

PROTOCOLO ENTRENAMIENTOS TRAMPOLÍN



PROTOCOLO ENTRENAMIENTOS TRAMPOLÍN

1. INTRODUCCIÓN

La practica de la modalidad de gimnasia trampolín se desarrolla exclusivamente en el Centro Deportivo Municipal de María de Huerva por gimnastas de Club Huervatramp. A pesar de ser un deporte individual, se práctica coincidiendo con otros gimnastas y en muchas ocasiones en colaboración de compañeros para realizar los ejercicios y mayoritariamente con ayuda del técnico.

2. PROHIBICIÓN DE ACCESO.

A la instalación solo podrán acceder gimnastas y entrenadores.

3. ACONDICIONAMIENTO DE LA INSTALACIÓN.

Se aplicará el reglamento de la rfeg para la limpieza e higienización de los aparatos para el correcto uso de los mismos. (Colchonetas, trampolín, tumbling, doblemini-tramp y foso de caída.) Recayendo el gasto de los productos de desinfección e higienización en el club.

4. AFORO

Los entrenamientos se establezcan en 4 grupos dependiendo del nivel, de no más de 30 gimnastas, siempre acompañados por técnicos.

5. MEDIDAS DE PROTECCIÓN.

Los gimnastas harán uso de los vestuarios y de los baños con la consiguiente desinfección después de la sesión de entrenamiento.

Se dispondrá de gel hidroalcohólico en la entrada de la instalación y se podrá utilizar durante toda la sesión de entrenamiento para la utilización de los aparatos.

Los gimnastas utilizarán zapatillas específicas de trampolín con suela antideslizante que se desinfectará en cada sesión.

Los técnicos y los gimnastas utilizarán mascarilla durante los entrenamientos (establecida por la normativa de la rfeg).

Cada gimnasta utilizará su propio material para los entrenamientos que deberá desinfectarse y guardarse de manera independiente después de cada sesión.

Los aparatos se desinfectarán cada vez que lo use uno de ellos gimnastas con los productos apropiados.

Cada gimnasta deberá llevar su propia botella de agua.

Para la utilización del foso de caída se utilizará una colchoneta de caída de material plástico para su mejor desinfección y protección.

Dirección técnica de Gimnasia Trampolín.