

## FASE 1

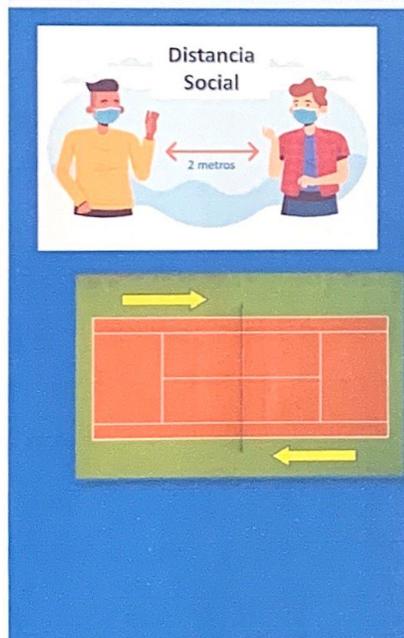
A partir de  
11 de mayo

# Medidas de higiene



- Limpie sus manos frecuentemente.  
**Lávese/esterilice sus manos** antes y después de jugar y evite tocarse la cara mientras juega.
- **No comparta equipo:** bolsa de deporte ni toalla (preferiblemente de papel desechable).
- Use  **mascarillas y guantes** hasta entrar en la pista.
- Cubra sus **toses y estornudos**.
- Use **pañuelo desechable** para toser o escupir.
- No comparta su **botella de agua** y traiga su propia botella llena.
- Procure **no tocarse la cara** durante el transcurso del entrenamiento.

# Medidas de seguridad



- **Reserve telemáticamente** la pista.
- Distancia de al menos **2 metros** en todo momento.
- **Evite los pagos en metálico.**
- **Cambio de lado** de jugadores, cada uno por un lado diferente.
- **Evitar el saludo** protocolario final del encuentro.
- Llegue al Club **vestido de juego y con el tiempo ajustado** para jugar, sin permanecer tiempo antes ni después de la actividad.

