



COVID-19 araudia %75eko aforoan. Aritzatalde kiroldegia.

- Arautegiaren helburua da Aritzatalde Kiroldegiko langileak eta erabiltzaileak SARS-CoV2arekin kutsatzeko arriskuak minimizatzea.
- Arautegia zuhertasun eta zorrotasun printzipioetan oinarritzen da, eta bateragarria izango da unean uneko araudiekin eta beharren araberrako egokitzapenekin.
- Aritzatalde Kiroldegiko arautegi orokorra eta COVID-19 arautegia osagarriak dira.
- Erabilera okerrak, desagokiak eta kalteak intzidentzia-erregistroaren bidez kudeatuko dira, Kiroldegiko arautegi orokorreko zigor-araubidearen arabera.
- Kiroldegiko langileek eskumena izango dute unean uneko interpretazioa eta esku-hartze edo egokitzapenak egiteko, egoerak horretara behartuz gero.
- Arautegi hau aplikagarria da gainerako kirol instalazioetan ere.
- Erabiltzaile guztiak behartuta daude arauok zorrotz betetzera.

OROKORRA

Sarrera (neurriak arindu artean):

1. ZARAUZKO KIROL INSTALAZIOAK BERRIZ IREKITZEKO ETA JARDUERAK AKTIBATZEKO COVID-19 KIROL PLANean zehaztuko dira instalazioaren irekiera, erabilera eta kontrolerako gai guztiak.
2. Une oro beteko dira osasun-agintariak jarritako osasun- eta babes-neurriak. COVID-19aren sintomak izanez gero ez etorri kiroldegira, eta deitu zure osasun-zentzora.
3. Pertsona kalteberak instalazioak erabili ahal izango dituzte, baldin eta haien egoera klinikoa kontrolatuta badago eta egoerak horretarako aukera ematen badu. KOZ bulegoarekin harremanetan jartzea aholkatzen zaie (943005123 telefonoa edo koz@zarautz.eus helbidea).
4. Kiroldegira sartzeko derrigorrezkoa da erreserba edukitzea. Erreserbarik gabe ez da inor sartuko, neurri hauek arindu artean. Erreserbaren ordua errespetatu egin behar da, eta ezin da beste ordu-tarte batean etorri. Erreserba telefonoz edo online egin ahal izango da.
5. 10 urtetik beherako haurrak guraso batekin sartuko dira beti Kiroldegira, aurretik erreserba eginda.
6. Puntuala izan behar da, eta saio bakoitzaren gehieneko iraupena ere zorrotz beteko da.
7. Gune batzuk itxita egongo dira higiene-neurriak betetzen ez dituztelako (gune termala).
8. Kirol klubek edo beste eragileren batek kirol instalazioak erabiltzeko ZARAUZKO KIROL INSTALAZIOAK BERRIZ IREKITZEKO ETA JARDUERAK AKTIBATZEKO COVID19 KIROL PLANA bete beharko dute. Alegia, beren kontingentzia-plana aurkeztuko dute Udalean (sinatuta), eta Udalak onartu eta baimendu egin beharko du.
9. Gune bakoitzerako bereziki jarritako sarrerak eta irteerak erabiliko dira. Sarreran itxaron behar izanez gero, pertsonen arteko distantzia soziala zainduko da.
10. Kiroldegiko langileek kontrolatuko dituzte sarrerak eta irteerak. Tornuak geldituta egongo direnez, erabiltzaileek beren burua identifikatu beharko dute nortasun agiriaren edo argazkia duen beste agiri ofizial baten bidez.
11. Kiroldegi barruko ateak irekita egongo dira, kontaktuak minimizatzeke eta aireztapena errazteke.
12. Kiroldegiko jarraibideei, seinaleei, megafoniari eta karteletako mezuei kasu egingo zaie, zirkulazioa eta erabilera segurua izateke.



Babesa (neurriak arindu artean):

13. Instalaziora maskararekin sartu behar da, eta zona komun guztietan erabili behar da. Ariketa-eremuan bakarrik kendu ahal izango da. Ekartzen ez duenari ez zaio sartzen utziko.
14. Derrigorrezkoa da toalla handi bat (gutxienez 56 x112 cm-koa) eta ur-botila ekartzea.
15. Une bakoitzean finkatzen den distantzia fisikoa errespetatu behar da, bai Kirolddegiko langileekin bai beste erabiltzaileekin.
16. Eremuek aforo mugatua dute, eta kopuru hori ez da gaindituko.
17. Garbiketa eta desinfekzioa oinarrizkoak dira. Beraz, sarrera eta irteera guztietan eskuak garbituko dira, propio prestatu diren higiene-puntuak erabilia.

Aholkuak (neurriak arindu artean):

18. Instalaziora sartzeko oinetako espezifikokoak jantziko dira, kalean erabili direnak erantzita.
19. Kiroldegian erabilitako arropa 60 °C-tan garbitzea gomendatzen da.
20. Ordainketak banku-txartelaren bidez edo helbideratuta egitea gomendatzen da; ahal dela ez da esku-dirurik erabiliko.

Zona komunak (neurriak arindu artean):

21. Beharra dutenek soilik erabiliko dute igogailua, eta aldi bakoitzean pertsona bakarra sar daiteke. Orokorrean eskailerak erabili behar dira.
22. Komunak irekita egongo dira.
23. Jarduera bakoitzak bere takilak izango ditu, eta horiek erabili beharko dira.
24. Ile-lehorgailuak itzalita egongo dira.
25. Aldagelek aforo mugatua izango dute, eta une oro errespetatuko da. Beteta baldin badago, txanda itxoin beharko da, segurtasun-tarteak zainduta.
26. Aldagelak gehienez 15 minutuan erabili ahalko dira.
27. Guztiz debekatuta dago aldageletan bizarra egin edo ilea moztea.
28. Arropa ezingo da aldagela barruan utzi.

HARRERA ZERBITZUA:

29. Maskara derrigorrezkoa da, eta ezingo da inola ere kendu, mostradorean babes-manparak egon arren. Maskararik gabe ez da sartzen utziko.
30. Bakoitzak bere boligrafoa ekarri behar du.
31. Kiroldegira sartu aurretik eskuak garbitu behar dira, gel hidroalkoholikoa erabilia.
32. Pertsonen arteko distantzia soziala errespetatu behar da.
33. Seinaleetan adierazitako zirkulazio-bideak eta mezuak derrigorrez beteko dira.
34. Pertsona bakarrari egingo zaio harrera hitzordu bakoitzean, menpekotasuna dutenen kasuan izan ezik.
35. Harrerako hitzorduek 15 minutu iraungo dute, gehienez.
36. Tramitea amaituta, berehala irten behar da.



ERRESERBAK:

37. Kiroldegira etortzeko erreserba eduki behar da
38. Erreserba egiteko lehenasuna kiroldegiko abonatuak izango dute. Erreserba [udaleko web orriaren](#) bidez, telefonoz (943 00 51 23) edo kiroldegiko harreran egin dezakete. Aste bete lehenagotik erreserba ordua baino hamabost minutu lehenago arte.
39. Abonatuak ez direnek eguneko sarrera edo hamarreko bonua erosiz erabili ahal izango dituzte kiroldegiko zerbitzuak
40. Hamarreko bonua dutenek aste bete lehenagotik hamabost minutu lehenago arte egin dezakete erreserba telefonoz edo harrera bertan.
41. Eguneko sarrera dutenek harreran erreserbatu dezakete unean bertan eta betiere plaza librerik balego
42. Erreserbak gune hauetan egin daitezke: Fitness gunea, igerilekuak (handia, ertaina, txikia), frontoia, squash aretoak
43. Tokia egonez gero momentuan bertan egin daiteke erreserba
44. Hitzordu bat bertan behera uzteko 2 ordu lehenago egin beharko da, bestela ez erabilitzat emango da
45. Hiru aldiz hitzordura ez agertuz gero, gertaeren erregistro bidetik penalizazioa egongo da
46. Hitzordua baino 15 minutu lehenago etorri behar da kiroldegira
47. Sarreran kiroldegiko langileek txanda bakoitzeko zerrenda egiaztatuko dute
48. Txanda amaituta kiroldegitik atera beharko da (nahiz eta jarraian beste txanda bat erreserbatuta izan)
49. Fitnesseko txanda ordu eta erdikoa izango da; ondoren 15" egongo dira aldatzeko
50. Igerilekuko txandak 45"koak izango dira; ondoren 30" egongo dira aldatzeko
51. Erreserba egitean jakin ahal izango da zenbat pertsonak erreserbatu duten eta zenbat leku libre dauden

GUNEAK (IKASTARO ARETOAK, FITNESS EREMUA, IGERILEKUA...):

52. Lehenengo solairuan fitness eremua egongo da, eta bigarren solairuan ikastaroak emango dira; bakoitzak bere atea izango du sartzeko eta irteteko.
53. Sarrera bakoitza seinaleztatuta egongo da, eta ezinbestekoa da gune bakoitzeko jarraibideak eta araudia betetzea.
54. Segurtasuneko tarte soziala une oro errespetatu behar da, bai kiroldegiaren sarreran bai guneetan bertan.
55. Guneetan sartzeko derrigorrezkoa izango da eskuak desinfektatzea, maskara jantzita eramatea eta toalla handia eta ur-botila ekartzea. Ez badira ekartzen, sarrera ukatu egingo da.
56. Bi toalla ekartzea gomendatzen da: bat, materialaren gainean jartzeko (esterila, stepa...), eta bestea, izerdia lehortzeko.
57. Maskara jantzita edukiko da ariketa-saioa hasi arte. Saioa bukatutakoan, berriz jantzi beharko da. Maskara gordetzeko poltsa bat ekartzea ere gomendatzen da.
58. Puntuala izan behar da. Kiroldegiko langileek eskubidea izango dute berandu etortzen denari izen-abizenak edo kiroldegiko abonatu-zenbakia hartzeko eta intzidentzia-erregistroaren bidea aktibatzeko.
59. Asistentzia-zerrenda sarreran kontrolatuko da. Erabiltzaile bakoitzak bere burua identifikatu beharko du nortasun agiriaren edo argazkia daraman beste agiri ofizial baten bidez.
60. Ikastaroetan parte hartzeko, izena emanda egon behar da.
61. Monitorea izango da ordu bakoitzean taldearen arduraduna, eta haren esanak eta unean uneko erabakiak nahitaez bete behar dira.
62. Erabiltzaile bakoitzak bere espazioa adierazita edukiko du gela barruan. Espazio horiek lurrean markatuta egongo dira, eta jarduera osoa bertan egin beharko du, monitoreak besterik adierazten ez badu.
63. Saioan erabilitako materiala garbitu egin behar da, erabili ondoren. Norberak garbituko du erabilitako



materiala, propio jarritako higiene-puntuetan (materiala garbitzeko produktuak eta papera).

64. Guneetatik atera baino lehen eskuak desinfektatu egin behar dira.
65. Aldagelak erabiltzeko aukera egongo da: aforo mugatua izango dute eta erabilera baldintzatua (espazioak markatuta, pertxa batzuk kenduta...).
66. Kiroldegira arropa egokia jantzita eta prest etortzea gomendatzen da.
67. Aldatzeko edo/eta dutxatzeko gehienezko denbora 15 minutukoa izango da.
68. Kiroi-makinak segurtasun-tartea errespetatzeko moduan kokatu dira; debekatuta dago horiek mugitzea.

FITNESS JARDUERAK:

69. Fitnessera sarrera beheko solairuko eskaileren ondoan dagoen atletik egingo da, Itaisoro kaletik, eta irteera Araba kaleko eskaileretatik.
70. Aretoa hiru zatitan banatuta egongo da: fitness kardio-tono, fitness kardio-bike eta luzaketa eremua (lehen tatamia).
71. Erreserba bakoitzeko gehienezko denbora: 90 minutu.
72. Erreserba ordua baino 15 minutu lehenago etorri behar da.
73. Gehienezko aforoa: 65 pertsona.
74. Derrigorrezkoa da sarreran eskuak desinfektatzea eta maskara, toalla handia (56 x 112 cm) eta ur-botila ekartzea. Ez badira ekartzen, ezingo da sartu.
75. Kirola bakarka egingo da.
76. Itxaron bitartean segurtasun distantzia fisikoa gordeko da.
77. Makina edo material bakoitza erabili ondoren norberak garbitu eta desinfektatu behar du.
78. Debekatuta dago Kiroldegiko langile ez direnek entrenamendu gidatuak egitea.
79. Erabiltzaileek ezin dute inolako materialik sartu fitness gelan.

IGERILEKUAK:

80. Igerilekura harrera eta kantxaren arteko atletik sartu eta irtengo da. Igerilekuko sarrerako eta irteerako ibilbideak seinale bidez adierazita egongo dira, eta nahitaez jarraitu behar dira.
81. Igerilekura sartu aurretik dutxatzea derrigorrezkoa da.
82. Igerilekua gehienez 45 minutuan erabil daiteke.
83. Erreserba ordua baino 15 minutu lehenago etorri behar da.
84. Kirola bakarka egingo da. Kale bakoitzaren aforoa 3 pertsonakoa izango da. Ezingo da kontaktu fisikorik egon, eta segurtasun-tarteak errespetatu beharko dira. Kale bakoitzeko aforoa ez da inoiz gaindituko.
85. Igerileku txikiaren edukiera 23 pertsonakoa izango da. Eremutan banatuko ez bada ere, segurtasun distantzia fisikoa egongo da une oro pertsonen edo pertsona-multzoen artean.
86. Gune hezea eta termala itxita egongo da.
87. Igerilekurako oinetako egokiak ekarri beharko dira. Debekatuta dago zapatak eta kirol-oinetakoak erabiltzea igerileku ertzean edo aldageletatik igerilekura doan pasabidean. Txankletak erabiltzea derrigorrezkoa da, eta ezingo dira utzi ur-ertzean (uretatik aldenduta lagako dira).
88. Soroslea ur-azalera guztia kontrolatuko duen guneren batean egongo da une oro.
89. Txanda bakoitza amaitzean, sorosleek igerilekua jendez hustuko dute, hurrengo txandakoek erabiltzeko.
90. Igerilekuko arropa garbitzea gomendatzen da, erabiltzen den bakoitzean (bainujantzia, toalla...).
91. Debekatuta dago igerilekuan bertan dagoen materiala erabiltzea (aletak, palak, taulak, pullboy-ak, txapelak, betaurrekoak...). Erabiltzaile bakoitzak bere materiala ekar dezake, baina ezingo du igerilekuan utzi.



ZARAUZKO UDALA



KIROLA
ZARAUTZ
Bizi bizia

92. Igerileku handian bakarrik onartuko da materiala erabiltzea.
93. Igerileku txikian ez dira jolasak onartuko, eta pertsonen edo familia-multzoen arteko segurtasun-tartea errespetatu beharko da.

FRONTOIA ETA SQUASH ARETOAK:

94. Frontoia eta squash aretoak erreserbatu daitezke.
95. Erreserbak online webgune honen bidez www.kirola.zarautz.eus edo telefonoz 943 00 51 23 egin behar dira
96. Sarrera nagusitik izango da sarrera, harreran erreserba konprobatuko dute eta ordainketa momentuan bertan egingo da
97. Oraingoan, eta abisu berrira arte, ezingo dira dutxak eta aldagelak erabili



Normativa COVID-19 al 75% de aforo. Polideportivo Aritzbatalde

- El objetivo de la normativa es minimizar el riesgo de contagio del SARS-CoV2 del personal y usuarios/as del polideportivo Aritzbatalde.
- La normativa se basa en el principio de máxima prudencia y rigurosidad, y será compatible con las normativas de cada momento y con las adecuaciones realizadas según las necesidades.
- La normativa del COVID-19 es complementaria a la normativa general del polideportivo Aritzbatalde.
- Los usos indebidos, inadecuados y perjudiciales se gestionarán a través del registro de incidencias, conforme al régimen sancionador de la normativa general.
- El personal del polideportivo tendrá la facultad de interpretar e intervenir puntualmente o de realizar adecuaciones, en caso de que la situación lo requiera.
- Esta normativa es aplicable en las restantes instalaciones deportivas.
- Todas las personas usuarias están obligadas al estricto cumplimiento de esta normativa.

GENERAL

Entrada (hasta la flexibilización de las medidas):

1. El PLAN DEPORTIVO COVID-19 DE REAPERTURA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS Y ACTIVACIÓN DE ACTIVIDADES DE ZARAUTZ establecerá todos los aspectos relativos a la apertura, uso y control de la instalación.
2. Se cumplirán en todo momento las medidas sanitarias y de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias. En caso de que presentes síntomas del COVID-19 no acudas al polideportivo y llama a tu centro de salud.
3. Las personas vulnerables podrán utilizar las instalaciones siempre que su estado clínico esté controlado y su situación lo permita. Se recomienda que se pongan en contacto con la oficina KOZ (teléfono 943005123 o correo koz@zarautz.eus).
4. Para acudir al polideportivo será necesario hacer una reserva. Hasta que se levanten estas medidas, el acceso estará prohibido para aquellas personas que no dispongan de reserva. Se respetará la hora indicada en la reserva y fuera de esa hora no se permitirá la entrada. La reserva se podrá realizar por teléfono u online.
5. Los niños y niñas menores de 10 años acudirán acompañados por sus padres o madres, y con reserva previa.
6. La puntualidad es fundamental, así como el riguroso cumplimiento de la duración máxima de cada sesión.
7. Algunos espacios permanecerán cerrados porque no cumplen las medidas higiénicas (la zona termal).
8. Los clubes deportivos u otros agentes podrán hacer uso de las instalaciones siempre que cumplan lo indicado en el PLAN DEPORTIVO COVID-19 DE REAPERTURA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS Y ACTIVACIÓN DE ACTIVIDADES DE ZARAUTZ. Para ello presentarán en el Ayuntamiento un plan de contingencia firmado, para su aprobación y autorización.
9. Se utilizarán las entradas y salidas establecidas específicamente para cada espacio. En caso de tener que esperar en la entrada, se guardará la distancia social entre las personas.
10. El personal del polideportivo será quien controle las entradas y salidas de personas. Al permanecer los tornos inhabilitados, las personas usuarias deberán identificarse mediante el documento de identidad u otro documento oficial que lleve su fotografía.
11. Las puertas del interior del polideportivo estarán abiertas para minimizar los contactos y facilitar la ventilación.



12. Se atenderán las instrucciones de las señales y los mensajes de megafonía y de carteles, para garantizar la circulación y el uso seguro.

Protección (hasta la flexibilización de las medidas):

13. Se deberá acceder con la máscara puesta y utilizarla en todas las zonas comunes. Solamente se podrá retirar en la zona del ejercicio. El acceso sin máscara estará prohibido.
14. Es obligatorio el uso de una toalla grande (mínimo de 56 x112 cm) y de una botella de agua.
15. Se respetará la distancia física establecida en cada momento tanto respecto al personal del polideportivo como al resto de personas usuarias.
16. El aforo de las diferentes zonas será limitado y se deberá cumplir en todo momento.
17. La base de cualquier uso será la limpieza y la desinfección, por lo que en todas las entradas y salidas se tendrán que lavar las manos utilizando los puntos de higiene preparados al efecto.

Recomendaciones (hasta la flexibilización de las medidas):

18. El acceso a las instalaciones se realizará con calzado específico, cambiando previamente el que se haya utilizado en la calle.
19. Se recomienda lavar la ropa utilizada en el polideportivo a 60° C.
20. Se recomienda realizar los pagos mediante tarjeta bancaria o domiciliación, evitando a poder ser el uso de efectivo.

Zonas comunes (hasta la flexibilización de las medidas):

21. Aunque en general se utilizarán las escaleras, podrán hacer un uso individualizado del ascensor aquellas personas que verdaderamente lo necesiten.
22. Los aseos permanecerán abiertos.
23. Cada actividad tendrá asignadas una serie de taquillas que deberán ser utilizadas solamente por las personas que practiquen esa actividad.
24. Los secadores de pelo estarán inhabilitados.
25. Los vestuarios tendrán aforos limitados que deberán respetarse en todo momento. Si el vestuario está completo se tendrá que esperar cuidando las distancias de seguridad.
26. El tiempo de permanencia máximo en los vestuarios será de 15 minutos.
27. Está terminantemente prohibido afeitarse o cortarse el pelo en los vestuarios.
28. Se prohíbe dejar la ropa en los vestuarios.

SERVICIO DE ATENCIÓN:

29. El uso de la máscara es obligatorio y en ningún caso se podrá quitar a pesar de las mamparas de protección instaladas en el mostrador. No se atenderá a la persona que no tenga la máscara puesta.
30. Cada persona acudirá con su propio bolígrafo.
31. Antes de entrar en el polideportivo se tendrán que limpiar las manos con gel hidroalcohólico.
32. Se mantendrá la distancia social entre las personas.
33. Las vías de circulación y los mensajes de las señales se deberán cumplir obligatoriamente.
34. Se atenderá a una única persona por cita, salvo en el caso de personas dependientes.
35. Las citas del servicio de atención tendrán una duración máxima de 15 minutos.
36. Tras finalizar el trámite se abandonará inmediatamente la instalación.



RESERVAS:

37. Habrá que tener reserva para acudir al polideportivo
38. Tendrán prioridad para realizar la reserva los abonados al polideportivo. Pueden realizar la reserva a través de la [web municipal](#), por teléfono (943 00 51 23) o en la recepción del polideportivo, desde una semana antes hasta quince minutos antes de la hora de reserva
39. Los no abonados podrán utilizar los servicios del polideportivo comprando una entrada diaria o un bono de diez
40. Con el bono de diez se podrán hacer reservas desde una semana antes hasta quince minutos antes, bien por teléfono o en recepción
41. Con la entrada diaria se podrán hacer reservas en recepción en el momento y siempre que haya plazas libres
42. Las reservas se pueden realizar en: zona fitness, piscinas (grande, mediana, pequeña), frontón y salas squash
43. Las reservas se podrán hacer en el mismo momento, si hay sitio
44. Para cancelar una cita será necesario hacerlo con 2 horas de antelación, de lo contrario se considerará no utilizada
45. En caso de no asistir a la cita tres veces, se penalizará por vía de registro de incidencias
46. Habrá que acudir al polideportivo 15 minutos antes de la cita
47. A la entrada el personal del polideportivo comprobará el listado de cada turno
48. Una vez finalizado el turno se deberá salir del polideportivo (aunque a continuación se haya reservado otro turno)
49. El turno de fitness será de hora y media; después habrá 15” para cambiarse
50. Los turnos de la piscina serán de 45”; después habrá 30” para cambiarse
51. Al realizar la reserva se podrá conocer el número de personas que han reservado y el número de plazas disponibles

ESPACIOS (SALAS DE CURSILLOS, ZONA DE FITNESS, PISCINA...):

52. La zona de fitness estará en la primera planta, mientras que los cursillos se impartirán en el segundo piso. Cada zona contará con entradas y salidas independientes.
53. Las entradas estarán señalizadas, y será necesario cumplir las instrucciones y normativa de cada espacio.
54. La distancia social de seguridad se mantendrá en todo momento, tanto en la entrada al polideportivo como dentro de los espacios.
55. Para acceder a los diferentes espacios será necesario desinfectarse las manos, llevar la máscara puesta y acudir con una toalla grande y una botella de agua. En caso contrario se negará el acceso.
56. Se recomienda acudir con dos toallas; una para ponerla encima del material (esterilla, step...) y otra para secar el sudor.
57. La máscara, que no se podrá retirar hasta el inicio de la actividad, se volverá a poner tras finalizar la sesión. Se recomienda traer una bolsa para guardarla.
58. La puntualidad es imprescindible. El personal del polideportivo tendrá derecho a apuntar el nombre y apellidos o el número de abonado de las personas que se retrasen y a activar la vía del registro de incidencias.
59. La lista de asistencia se controlará en la entrada. La persona usuaria deberá identificarse mediante el documento de identidad u otro documento oficial que lleve su foto.



60. Para tomar parte en los cursos será necesario estar inscrito en ellos.
61. El monitor o la monitora será la persona encargada del grupo durante su hora, y sus órdenes y decisiones serán de obligado cumplimiento.
62. Cada persona usuaria tendrá su propio espacio de ejercicio perfectamente indicado dentro de la sala. Por tanto, toda su actividad la deberá llevar a cabo en los espacios que estarán marcados en el suelo, salvo que el monitor o la monitora indique lo contrario.
63. El material utilizado en la sesión se tendrá que lavar tras su uso. Cada persona se encargará de limpiar el material utilizado, en los puntos de higiene establecidos al efecto (productos de limpieza de material y papel).
64. Antes de abandonar los espacios se tendrán que desinfectar las manos.
65. Podrá hacerse uso de los vestuarios con aforo limitado y uso condicionado (espacios marcados, algunas perchas inhabilitadas...).
66. Se recomienda asistir al polideportivo vestidos y preparados con la ropa adecuada.
67. El tiempo máximo para cambiarse y/o ducharse será de 15 minutos.
68. Está prohibido desplazar los aparatos de ejercicio que se han colocado respetando la distancia de seguridad.

ACTIVIDADES DE FITNESS:

69. El acceso a la zona Fitness se realizará accediendo por la puerta lateral situada junto a las escaleras de la planta baja en la calle Itaisoro, y la salida se realizará por las escaleras de la calle Araba.
70. La sala está distribuida en tres partes: fitness cardio tono, fitness cardio bike eta zona de estiramientos (antiguo tatami).
71. Tiempo máximo por reserva: 90 minutos
72. Se debe acudir con 15 minutos de antelación a la reserva
73. Aforo máximo: 65 personas
74. Es obligatorio desinfectarse las manos en la entrada, y acudir con una máscara, una toalla grande (56 x 112 cm) y una botella de agua. En caso contrario se prohibirá el acceso.
75. La práctica del deporte será individual.
76. Durante los tiempos de espera se mantendrá la distancia de seguridad física exigida.
77. Cada persona deberá limpiar y desinfectar la máquina o el material utilizado, tras su uso.
78. Está prohibido realizar entrenamientos guiados por personas ajenas al personal del polideportivo.
79. Las personas usuarias no podrán introducir ningún material en la sala de fitness.

PISCINAS:

80. El acceso a la piscina se realizará por la puerta que está entre la entrada principal y la cancha. Los recorridos de entrada y salida de las piscinas estarán indicados mediante señales que deberán respetarse obligatoriamente.
81. Es obligatorio ducharse antes de entrar en la piscina.
82. El tiempo máximo de permanencia en la piscina será de 45 minutos.
83. Se debe acudir con 15 minutos de antelación a la reserva
84. La práctica del ejercicio será individual. El aforo de cada calle será de 3 personas y deberá evitarse el contacto físico y respetar las distancias de seguridad. El aforo de cada calle no podrá superarse en ningún momento.
85. El aforo de la piscina pequeña será de 23 personas. Aunque no haya divisiones del espacio, se deberá mantener la distancia de seguridad física exigida entre las personas o conjunto de personas.
86. La zona húmeda y termal permanecerá cerrada.



ZARAUZKO UDALA



KIROLA
ZARAUTZ
Bizi bizia

87. Se deberá acudir con calzado adecuado para las piscinas. Está prohibido el uso de zapatos o calzado deportivo en la orilla de la piscina o en el paso que va desde los vestuarios a las piscinas. El uso de chancletas es obligatorio, aunque no podrán dejarse en la orilla de la piscina sino en una zona alejada y fuera del contacto con el agua.
88. El socorrista o la socorrista permanecerá en todo momento en aquel sitio desde donde pueda controlar toda la superficie del agua.
89. Tras finalizar el turno, los socorristas vaciarán la piscina para el siguiente turno.
90. Se recomienda el lavado de la ropa de la piscina tras su utilización (bañador, toalla...).
91. Está prohibido el uso del material propio de la piscina (aletas, palas, tablas, pullboys, gorros, gafas...). Cada usuario o usuaria puede traer su material, pero no podrá dejarlo en la piscina.
92. El uso de material está permitido solamente en la piscina grande.
93. Los juegos están prohibidos en la piscina pequeña. Se deberá mantener la distancia de seguridad entre las personas o núcleos familiares.

FRONTÓN Y SALAS SQUASH:

94. Se pueden reservar el frontón y las salas de squash.
95. Reservas online a través de www.kirola.zarautz.eus o llamando al 943 00 51 23
96. La entrada será por la puerta principal, comprobarán la reserva en recepción y el pago se realizará en el mismo momento
97. Por el momento, y hasta nuevo aviso, no se podrán utilizar duchas y vestuarios