

FASES de la desescalada tras el COVID19



○ **Respetar las normas de las autoridades y los protocolos en todo momento.**



○ **Llega vestido de juego con el tiempo justo para salir a jugar.**



○ **Mantén la distancia de 2 m. con las personas.**



○ **Usa mascarilla y guantes hasta entrar a la pista.**



○ **Lava y desinfecta tus manos antes y después de jugar.**



○ **No toques las vallas o la puerta de acceso a la pista.**



○ **Lleva tu bebida y toalla, no compartas.**



○ **Limpia el equipo de juego antes y después de jugar.**



○ **No te toques la cara con las manos.**



○ **Usa pañuelos desechables al estornudar o limpiarte.**



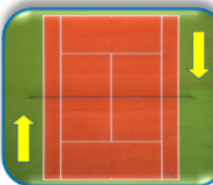
○ **Cubre tus toses y estornudos.**



○ **Juega con pelotas nuevas a ser posible.**



○ **Usa raqueta y pie para recoger la pelota y mandársela al adversario.**



○ **Cruza la pista por el lado opuesto de tu compañero.**



○ **Evita el saludo al final del encuentro.**



○ **No utilices las duchas ni vestuarios.**



○ **Abandona el Polideportivo después de jugar.**