



LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN
Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

LEIZARAN ESKUBALOIAREN ENTRENAMENDUETARAKO COVID-19 **PROTOKOLOA**

Protokolo honek antolaketa- eta higiene-neurri orokor batzuk biltzen ditu, Andoaingo Allurralde kiroldegian LeizaranEskubaloia klubeko taldeen entrenamenduetara bideratuak eta nahitaez bete beharrekoak.

OSASUN-EGOERAREN KONTROLA

Sintoma hauek dituen pertsona ez da entrenamenduetara joango:

37^o-tik gorako sukarra.

Eztul lehorra

Arnasa hartzeko zailtasuna.

Usaimena eta dastamena galtzea.

DIAGNOSTIKATUTA dagoen pertsona (COVID 19) edo infektatutako pertsonaren batekin harreman zuzena izan duena.

INSTALAZIOETARAKO SARBIDEA

Jokalari guztiak **UBITARTEKO FUTBOL-ZELAIKO ATE NAGUSIAN** gaitutako sarrera-kontroletik sartuko dira instalazioetara.

Instalazioetara ezin izango da sartu dagokion arduraduna ez duen talderik.

Instalazioetara sartzean, eskuak desinfektatuko dira horretarako dagoen gelarekin, eta une oro maskara jarrita eraman behar da.

Instalazioetara sartzerakoan eta futbol-zelaiaren sarreran bertan, esleitutako pertsonak parte-hartzaile bakoitzari dagokion tenperatura hartuko die. Norbaitek 37 gradu baino gehiago izango balitu, 5 minuturen buruan berriz hartuko lioke, eta, irauten badu, ezingo da instalazioetara sartu.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

Guztiek jarraitu beharko dituzte Allurralde kiroldegira sartzeko ezarritako markak eta jarraibideak. Kiroldegiaren atzeko aldetik egingo da, segurtasun- eta higiene-arrazoiengatik, eta horretarako dauden eskailerak igoko dira.

ALDAGELAK ETA KOMUNAK

Higiene-neurri gisa, eta kontuan hartuta kutsatzeko arrisku handiko puntuak direla, ezingo dira aldagelak eta dutxak erabili.

Pistaren goiko aldeko komunak kiroldegiaren jarraibideen arabera erabili beharko dira.

ALDAGELEN ORDEZKO EREMUAK

Une oro maskara behar bezala erabili behar da, jarduera fisikoaren unea izan ezik.

Aldagelak erabili ezin direnez, jokalaria entrenatzeko prest etorri beharko dira, oinetakoak izan ezik, desberdinak izan behar baitute.

Talde batek, sartzeko orduan, pista-ordua egokitzen ez bazaio eta instalazioetako estali gabeko zatian, atletismo-pistan eta kanpoko zelaian entrenatzen egon nahi badu, motxilak utz ditzakedistantzia seguru bat gordeta, trabarik egiten ez duen leku batean eta kiroldegian sartu beharrik gabe.

Kiroldegiaren barruan, kantzako ordua ez bada, pistara sartzeko eskailera duen harmailetakoa eserleketan utziko dira motxilak, motxilen artean 2 eserleku libre utzita.

Pista okupatuta badago, harmaila bakoitzaren atzeko korridoreak erabili ahal izango dira entrenatu ahal izateko.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

KIROL-PISTARAKO SARBIDEA

Kirol-pistarako sarbide bakarra ezkerreko harmailetatik jaisten den metalezko eskaieratik izango da.

Debekatuta dago kirol-pistara sartzea gure eremuko aurreko entrenamenduko parte-hartzaile guztiek uzten ez duten bitartean.

Pistara sartu aurretik, jokalaria bakoitzak bere motxila jasoko du, ezer ez uzteaz arduratuko da, eta pistaren hegalean utziko du horretarako prestatutako guneetan, bien artean distantzia seguru bat mantenduz.

Pistara sartzean, eskuak desinfektatuko dira, horretarako prestatutako gelarekin.

PISTAKO ENTRENAMENDUA

Kirol-pistan dauden pertsona guztiek behar bezala erabili behar dituzte musukoak, entrenatzaileek, hauen laguntzaileek, zuzendariak, laguntzaileek, jarduera fisikoa egiten ari direnek izan ezik.

Kirol pistan listua edo sudur jariakinak lurrera botatzea guztiz debekatuta dago.

Une horretan gure taldearekin pista partekatzen duten taldeekin kontaktua izatea edo nahastea saihestuko da.

Entrenatzaileek ahal den neurrian, jokalariekin kontakto fisikoa saihestuko dute.

Zehatz-mehatz errespetatuko dira pistako ordutegiak, batez ere entrenamenduaren amaierakoak.

Entrenamendua amaitu eta gauza guztiak jaso ondoren, hondakinik utzi gabe, kiroldegia utziko da markagailuaren azpian dagoen atetik.

Instalazioen irteera sarreraren alderantzizko ordenari jarraituz egingo da.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

ENTRENATZEKO MATERIALA

Klubak gel hidroalkoholikoa izango du eskuetarako, desinfektatzailea materialerako, papera eta higieneari eusteko beharrezkotzat jotzen den guztia.

Jokalari bakoitzak bere ur-botila ekarri behar du etxetik, norberak erabiltzeko, eta guztiz debekatuta dago botila partekatzea.

Entrenatzaileak materialaren arduradunak izango dira, eta haiek biltegitik atera eta berriro sartu beharko dute, baina beste inor ezin izango da biltegitik sartu.

Jokalariak izango dira erabilitako materialak desinfektatzeaz arduratuko direnak, entrenatzailearen gainbegiradapean.

Kadete eta infantil mailako jokalaria bakoitzari baloi bat emango zaio, erabilera pertsonalerako, eta baloi horrek desinfektatu egin beharko du entrenamendu bakoitza hastean eta amaitzean.

Senior eta gazte taldeek guztiek erabiltzeko baloiak dituzte, eta entrenamendua amaitutakoan baloiak desinfektatu behar dituzte, hurrengo entrenamendura arte dagokien kaiolan uzteko.

LEIZARAN ESKUBALOIKO PARTIDETARAKO PROTOKOLOA

Protokolo honek antolaketa- eta higiene-neurri orokor batzuk jasotzen ditu, LeizaranEskubaloia klubak Andoaingo Allurralde kiroldegian jokatuko dituen partiden lehiaketara bideratuak, eta etxeko taldeak, bisitariak eta epaileek nahitaez bete beharrekoak.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

OSASUN-EGOERAREN KONTROLA

Sintoma hauek dituen pertsona ez da partidetara joango:

37º-tik gorako sukarra.

Eztul lehorra

Arnasa hartzeko zailtasuna.

Usaimena eta dastamena galtzea.

DIAGNOSTIKATUTA dagoen pertsona (COVID 19) edo infektatutako pertsonaren batekin harreman zuzena izan duena.

INSTALAZIOETARAKO SARBIDEA

Parte-hartzaileak, lagunarteko topaketetan, **UBITARTE FUTBOL-ZELAIAREN ALBOKO ATE BERDEA** erabiliz sartuko dira instalazioetara.

Bi taldeak batera sartuko dira, partida hasi baino 50 minutu lehenago.

Beharrezko segurtasun-distantziak mantenduko dituzte.

Topaketa ofizialeko parte-hartzaileak **UBITARTE FUTBOL-ZELAIKO ATE NAGUSIAN PRESTATUTAKO SARRERA-KONTROLAREN** bidez sartuko dira instalazioetara.

Instalazioetara sartzean, eskuak desinfektatuko dira horretarako dagoen gelarekin, eta parte-hartzaileek beti eraman behar dute musukoa jantzita.

Taldeka sartuko dira, mailaka, pilaketak saihesteko, ordena honetan:

Etxeko taldea partidaren ordua baino 60 minutu lehenago.

Bisitarien taldea partidaren ordua baino 50 minutu lehenago.

Epailleak norgehiagokako ordua baino 40 minutu lehenago.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

Instalazioetara sartzerakoan eta futbol-zelaiaren sarreran bertan, esleitutako pertsonak parte-hartzaile bakoitzari dagokion tenperatura hartuko die.

Norbaitek 37 gradu baino gehiago izango balitu, 5 minuturen buruan berriz hartuko lioke, eta, irauten badu, ezingo da instalazioetara sartu.

Topaketako parte-hartzaile guztiek Allurralde kiroldegira sartzeko ezarritako markak eta jarraibideak jarraitu beharko dituzte.

Kiroldegiaren atzeko aldetik egingo da, segurtasun- eta higiene-arrazoiengatik, eta horretarako dauden eskailerak igoko dira.

ALDAGELAK ETA KOMUNAK

Higiene-neurri gisa, eta kontuan hartuta kutsatzeko arrisku handiko puntuak direla, parte hartzen duten taldeek ezingo dituzte aldagelak eta dutxak erabili.

Epaileak Leizaran Eskubaloia klubeko pertsona batek adierazitako aldagelan sartuko dira.

Komunak kiroldegiaren jarraibideen arabera erabiliko dira.

ALDAGELAN ORDEZKO EREMUAK

Aldagelak ezingo direnez erabili, jokalariek prest etorri beharko dute jokatu ahal izateko, oinetakoak izan ezik, desberdinak izan behar baitute.

Behin kiroldegiaren barrualdera iritsitakoan, eta pilaketak saihesteko, bertako taldeak harmailen ezkerrean erabiliko du, aulkien atzean, motxilak eserleketan uzteko, haien artean gutxienez 2 eserlekuko tartea errespetatuz. Leku hori izango da oinetakoak aldatu ahal izateko prestatuta dagoena.

Talde bisitariak modu berean erabiliko du eskuineko harmaila.

Pista okupatuta badago, harmaila bakoitzaren atzeko korridoreak erabili ahal izango dira beroketa egiteko. Talde bakoitzak dagokion pasilloaren zatia erabiliko du, eta debekatuta egongo da talde aurkariari esleitutako eremura sartzea.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

KIROL-PISTARAKO SARBIDEA

Kirol-pistarako sarbide bakarra ezkerreko harmailetatik jaisten den metalezko eskaileratik izango da, aulkien atzetik.

Debekatuta dago kirol-pistara sartzea aurreko topaketako parte-hartzaile guztiek uzten ez duten bitartean.

Pistara sartu aurretik, jokalaria bakoitzak bere motxila jasoko du, ezer ez uzteaz arduratuko da, eta pistaren albo batean utziko du, bere aulkiaren atzean, haien artean metro bateko tartea utzita. Erabilitako eserlekuak esleitutako pertsonen desinfektatuko dituzte.

Pistara sartu aurretik, eskuak desinfektatuko dira.

Bidegurutzeak saihesteko, lehendabizi etxeko taldea sartuko da pistara eta ondoren bisitaria.

Bi taldeak zuzenean joango dira aulkietara, pistara jaitsi aurretik zozketan erabakitakoaren arabera.

Pistan dauden pertsona guztiek maskara jantzita eraman beharko dute, 40x20ean berotzen edo jokatzeko ari direnek eta aldaketa-gunean dauden jokalariek izan ezik.

HIGIENA PISTAN

Talde bakoitzak gel desinfektatzailea duen bidai bat izango du, baita epaileek ere.

Aulkietan, seguridade distantzia handiena izango da.

Ontzi bat jarriko da sor daitezkeen hondakinak botatzeko.

Jokalaria bakoitzak bere ur-botilatxoa ekarriko du, partekatu ezin duena eta komunitatean dauden txorrotetan betetzeko aukera izango duena.



LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN
Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

BEROKETA ETA PARTIDA

Zelaiko zozketa taldeak pistara jaitsi aurretik egingo da, aulkiak aldatzea saihesteko asmoz. Atsedendian ez da zelai aldaketarik izango.

Talde bakoitzak bere baloiekin egingo du beroketa.

Etxeko taldeak 2 baloi emango ditu norgehiagokarako, eta horiek epaileen aurrean desinfektatuko dira zati bakoitzaren hasieran.

Norbaitek kirol-pistatik alde egiten badu edo pistara sartzen bada, eskuak desinfektatu beharko ditu, horretarako prest dagoen gelarekin.

Partidan zehar ezin da jolas eremua utzi ezinbestekoa ez bada.

Kirol pistan listua edo sudur jariakinak lurrera botatzea guztiz debekatuta dago.

Atsedendian, taldeak pistaren beren zatian geratuko dira, maskara jarrita dutela, ez etzateko edo esertzeko.

Partida amaitzean, talde bakoitzak bere hondakin guztiak utziko ditu horretarako dauden zabortegietan.

Pistatik irten aurretik, eskuak desinfektatuko dira gelarekin.

Pista eta kiroldegia utziko dira markagailuko porteriko atzean dagoen atetik, aulkien atzetik alboko aldetik. Lehenengo, atetik hurbilen dagoen taldeak egingo du, eta, ondoren, urrunen dagoenak.

Partida amaitu eta 10 minutura, kirol-pista hustu egin beharko da, desinfekzio-lanak egin ahal izateko.

Instalazioen irteera futbol-zelaiko ate nagusitik egingo da, sarreraren alderantzizko ordenan.

IKUSLERIA

Ezingo dira partidak ikusi.



DELEGATUA

Delegatua izango da partidako arduradun nagusia eta protokoloan adierazten diren puntu guztiak ezagutu eta betetzen direla ziurtatu beharko du.

- Biltegitik atera beharreko gauzak (gelak, desinfektanteak, papera eta aldaketetarako jokalarien aulkiak, mopa) ateratzeaz arduratuko da.
- Biltegian **bera bakarrik sartuko da (entrenatzaileaz aparte)**. Laguntza behar badu, beste laguntzaileek lagunduko diote, baina **ez jokalaria**.
- Epaileak kiroldegian sartzean beraien aldagelako bidea erakustez arduratuko da.

Eskilaren ondoan kokatuko da eta arau hauek hartuko ditu kontuan:

- Behin partida hasita jokalariek ezingo dute pistatik atera, ez komunera, ez eta ura betetzera ere. Deskantsuan igo daitezke jokalaria gehienez ere BINAKA.
- Partidan zehar gertatzen diren etenaldietan eta deskantsuan ezin da pistan eseri ez eta etzan ere.
- Partidan hasi baina lehen, deskantsuan eta bukatu ondoren bankuak desinfektatzen direla ziurtatu (laguntzaile batek egingo du)
- Partida hasi aurretik eta deskantsuan arbitroaren aurrean baloiak desinfektatzen direla ziurtatu (markadorean dagoenak egingo du)
- Partida bukatutakoan 10 minutu izango dituzte jokalaria, entrenatzaile eta laguntzaile guztiak dagokion atetik ateratzeko.
- Aurreko partidako jokalaria, entrenatzaile eta laguntzaile guztiak joan artean ezingo dute jarraian datorren partidako jokalaria, entrenatzaileak eta laguntzaileak pistara sartu.
- Uneoro maskarilla jantzia izango du.
- Ezin du bere materiala partekatu eta ahal dela jokatzeko erabiltzen diren baloiak ez ditu ikutuko.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

LAGUNTZAILEAK

MARKAGAILUAN DAGOENA:

- Iristean, aurreneko partida bada, aulkiak, mahaia eta gainean markagailua montatuko ditu. Mahai gainean ere, eskuak garbitzeko 3 gel pote (etxeko jokalaria, kanpoko jokalaria eta arbitroena) baita arbitroentzako ur botila txiki bana jarriko ditu.
- **Partida hasi aurretik eta bukaeran** mahaia, markagailua eta gel hidroalkoholikoaren 3 poteak desinfektatuko ditu (etxeko jokalaria, kanpoko jokalaria eta arbitroena) papera eta desinfektatzeko produktuarekin.
- Partidaren **hasieran eta deskantsuan** jokatzeko erabiliko diren baloiak desinfektatuko ditu eta behin hau eginda, inork ezingo ditu ikutu partida hasi arte..
- Uneoro maskarilla jantzia izango du.
- Ezin du bere materiala partekatu eta ahal dela jokatzeko erabiltzen diren baloiak ez ditu ikutuko.

ETXEKO JOKALARIEN ARDURADUNA:

- Iristean EGUNEKO LEHEN PARTIDA BADA, 4 banku aterako ditu almagaztetik eta atearen ondoan utzi jokalariek bere lekura eraman ditzan. JOKALARIK EZIN DUTE ALMAZENERA SARTU
- Jokalariek armailetan erabilitako eserlekuak libre uzten dituztenean, motxilak jasota pistara jeisteko, desinfektatu behar ditu.
- Partida **hasieran, deskantsuan eta partida bukaeran** etxeko taldeari dagozkion 4 bankuan desinfektatuko ditu.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

- Partidan zehar bankilloan dauden jokalariei maskarilla jantzia eduki behar dutela gogora araziko die beharrezkoa den kasuetan. (aldaketa aulkietan daudenak ez dute jantzi beharrik)
- Bukatzean EGUNEKO AZKEN PARTIDA BADA, jokalariek almezenera hurbildutako 4 bankuak almezenera sartuko ditu eta bere lekuan utzi.
- Uneoro maskarilla jantzia izango du.
- Ezin du bere materiala partekatu eta ahal dela jokatzeko erabiltzen diren baloiak ez ditu ikutuko.

KANPOKO JOKALARIEN ARDURADUNA:

- Iristean EGUNEKO LEHEN PARTIDA BADA, 4 banku aterako ditu almagazetik eta atearen ondoan utzi etxeko jokalariek bere lekura eramane ditza. JOKALARIEK EZIN DUTE ALMAZENERA SARTU
- Partida **hasieran, deskantsuan eta partida bukaeran** kanpoko taldeari dagozkion 4 bankuan desinfektatuko ditu.
- Partidan zehar bankilloan dauden jokalariei (kanpoko jokalariei) maskarilla jantzia eduki behar dutela gogora araziko die beharrezkoa den kasuetan. (aldaketa aulkietan daudenak ez dute jantzi beharrik)
- Bukatzean EGUNEKO AZKEN PARTIDA BADA, etxeko jokalariek almezenera hurbildutako 4 bankuak almezenera sartuko ditu eta bere lekuan utzi.
- Uneoro maskarilla jantzia izango du.
- Ezin du bere materiala partekatu eta ahal dela jokatzeko erabiltzen diren baloiak ez ditu ikutuko.

SARRERAKO ETA PASILLOETAKO ARDURADUNA

- Kanpoko taldea futbol zelaiko sarreratik kiroldegiko sarrerarako bidea erakusteaz arduratuko da.
- Taldeetako kide guztiei, jokalaria, teknikoak, zuzendaritzako kideei tenperatura hartzeko arduratuko da.
- Kiroldegian barruan, etxeko zein kanpoko taldeak armailetan dagozkien lekuak erakusteaz arduratuko da.
- Komunean kopuruari dagokionez kiroldegiak ezarritako arauak errespetatzen direla ziurtatuko du.



**LEIZARAN ESKUBALOI KIROL KLUBA
CLUB DEPORTIVO BALONMANO LEIZARAN**

*Allurralde Kiroldegia
Sorabilla auzoa, 231
20140 Andoain (Gipuzkoa)*

www.leizaraneskubaloia.com
info@leizaraneskubaloia.com

TEMPORADA 2020-2021 DENBORALDIA

B-20200927

- Armailetako pasilloetan, taldeek beroketa esleitutako eremutan egiten dutela ziurtatuko du.
- Jokalariak motxilak jaso eta pistara jaisten direnean, armailetan erabilitako eserlekuak desinfektatu behar ditu.

Bi delegatu dauden kasuetan, bat arduradun nagusia izango da eta bestea markagailuan egongo da. Bi delegatu ez dauden taldeetan, markagailuko lana laguntzaile batek egin dezake.

COVID19 GERTAERAK

Leizaran Eskubaloitik telefono-zenbaki bat jarri dugu klubeko kide guztien eskura, COVID-19rekin zerikusia duen edozein gorabeheraren berri emateko. Berehala jakinarazi beharko da, baldin eta familia-bizikidetzako unitateko pertsonaren bat, kirolaria edo beste pertsona bat, isolamenduan badago, COVID-19 diagnostikoaren ondorioz, edo berrogeialdian, etxean, sintomak dituen edo COVID-19 diagnostikoa duen pertsonaren batekin harreman estua izateagatik.

Berehala deitu beharko da telefono honetara:

601 981 142