



# ENTRENAMIENTO DEPORTISTAS

ORDEN SND/388/2020



## PROFESIONALES Y DE ALTO NIVEL

### ¿DÓNDE?

Al aire libre, dentro de los límites de la provincia de residencia, incluido si es necesario, espacios naturales (mar, ríos, o embalses, entre otros) pudiendo utilizar el equipamiento necesario.

### ¿CÓMO?

De forma individual, salvo deporte adaptado, paralímpico y entrenadores, si resultara necesario.

### ¿DURACION?

El tiempo necesario.

### ¿DISTANCIA? ( no exigible para adaptados o paralímpicos)

- Regla general: 2 metros
- Bicis, Patines o similares: 10 metros

### ¿ACREDITACIÓN?

A cargo de la Federación deportiva correspondiente, si no se cuenta con licencia deportiva o el certificado de Deportista de Alto Nivel suficiente acreditación.

## OTROS DEPORTISTAS FEDERADOS

### ¿DÓNDE?

Al aire libre, dentro de los límites del termino municipal de residencia, incluido si es necesario, espacios naturales (mar, ríos, o embalses, entre otros).

### ¿CÓMO?

De forma individual, salvo deporte adaptado. No se permite la presencia de entrenadores.

### ¿DURACION?

2 veces al día entre las 06h y las 10h y las 20h y 23 h

### ¿DISTANCIA? ( no exigible para adaptados)

- Regla general 2 metros
- Bicis, Patines o similares, 10 metros

### ¿ACREDITACIÓN?

A cargo de la Federación deportiva correspondiente, si no se cuenta con licencia deportiva.



# COMERCIOS Y SERVICIOS

ORDEN SND/388/2020

## ¿QUIÉN PUEDE ABRIR?



Locales comerciales minoristas y de actividades de servicios profesionales cuya actividad se hubiera suspendido tras la declaración del estado de alarma..., (salvo los de más de 400 metros cuadrados, centros comerciales, tiendas del interior del centro comercial...), para ello tienen que cumplir:

- Sistema de cita previa, para que haya en el interior un único cliente por cada trabajador, no se pueden establecer zonas de espera en el interior.
- Atención individualizada con separación física o mediante la instalación de mostradores o mamparas.
- Horario de atención preferente para mayores de 65 años (coincidiendo con el horario que tienen para salir a pasear).

Los locales que ya podían abrir antes no tienen obligación de cumplir estos puntos. Pueden establecer, sistemas de recogida en el local, siempre que garanticen una recogida escalonada que evite aglomeraciones en interior del local o su acceso. Los desplazamientos a los establecimientos podrán efectuarse únicamente en el municipio de residencia....

## HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN

Las actividades de hostelería y restauración podrán realizarse mediante **servicios de entrega a domicilio** y mediante la recogida de pedidos. Prohibido el consumo en el interior.

En los servicios de recogida en el establecimiento se evitarán las aglomeraciones en las inmediaciones del establecimiento.

Los establecimientos solo podrán permanecer abiertos al público durante el horario de recogida de pedidos.

Los establecimientos deberán poner dispensadores de geles hidroalcohólicos en la entrada del local, y deberán estar siempre en condiciones de uso.

A la salida del establecimiento deberán disponer de papeleras con tapa de accionamiento no manual, dotadas con una bolsa de basura.

## MEDIDAS A ADOPTAR POR EL LOCAL

Realizarán al menos dos veces al día, una limpieza y desinfección de las instalaciones. (Una de ellas obligatoriamente al finalizar el día).

Se procederá al lavado y desinfección diaria de los uniformes y ropa de trabajo.

Los aseos no se pueden utilizar por la clientela, salvo en caso estrictamente necesario. En este último caso, se procederá de inmediato a la limpieza.

Los establecimientos deberán poner dispensadores de geles hidroalcohólicos en la entrada del local, y deberán estar siempre en condiciones de uso.

Deberán disponer de papeleras.

En los establecimientos y locales comerciales que cuenten con zonas de autoservicio, deberá prestar el servicio un trabajador del establecimiento.

En caso de que sea posible la atención de más de un cliente al mismo tiempo deberá señalarse de forma clara la distancia de seguridad interpersonal de **DOS METROS** entre clientes.

No se podrá poner a disposición de los clientes productos de prueba.

El tiempo de permanencia de los clientes en el interior del local será el estrictamente necesario.

En los establecimientos del sector comercial textil, y de arreglos de ropa y similares, los probadores deberán utilizarse por una única persona y después de su uso se limpiarán y desinfectarán.

En caso de que un cliente se pruebe una prenda que posteriormente no adquiera, el titular del establecimiento implementará medidas para que la prenda sea higienizada antes de que sea facilitada a otros clientes.



# MASCARILLAS Y TRANSPORTE

ORDEN SND/384/2020



El uso de mascarillas que cubran nariz y boca será **obligatorio en transporte en autobús, ferrocarril, aéreo y marítimo**. Así mismo en transportes públicos (taxis).

Los trabajadores de los servicios de transporte que tengan contacto directo con los viajeros deberán ir provistos de mascarillas y tener acceso a soluciones hidroalcohólicas para practicar una higiene de manos frecuente.

En los transportes privados particulares podrán desplazarse dos personas por cada fila de asientos, siempre que utilicen mascarillas y respeten la máxima distancia posible entre los ocupantes.

En los vehículos en los que únicamente se disponga de una fila de asientos, podrán viajar como máximo dos personas, siempre que sus ocupantes utilicen mascarillas que cubran las vías respiratorias y guarden la máxima distancia posible.

