



# *Protocolo de Retorno seguro a cancha*

*Hombres y Mujeres Adultos a partir de 16 años  
Octubre 2020*





# OBJETIVOS PLAN RETORNO

- Contribuir a proteger, la salud de todos los involucrados en la disciplina desde el jugador al público
- Promover y respetar recomendaciones de OMS y Ministerio de Salud de Chile
- Apoyar en aspectos médicos y deportivos la toma de decisiones de las autoridades de nuestra actividad en sus niveles formativo y profesional, tanto femenino como masculino
- Proponer el momento y las condiciones de seguridad adecuadas para la vuelta a los entrenamientos
- Estudiar los plazos y desarrollar modelos para el regreso de las diferentes competencias



## HORARIOS Y ACCESO PARA EL RETORNO DE LA ACADEMIA

Lunes: 20:30 hrs. a 22:00 hrs.

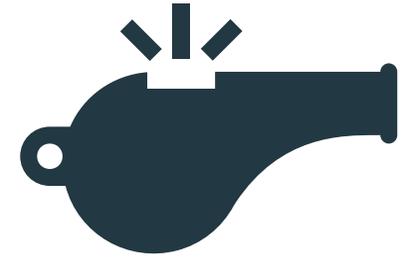
Miércoles: 20:30 hrs. a 22:00 hrs.

Estadio Municipal de Peñalolén.





# NORMAS PARA EL RETORNO SEGURO DE LA ACADEMIA



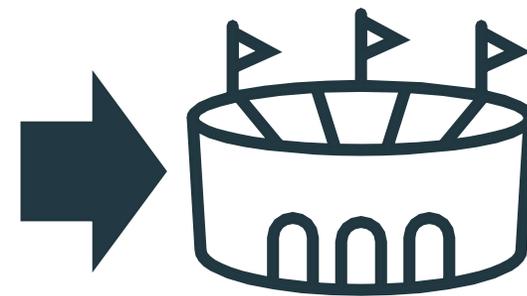
1. El ingreso será bajo las normas de la Corporación y Municipalidad de Peñalolén.
2. No se podrá ingresar a la cancha sin previa autorización de los coordinadores.
3. No se podrá traer acompañantes, ya que aumentan el aforo del estadio.
4. No se permitirá transitar por el estadio ni antes, ni después de la practica
5. No se permitirán saludos de manos y abrazos
6. Todos los alumnos deberán inscribirse vía internet, previamente a cada entrenamiento para repartir los horarios, y tener cancelado el plan mensual de entrenamiento.
7. Los alumnos deberán portar su celular con su credencial con código QR para acceder a la Academia y para realizar la encuesta sanitaria.
8. Los alumnos deberán traer su botella personal de hidratación
9. Cada alumno debe responsabilizarse por llegar al entrenamiento con una mascarilla certificada, en cada practica.
10. No se facilitará el uso de camarines, ni antes ni después de la practica, solo baños
11. En esta primera fase, se realizará la realidad de juego con mascarilla.
12. Los alumnos deberán cumplir a totalidad con las zonas determinadas para cada acción.
13. Los utensilios solo serán manipulados por los profesores y serán sanitizados.



# PROTOCOLO FASE 3

## INGRESO AL RECINTO

1. Control de ingreso, previa inscripción (Sólo 25 deportistas por hora).
2. Medición temperatura al ingreso del estacionamiento por Ricardo Grellet.
3. Encuesta sanitaria mediante código QR.
4. Aplicación alcohol Gel.
5. Entrega mascarilla certificada desechable.
6. Verificación asistencia mediante Credencial QR.
7. Asignación de zona de bolsos, separados entre ellos.
8. Asignación zona de entrenamiento individual.
9. Cada jugador traerá su botella de agua, no se compartirá ni botellas ni vasos.

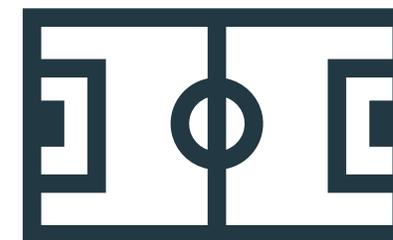




# PROTOCOLO FASE 3

## ENTRENAMIENTO EN CANCHA

1. Calentamiento: individual, sin contacto en zona demarcada (8 metros).
2. Trabajo físico: individual, sin contacto, trabajo muscular y aeróbico.
3. Trabajo técnico: colectivo, de pases y remates, sin contacto (2 metros).
4. Trabajo táctico: colectivo, futbolito de 10 a 12 jugadores por mitad.
5. Fútbol dirigido: Será con contacto, pero con mascarilla las primeras semanas.

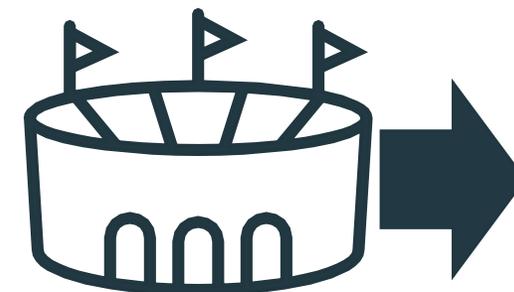




# PROTOCOLO FASE 3

## SALIDA DEL RECINTO

1. Al termino de los 60 min. los jugadores saldrán por la zona de salida.
2. El profesor los ubicará en una zona demarcada para la elongación.
3. Un miembro del staff realizará una encuesta de fatiga y entregará alcohol gel.
4. Un miembro del staff acompañara a los alumnos hasta la salida del estadio.
5. No se permitirá quedarse, para hacer vida social tras el entrenamiento.
6. No se permitirá ducharse en el estadio.





# PROTOCOLO FASE 3

## RECOMENDACIONES GENERALES

1. Cada alumno se deberá inscribir previamente vía internet para asistir a la clase.
2. Siempre traer su botella de hidratación personal.
3. Cumplir con todas las normas del estadio Municipal y la Corporación de Deportes de Peñalolén.
4. Cumplir con todas las regulaciones de la academia.
5. Asistir al entrenamiento en vehículo particular y no en transporte público.
6. Llegar equipado para el entrenamiento al recinto, pues no habrá camarines.
7. No asistir si se está con síntomas de posible contagio de Covid-19.
8. Comunicar al Staff de la Academia inmediatamente si se contagia de Covid-19 o si se sospecha del contagio de algún contacto cercano.





# **CODIGO QR ENCUESTA SANITARIA PARA ASISTIR AL ENTRENAMIENTO**

**ENFOCA EL CÓDIGO CON LA CÁMARA DE TU CELULAR  
PARA IR A LA ENCUESTA**



**DEBES COMPLETAR  
ESTA ENCUESTA  
CADA DÍA QUE  
ASISTAS A ENTRENAR**



# CODIGO QR PARA PAGAR TU PLAN MENSUAL

ENFOCA EL CÓDIGO CON LA CÁMARA DE TU CELULAR

**PARA COMPRAR TU PLAN**



# ¡VUELVE LA ACADEMIA!



 [contacto@entrenaenlinea](mailto:contacto@entrenaenlinea)

  @academiaentrenaenlinea

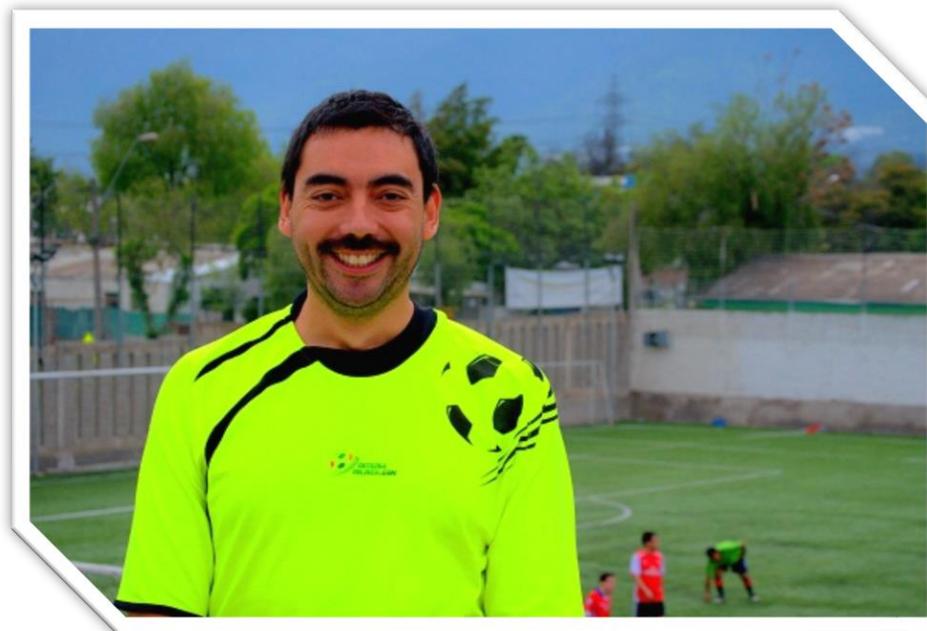
 +569 3241 8707



# EQUIPO ENTRENAENLINEA



Rodrigo Farías Veloso  
Director Academia EEL  
Coach de Fútbol FA, Inglaterra.



Andrés Muñoz Valenzuela  
Director Deportivo Academia EEL  
Entrenador de Fútbol INAF

 [contacto@entrenaenlinea](mailto:contacto@entrenaenlinea)

  @academiaentrenaenlinea

 +569 3241 8707