÍNCIDE NORMATIVA

NORMATIVA GENERAL DEL CENTRO

MEDIDAS ESPECIALES Y NOVEDADES

RESERVAS USO LIBRE Y CLASES COLECTIVAS

TEMPORADA 2020-2021

****PINCHA SOBRE EL RECUADRO PARA IR DIRECTAMENTE AL CONTENIDO AL CONTENIDO***

NORMATIVA GENERAL



NORMAS DEL CENTRO

Por tu salud y la de todos



Lávate las manos frecuentemente



Al toser o estornudar, cúbrete con el codo o pañuelos desechables



Mantén 2 metros de distancia de seguridad



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Uso obligatorio de mascarilla



Usa pañuelos desechables y tíralos tras su uso a la papelera



Usa la toalla para cualquier actividad que realices en el centro



Desinfecta el material después de usarlo



Usa desinfectante de manos antes de acceder a las actividades



Siga las flechas de circulación para mantener la distancia de seguridad



Si presentas síntomas, quédate en casa

NUEVA NORMATIVA

Por tu bien y por el de todos ayúdanos a cuidar de tu salud respetando las normas.



USO DE LA MASCARILLA

OBLIGATORIO MASCARILLA

- En base a la normativa determinada por el BOE es **OBLIGATORIO el uso de mascarilla** para acceder al centro deportivo, así como en espacios comunes: Recepción, pasillos, escaleras, vestuarios, parking, etc.
- Se accederá a las piscinas, pistas de pádel, sala fitness y salas de clases colectivas con mascarilla, así como también nos la pondremos al finalizar la actividad. Es obligatorio entrenar con mascarilla en las actividades indoor cuando no se pueda mantener una distancia mínima de 3 metros con otras personas.

NORMAS EN VESTUARIO

Por tu salud y la de todos



USA DESINFECTANTE DE MANOS ANTES DE ACCEDER A LOS VESTUARIOS



RESPETE LOS ESPACIOS Y LA DISTANCIA ENTRE USUARIOS



USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA EN LOS VESTUARIOS



POR PRECAUCIÓN PONEMOS A SU DISPOSICIÓN MATERIAL HIGIENIZANTE Y LE RECOMENDAMOS DESINFECTAR LA TAQUILLA ANTES DE SU USO



COMO MEDIDA PREVENTIVA, NO SE PUEDE HACER USO DE LOS SECADORES

- Por normativa hemos reducido el aforo en vestuarios a 4 metros cuadrados por persona.
- Se permite el acceso individual a los vestuarios, excepto en el caso de menores de 6 años que podrán acceder acompañados por un mayor de edad.
- Recomendamos minimizar el uso de los espacios comunes (duchas, taquillas, aseos, etc.).

¡¡IMPORTANTE!!

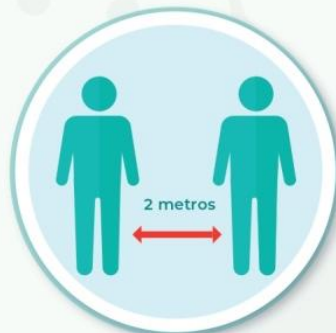
- Mantener una distancia de seguridad mínima de 2 m².
- Sólo se permite el acceso acompañado a vestuarios en el caso de menores de 6 años que podrán acceder con un mayor de edad.
- Como medida preventiva no se puede hacer uso de los secadores.
- Para garantizar la seguridad las duchas de los vestuarios de piscina no podrán ser utilizadas (usa las del interior de la piscina pero sin productos como geles, champús...)
- Desinfectamos las taquillas constantemente pero por precaución ponemos a tu disposición material higienizante y te recomendamos desinfectar la taquilla antes de su uso.
- Es obligatorio el uso de mascarilla en los vestuarios.
- Recomendamos minimizar el uso de los espacios comunes.

NORMAS SALA FITNESS

Por tu salud y la de todos



USA DESINFECTANTE DE
MANOS ANTES DE ACCEDER
A LAS ACTIVIDADES



RESPECTE LOS ESPACIOS
Y LA DISTANCIA ENTRE
USUARIOS



USA BOTELLA INDIVIDUAL EN
TU ENTRENAMIENTO



USO OBLIGATORIO DE TOALLA
EN LA SALA DE FITNESS



DESINFECTA EL MATERIAL
QUE HAS UTILIZADO CON EL
PRODUCTO FACILITADO
POR EL CENTRO

DESINFECTA EL MATERIAL QUE HAS UTILIZADO

Al terminar de entrenar hay que limpiar los materiales utilizados, **SOBRE TODO** las empuñaduras y pantallas de las máquinas de cardio, así como las colchonetas y pequeños materiales.

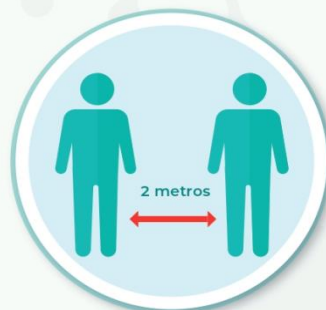
PONEMOS A TU DISPOSICIÓN
MATERIAL DESINFECTANTE.

NORMAS CLASES DIRIGIDAS

Por tu salud y la de todos



USA DESINFECTANTE DE
MANOS ANTES DE ACCEDER
A LAS ACTIVIDADES



RESPECTE LOS ESPACIOS
Y LA DISTANCIA ENTRE
USUARIOS



USA BOTELLA INDIVIDUAL EN
TU ENTRENAMIENTO



USO OBLIGATORIO DE TOALLA



DESINFECTA EL MATERIAL
QUE HAS UTILIZADO CON EL
PRODUCTO FACILITADO
POR EL CENTRO

**Las actividades dirigidas finalizarán 5 minutos antes del horario habitual con la finalidad de poder ventilar, desinfectar las salas, materiales, etc.*

NORMAS EN PISCINAS

Por tu salud y la de todos



RESPECTAR LA DISTANCIA
MÍNIMA DE SEGURIDAD



EL ACCESO A PISCINAS SE HARÁ CON
PUNTUALIDAD, NO PUDIENDO
PERMANECER EN LAS ZONAS DE LAS
PLAYAS Y RECINTO DE PISCINAS



EL MATERIAL UTILIZADO DEBERÁ
SER DEPOSITADO EN UNA CAJA
PARA DESINFECTARLO ANTES DE
QUE LO UTILICE OTRO USUARIO

- Aforo limitado en base a la normativa publicada por el BOE.
- Obligatorio acceder a la piscina con mascarilla, gorro, toalla y bañador.



¡¡RECUERDA!!

Obligatorio acceder a la piscina con
mascarilla, gorro, toalla y chanclas

NORMAS PÁDEL

Por tu salud y la de todos

ANTES DE ENTRAR:



Lávate las manos con agua y jabón



Desinfecta el calzado deportivo



LLeva contigo un equipo de protección



Si presentas síntomas o has estado cerca de alguien infectado, no acudas al centro deportivo

DURANTE EL PARTIDO:



Respete la distancia de seguridad de 2 metros



Usa desinfectante de manos antes



Usa la toalla para la actividad



En las clases, utiliza el picking para recoger las bolas



Evitar saludos y celebraciones de punto con contacto



Al finalizar el partido, desinfecta bolas, carro y red



No cambiar de lado de la pista entre juegos*



Guarda distancia de seguridad entre cambio de clases**



En partidos me apunto y alquileres, usa guante para recoger las bolas



En partidos me apunto, desinfecta bolas y botes en recepción

*Para realizar cambio de lado durante la clase se respetará las medidas de seguridad: saldrán 2 jugadores de un lado al pasillo y después los del otro lado.

**Cambio entre clases: Los alumnos de la siguiente clase deben esperar lejos de la pista guardando la distancia de seguridad.

DESPUÉS DEL PARTIDO:



Al acabar el partido, estira guardando la distancia de seguridad, lejos de las pistas y dúchate en casa



Lávate las manos con agua y jabón y abandona las instalaciones guardando la distancia de seguridad con las demás personas

*Las actividades dirigidas finalizarán 5 minutos antes del horario habitual con la finalidad de poder ventilar, desinfectar las salas, materiales, etc.

- Uso **obligatorio** de mascarilla desde que se accede al centro hasta que se abandona el mismo: en espacios comunes, vestuarios, dentro y fuera del edificio para acceder al campo de fútbol/pabellón, durante el partido o entrenamiento así como para salir del campo/pabellón.
- No se hará uso de las gradas, por lo tanto en caso de partido será a puerta cerrada.
- El **aforo máximo** estipulado por normativa será de **20 personas para entrenamientos o encuentros amistosos** y de **25 en caso de competición**.
- Durante los entrenamientos los jugadores deben estar acompañados siempre por los entrenadores: Los menores de edad no pueden permanecer nunca solos en el campo.
- Los alquileres y entrenamientos finalizarán 5 minutos antes para salir del campo/pabellón para poder ventilar y evitar aglomeraciones.
- Recomendamos minimizar el uso de los espacios comunes como vestuarios. Los vestuarios del campo de fútbol permanecerán cerrados.

NORMATIVA USO CAMPO DE FÚTBOL Y PABELLÓN

*Por tu bien y por el de todos ayúdanos a cuidar
de tu salud respetando las normas.*

Circulaciones, aforos y señalización



Encontrarás marcas en el suelo que te indicarán por donde debes acceder a los distintos espacios y que distancias de seguridad debes mantener.



Cada espacio tiene marcado en la entrada el aforo máximo permitido. Si un espacio está completo deberás salir y esperar para poder acceder o hacer uso de otro disponible.



En toda la instalación encontrarás carteles que te indicarán la normativa que debes seguir y las recomendaciones de higiene.

MEDIDAS ESPECIALES Y NOVEDADES



Medidas higiénico-sanitarias implantadas



DESINFECCIÓN, LIMPIEZA, REUBICACIÓN, AMPLIACIÓN DE ESPACIOS y equipos para mantener las distancias sociales recomendadas en todo el centro.



Control y reducción del aforo en base a la normativa establecida por el Gobierno y la Comunidad de Madrid en cada momento.



Ajuste paramétrico del agua de las piscinas antes de la reapertura y constante vigilancia de las medidas establecidas por normativa para garantizar la seguridad e higiene de los usuarios.

Medidas higiénico-sanitarias implantadas



Puesta en marcha de todos los equipos de ventilación, climatización y calentamiento de agua. Ventilación permanente en todos los espacios abiertos al público.



Aprovisionamiento de material de señalización y balizamiento, así como EPIs para los trabajadores.



Precintadas las fuentes de agua y secadores. Limitado el uso del ascensor, recomendable utilizar las escaleras.



Recomendado el pago mediante domiciliación bancaria/tarjeta para evitar el contacto con monedas y billetes.

SALA DE FITNESS



Reducción del número
de personas en sala



Se han deshabilitado
máquinas para
mantener la distancia
de seguridad.



Obligatorio desinfectar
el material utilizado
tras su uso



Hemos aumentado el
espacio incluyendo una
nueva sala al espacio
fitness y separado las
máquinas 2 metros



CLASES COLECTIVAS



Reducción del número de personas en clase.



Se han delimitado los espacios para mantener la distancia de seguridad.



Obligatorio desinfectar el material utilizado tras su uso y recomendable el uso de mascarilla si es posible.



Nueva ubicación de la sala de clases colectivas polivalente en la segunda planta



NATACIÓN ADULTOS



Reducción del
número de personas
en piscina



Obligatorio reservar
para acceder a la
piscina



Obligatorio uso de
mascarilla en
vestuarios así como
para acceder y salir de
piscina.



Se han deshabilitado
las duchas de los
vestuarios y sólo
estarán disponibles
algunas en el interior
de la piscina por
seguridad



NATACIÓN NIÑ@S



Hemos modificado los vestuarios para aumentar el espacio de cambio



Obligatorio uso de mascarilla en vestuarios así como para acceder y salir de piscina



El material que se utilice durante las clases será desinfectado después de las mismas y se ha incrementado la frecuencia de limpieza en vestuarios



Se han deshabilitado las duchas de los vestuarios pero como siempre al terminar las clases los niñ@s pasaran por las duchas de la piscina



RESERVAS USO LIBRE Y CLASES COLECTIVAS



RESERVA DE PLAZA NADO LIBRE, SALA FITNESS Y CLASES COLECTIVAS

TRAININGYM

No tenemos problemas de aforo pero para poder asegurarte que se respetan las medidas de seguridad de cada actividad hemos puesto en marcha un sistema de reserva de plaza.

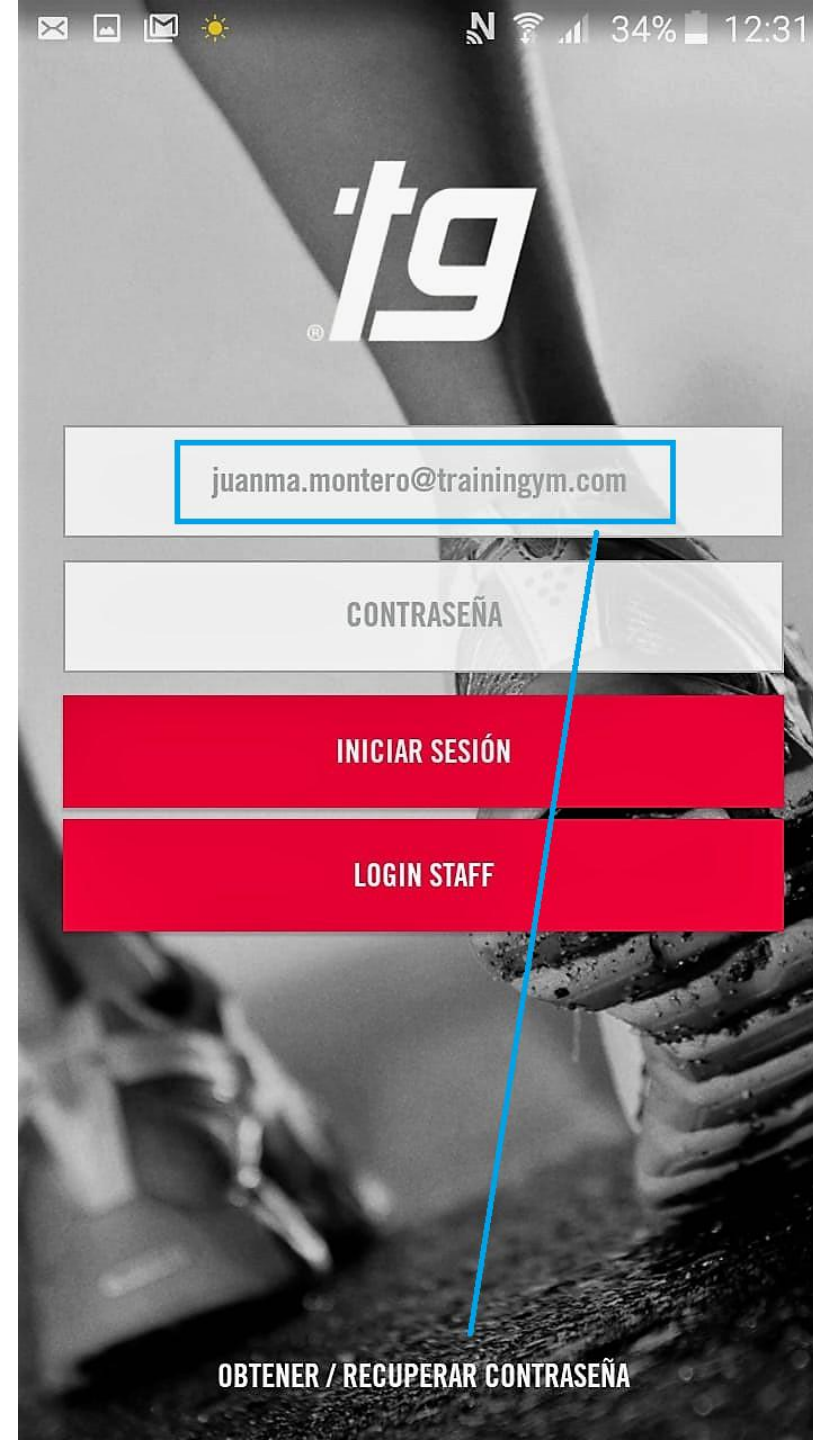
Estas reservas deberás hacerlas a través de nuestra nueva app TRAININGYM

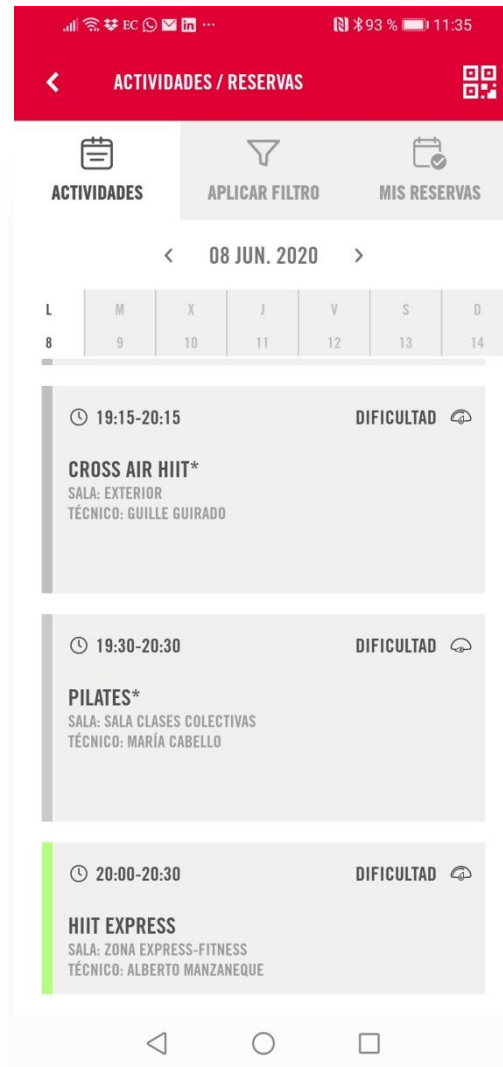
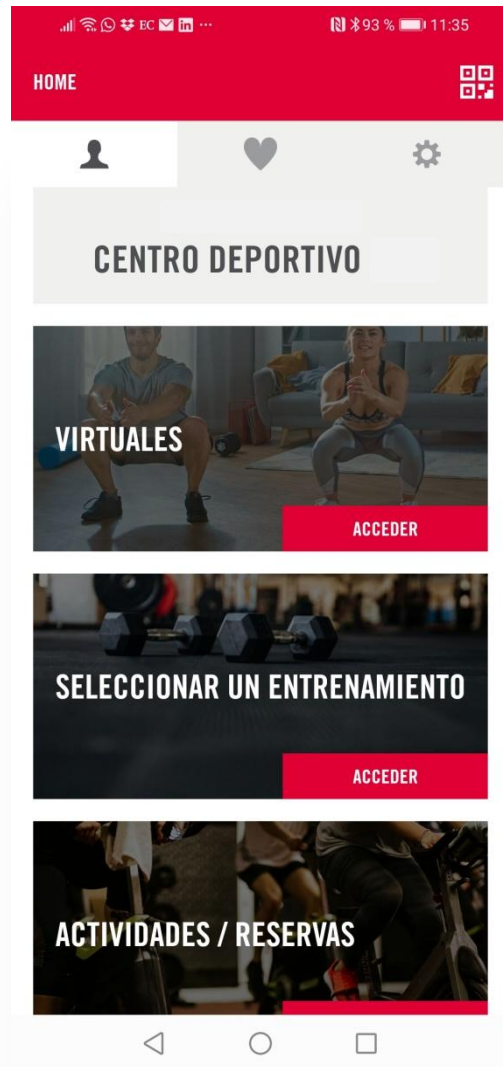
¡¡Es muy fácil!! A continuación te explicamos cómo hacerlo pero si aún así te quedan dudas estamos como siempre a tú disposición en el centro deportivo



DESCARGA TRAININGYM

1. **DESCARGA LA APP** (en tu móvil).
Si necesitas restablecer tu contraseña de acceso a la app de Trainingym debes hacerlo directamente desde la app.
2. **SOLICITAR CONTRASEÑA.**
Para ello debes introducir tu correo electrónico (el email facilitado al darle de alta en el Centro Deportivo) y pulsar sobre OBTENER/RECUPERAR CONTRASEÑA.
3. **RECIBIRÁS TU CONTRASEÑA**
En unos minutos recibirás un email con tu contraseña, mira la carpeta "SPAM", es un proceso automático.





CÓMO RESERVAR

1. Despliega el menú inicial (“Home”).
2. Selecciona “ACTIVIDADES/RESERVAS” y reserva la franja horaria disponible en la que quieras entrenar.

¿Quieres modificar o cancelar tu reserva?

Accede a “ACTIVIDADES/RESERVAS” y selecciona “mis reservas”.

SI AL PRINCIPIO TIENES ALGÚN PROBLEMA

¡NO TE PREOCUPES!

Nosotros te ayudamos a realizar tu reserva por teléfono o de forma presencial en el Centro Deportivo

NORMATIVA DE RESERVAS



LAS RESERVAS SE PUEDEN HACER CON UNA ANTELACIÓN DE 48 HORAS Y HASTA LA HORA DE INICIO SIEMPRE QUE HAYA PLAZAS DISPONIBLES.



EN EL GIMNASIO HEMOS ESTABLECIDO FRANJAS DE 1 HORA PARA ENTRENAR.



EN LA PISCINA HEMOS ESTABLECIDO FRANJAS DE 45 MINUTOS PARA ENTRENAR.



LAS CLASES COLECTIVAS TIENEN UN HORARIO FIJO.



PODRÁS CANCELAR TU RESERVA 1 HORAS ANTES. SI NO LA CANCELAS Y NO ASISTES REITERADAMENTE TENDRÁS PENALIZACIÓN Y NO PODRÁS RESERVAR EN LOS PRÓXIMOS DÍAS.



PUEDES ACCEDER AL PARKING DEL CENTRO DEPORTIVO 10 MINUTOS ANTES DEL INICIO DEL ENTRENAMIENTO. DEBES ABANDONAR EL CENTRO 10 MINUTOS DESPUÉS DE TERMINAR EL HORARIO RESERVADO.

CÓMO ACCEDER AL CENTRO

1. AL LLEGAR

Con la reservas se genera un código QR que deberás mostrar a través de tu móvil en recepción al llegar a la instalación.

2. AL SALIR

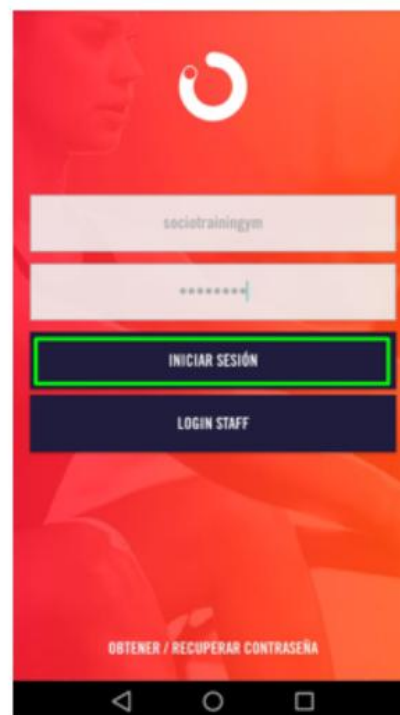
Vuelve a validar el código QR para que podamos controlar el aforo real que tenemos en el Centro Deportivo.

¡Recuerda!

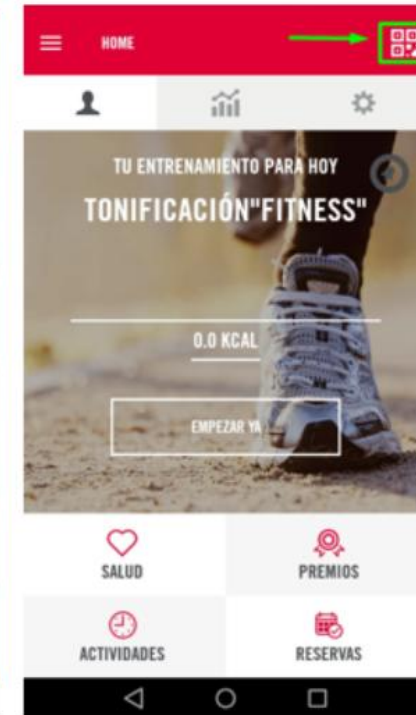
Para acceder al centro deportivo es imprescindible que no olvides tu carnet de socio.

¿Cómo acceden los socios a su QR personal?

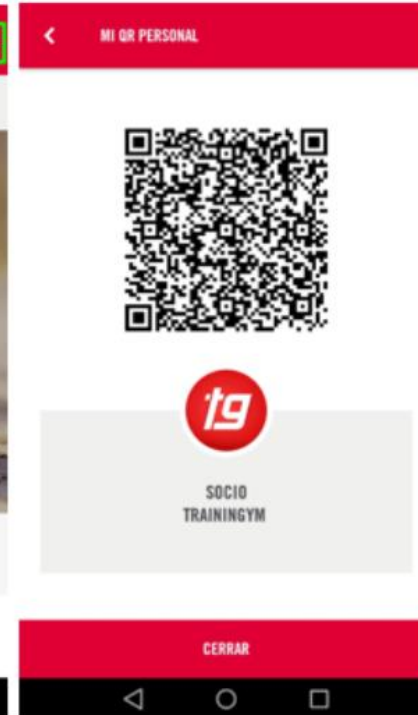
1.- Login en App



2.- Busca el icono del QR

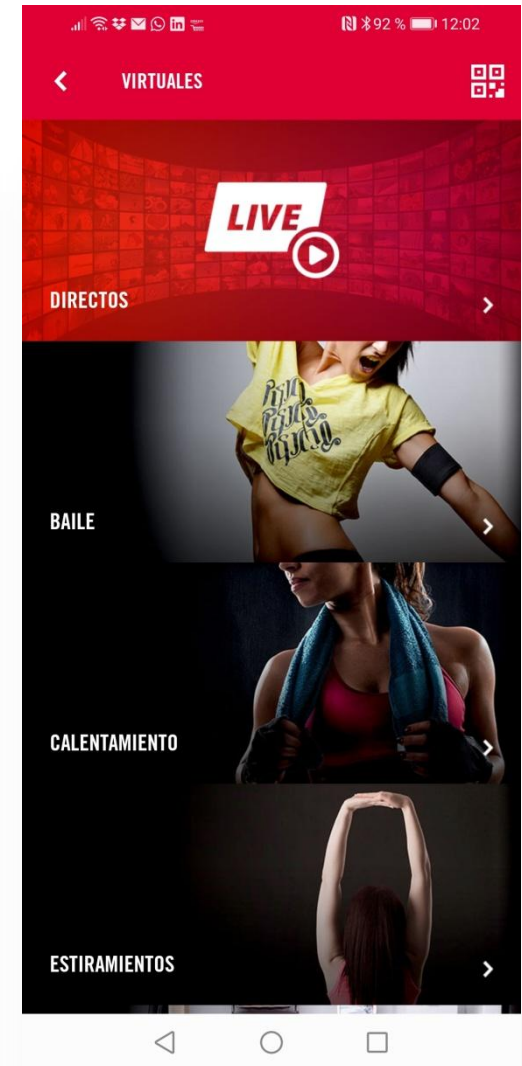
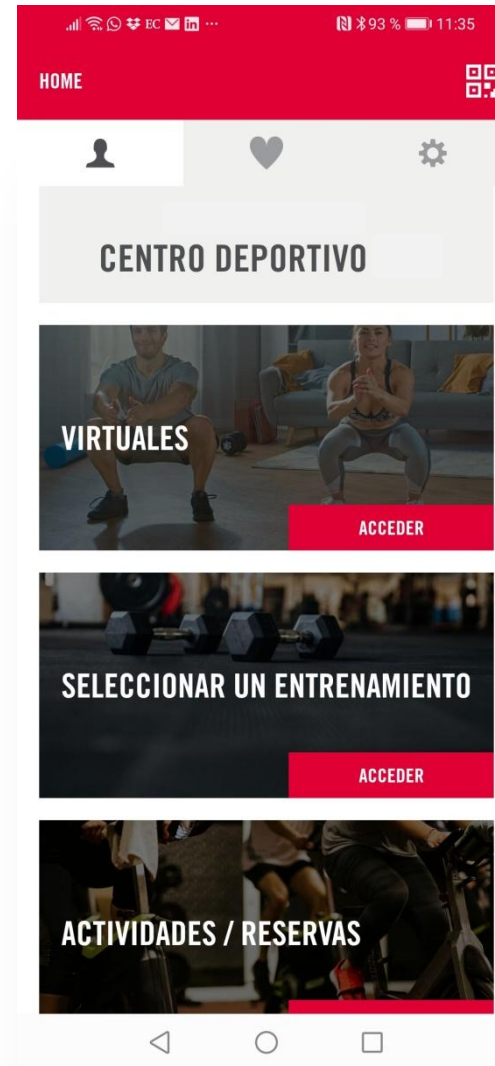


3.- Tu QR personal



Además... CLASES ONLINE GRATIS EN TU APP TRAININGYM

Entra en LIVE y podrás ver las clases grabadas por nuestros profesores.



RESERVA DE PLAZA CROSSHIIT

SUPERSAAS

Las reservas seguirán haciéndose a través de **SUPERSAAS**, al que podrás acceder a través de nuestra página web en el apartado de Actividades-Crosshiit-Reservas

<https://centrodeportivosangabriel.es/actividades/crosshiit/>



ALQUILER PISTAS DE PÁDEL

PLAYTOMIC

¡El momento de volver a coger la pala ha llegado!

Playtomic es desde ahora el canal de reserva online

De esta forma, apostamos por la mejor tecnología, donde Playtomic es un referente en el sector deportivo ofreciendo la mejor experiencia a jugadores como tú.





EMPIEZA A USAR PLAYTOMIC

1. SI NO TIENES PLAYTOMIC

Descarga la app en tu móvil y regístrate como nuevo usuario con el mismo email que usas en el club y automáticamente se vinculará tu cuenta del club en playtomic.

2. SI YA TIENES PLAYTOMIC EN TU TELÉFONO

... y el email con el que te has registrado en playtomic es el mismo que el que tienes en el club, tu cuenta ya estará asociada.

... y el email con el que te has registrado en playtomic no es el mismo que el que tienes en el club: busca el club y en la parte inferior encontrarás la opción "asocia tu cuenta". introduce los mismos credenciales que usabas en la web del club.

**Reserva pista al
instante en más de 600
clubes**



Continuar con Google



Continuar con Facebook

Iniciar sesión

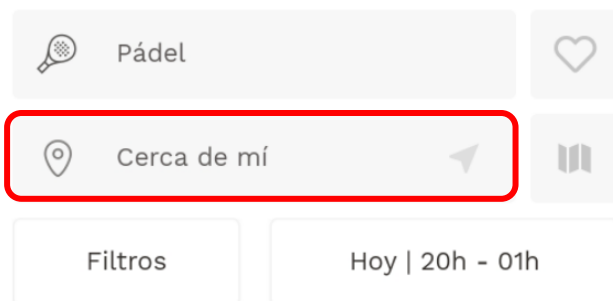
¿Aún no tienes cuenta en Playtomic?
Crear una cuenta

Registrándote aceptas nuestras
[condiciones de uso](#) y [política de
privacidad](#)

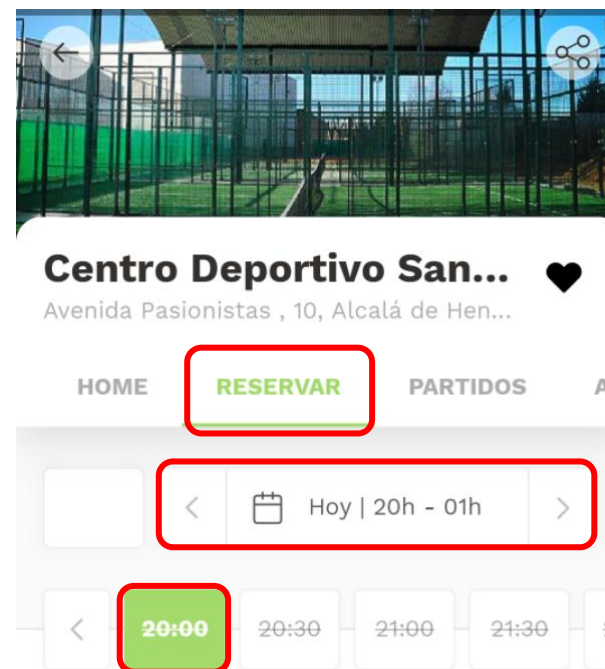


ALQUILA PISTA EN SAN GABRIEL

1. Introduce en el buscador en nombre de nuestro club: centro deportivo San Gabriel



2. Selecciona el día y la hora en la que desees realizar tú reserva, pincha en reservar y selecciona tú pista



También podrás seguir reservando a través de la web del centro deportivo pinchando en el botón de RESERVA DE PISTA DE PÁDEL:

<https://centrodeportivosangabriel.es/>

TEMPORADA 2020-2021





INICIO TEMPORADA 1/09/2020

- Como siempre todas nuestras actividades (de niños y adultos) comienzan el 1 de septiembre en su horario habitual.
- Este año como excepción (por COVID-19) no hemos cobrado la reserva de plaza de septiembre en el mes de julio.
- La mensualidad del mes de septiembre se cobrará entre el día 1 y 5 de septiembre de 2020. En el próximo recibo se compensará la parte proporcional de la cuota de marzo.
- El horario de apertura del Centro Deportivo SG sigue siendo el mismo: De lunes a viernes de 8.00 a 22.00 horas y fines de semana de 10.00 a 14.00 horas.

TEMPORADA 2020 - 2021



CONSULTA NUESTRAS
ACTIVIDADES EN LA WEB

www.centrodeportivosangabriel.es

Para cualquier gestion (cambio de
actividad, alta, baja, etc.), duda o consulta
que quieras realizarnos:

info@centrodeportivosangabriel.es

CON NOSOTROS PUEDES ENTRENAR
SEGUR@

