



Medidas de Seguridad e Higiene por COVID-19

NORMATIVA DEL DOJO



1. Se limitará el ingreso de alumnos por clase y permanencia en el Dojo. Los grupos por clase serán **LIMITADOS** y su asistencia se hará por **RESERVA** a través de: infodojoeduardoriveros@gmail.com, por Whatsapp: **+58 412 3530442** o por el teléfono de la oficina: **+58 295 2629740** con el fin de respetar las reglas de distanciamiento y otras normas recomendadas.
2. La asistencia a su hora de entrenamiento debe ser puntual, ni antes, ni después. En el día y hora que le corresponda, ya que no podrá entrar en otros grupos u horarios diferentes al suyo.
3. Debes hacer uso del **TAPABOCA** para ingresar al Dojo, así como también en las áreas comunes y estacionamiento. El uso del Faceshield es opcional.
4. Guardar la **distancia mínima** en áreas comunes, estacionamiento y entrada al Dojo (1.5 metros). En el área de entrenamiento (Tatami) la distancia será de 3 metros. La excepción a esta norma es para grupos familiares únicamente.
5. Al entrar al Dojo se le tomará la temperatura y se dispondrá de desinfección de zapatos y manos con solución a base de alcohol.
6. Debes **traer una (1) toalla** pequeña y utilizarla durante la clase para el sudor.
7. No se permitirá el uso del filtro de agua, por lo cual se recomienda **traer hidratación**.
8. El ingreso a los baños se permitirá exclusivamente en caso de emergencia, por lo cual debes venir a la clase con el Karategi y la cinta puesta.
9. Las damas deben venir con su **cabello recogido**.
10. No traer equipos de protección, tales como guantines, espinilleras, bolsos grandes, entre otros.
11. Una vez finalizada la clase, no podrán permanecer dentro del Tatami, las áreas comunes ni el estacionamiento, ya que el siguiente grupo estará esperando el ingreso para su respectiva clase.
12. Sólo habrá **una entrada** (puerta principal del Dojo) y **una salida** (puerta hacia el estacionamiento).
13. No se permiten reuniones sociales o aglomeraciones de personas frente al Dojo ni en el estacionamiento, el tránsito de los grupos debe fluir.
14. No asistas al Dojo si te sientes indispuesto o enfermo (gripe, fiebre, tos, alergias, etc.) Permanece en casa hasta que te recuperes, incluso si se trata de síntomas leves (dolor de cabeza, rinorrea, etc.).
15. Evita el contacto físico (abrazos, darse la mano, etc.) El mejor saludo en estos tiempos es la inclinación del cuerpo de la forma tradicional de los karatecas: **REI ¡Oss!**
16. Es conveniente que cada atleta traiga su propia solución a base de alcohol como apoyo.