



EL RETORN ALS ENTRENAMENTS

FAQS

Quina documentació em cal?

- Primer de tot t'has de descarregar la DECLARACIÓ RESPONSABLE que el club ha preparat i omplir-la i signar-la degudament.
- Aquesta declaració l'has de tenir al mòbil en format digital, NO EN FORMAT PAPER i enviar-ne una còpia al mail:
- natacioclubtorello@hotmail.com

MODEL DECLARACIÓ RESPONSABLE

- Pots descarregar-te el model de declaració responsable al següent enllaç:
- https://drive.google.com/file/d/1nn2A2US6ti0Cm3u8q-oYw_sFEI7IHC-H/view?usp=sharing

Com arribo a la piscina?

- Has d'arribar amb la mascareta posada



- Entrarem pel passatge dels esports



Què he de fer quan arribo?

- Faig fila davant la porta, respectant els senyals de distància de seguretat que hi ha a terra



I abans d'entrar...???

- Em rento bé les mans amb gel hidroalcohòlic que disposarà el club



- Em trec les sabates de carrer i em poso les xanquetes d'us exclusiu per la piscina



Quan ja sóc a dins, què faig?

- Em situo a la zona de gespa de la piscina que m'indiqui l'entrenador/a, respectant sempre els 2m de distància de seguretat



I un cop sóc a la gespa...

- Em trec la roba de carrer i la deixo dins la meva motxilla, al mateix lloc on m'he canviat



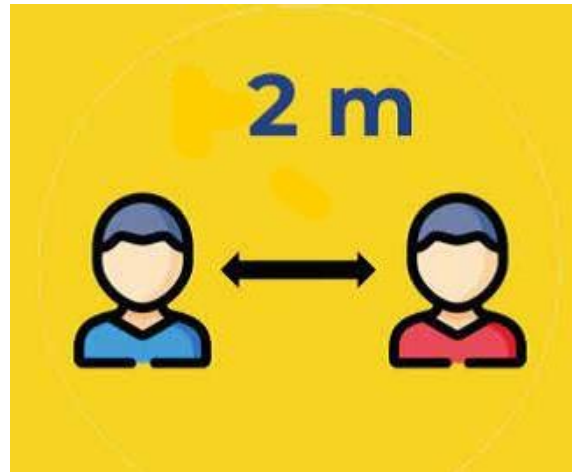
Ja estic en banyador!!!

- Ara el meu entrenador/a em dirà en quin carrer m'he de posar i quin costat de la piscina em toca a mi



I si em toca compartir carrer?

- Com a molt sereu dos per carrer, però si et toca compartir, cal tenir sempre present de mantenir la distància de seguretat mínima de 2m en tots els moments de l'entrenament



I SI HE D'ANAR A L'WC?

- Has de procurar venir de casa amb els «deures fets», jeje! ... Però si no hi ha més remei hi podràs anar. Neteja't bé abans i després de l'ús del WC



Quins espais podré utilitzar?

- Només el Vas gran de la piscina, l'WC i la zona de gespa el temps just per canviar-me



- No podré utilitzar el vas petit, els espais lúdics, els vestidors, les dutxes, el bar...

Els meus amics podran venir?

- No!!!!
- Només estarà permès l'ús de la instal·lació als nedadors/es federats i federades autoritzats pel Natació Club Torelló, els entrenadors i entrenadores i els pares/mares/tutors/tutores dels menors d'edat que n'hagin de fer la custòdia, que restaran al lloc indicat i amb la mesura de seguretat de 2m.

Hauré de reservar l'espai?

- No! Ja tindràs uns horaris adjudicats en funció de la teva categoria
- Et passem en les següents diapositives la previsió d'horaris:

1

GRAELLA D'HORARIS D'UTILITZACIÓ DEL VAS PRINCIPAL

Fins l'obertura al públic en general, de la instal·lació

El grup màster, tindrà habilitat 1 carrer en totes les franges horàries que es distribuirà com li convingui sempre respectant un màxim de 3 nedadors alhora.

Dia de la setmana	Horari	Grup
Dilluns	11 a 13h	1r equip
Dilluns	16 a 17:30	Alevins
Dilluns	17:30 a 19	1r equip
Dimarts	11 a 13h	1r equip
Dimarts	16 a 17:30	Benjamins i prebenjamins
Dimarts	17:30 a 19	Alevins
Dimecres	11 a 13h	1r equip
Dimecres	16 a 17:30	Alevins
Dimecres	17:30 a 19	1r equip
Dijous	11 a 13h	1r equip
Dijous	16 a 17:30	Alevins
Dijous	17:30 a 19	1r equip
Divendres	11 a 13h	1r equip
Divendres	16 a 17:30	Benjamins i prebenjamins
Divendres	17:30 a 19	Alevins

2

Des de que obrin al públic en general i fins a l'1 d'agost
En aquest període els grups benjamins, prebenjamins i màsters, tenim demanada la piscina coberta

Dia de la setmana	Horari	Grup
Dilluns	8 a 10	1r equip + Alevins grans
Dilluns	20 a 21	1r equip + Alevins petits
Dimarts	8 a 10	1r equip + Alevins grans
Dimarts	20 a 21	1r equip + Alevins petits
Dimecres	8 a 10	1r equip + Alevins grans
Dimecres	20 a 21	1r equip + Alevins petits
Dijous	8 a 10	1r equip + Alevins grans
Dijous	20 a 21	1r equip + Alevins petits
Divendres	8 a 10	1r equip + Alevins grans
Divendres	20 a 21	1r equip + Alevins petits
Dissabte	8 a 10	1r equip + Alevins grans

3

A partir del 3 d'agost

En aquest període els grups benjamins, prebenjamins i màsters, tenim demanada la piscina coberta

Dia de la setmana	Horari	Grup
Dilluns	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans
Dilluns	19:30 a 20:30	1r equip + Alevins petits
Dimarts	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans
Dimarts	19:30 a 20:30	1r equip + Alevins petits
Dimecres	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans
Dimecres	19:30 a 20:30	1r equip + Alevins petits
Dijous	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans
Dijous	19:30 a 20:30	1r equip + Alevins petits
Divendres	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans
Divendres	19:30 a 20:30	1r equip + Alevins petits
Dissabte	8:30 a 10:30	1r equip + Alevins grans

PUC ANAR-HI A QUALSEVOL HORA?

- No!
- Cada grup té assignat el seu horari.
- Cal ser a la porta d'entrada 10 minuts abans de l'hora que et toqui.
- La porta estarà tancada i cal esperar-te com t'hem indicat abans, fins que s'obri!



PUC VENIR JO SOL/A

- SI TENS 18 ANYS O MÉS, SÍ
- SI TENS ENTRE 14 i 18 ANYS, SÍ, AMB L'AUTORITZACIÓ CORRESPONENT
- SI TENS MENYS DE 14 ANYS T'HA D'ACOMPANYAR UN ADULT (que no caldrà que s'esperí)

PUC UTILITZAR EL MATERIAL DEL CLUB?

- NO!
- CADA NEDADOR HA DE PORTAR EL SEU I NO ES PODRÀ COMPARTIR RES! JA EL RECOLLIREM DEL MAGATZEM DE LA PISCINA INTERIOR
- DESINFECTA'L CADA DIA
- TAMPOC COMPARTEIXIS LA BEGUDA



PEL BÉ DE TOTS I TOTES



SIGUES RESPONSABLE