

## PROTOCOLO SALIDAS DE MONTAÑA

1. Autocontrol: No acudir a la excursión si se encuentra en cuarentena, ha sido diagnosticado de Covid-19, presenta síntomas compatibles (fiebre, tos...) o ha tenido contacto con una persona sospechosa de padecer la enfermedad. Llama a tu médico y permanece en casa.
2. Antes de la entrada al autocar se efectuará una toma de temperatura corporal, restringiendo la entrada y por lo tanto la salida concertada a todo inscritos que arroje valores superiores a 37,2º C.
3. Será obligatorio el USO DE MASCARILLA durante el trayecto de ida y vuelta en el autocar. Si no fuera el autocar completo, se recomienda, si no son miembros de la misma unidad familiar, dejar un asiento libre entre cada inscrito.
4. Durante la marcha, se deberá mantener la distancia de seguridad > a 2 metros, siempre que se mantenga el control visual del grupo.
5. En situaciones donde la distancia no se pueda mantener el uso de mascarilla está muy recomendado.
6. Las instrucciones previas y/o durante la actividad por parte de los responsables se darán manteniendo la distancia.
7. Se facilitará toda la información de la salida de forma previa, bien en la página web del club, bien en el momento de la inscripción.
8. En el caso que fuera un grupo numeroso, se segmentará en unidades pequeñas para un mejor control y mayor posibilidad de distancia de seguridad al caminar, pero siempre, primando la seguridad del grupo.
9. Realizar las paradas de descanso en lugares amplios y mantener el orden en fuentes y/o establecimientos de restauración o comercio.
10. Durante la marcha se recomienda caminar en paralelo con una distancia mínima de 2 metros, si es posible, o incrementar la distancia de seguridad a 4-5 metros de separación. En caso de viales estrechos, donde no sea posible mantener la distancia caminando en paralelo, se caminará en fila de a uno, respetando las distancias mínimas con el anterior y el siguiente de 2 metros.
11. Fotos de grupo siempre con mascarilla.
12. En cuanto a las prendas de vestir: es recomendable lavar con detergente líquido en programas largos y de agua caliente a la mayor temperatura recomendada por el fabricante y evitar lavados con cargas muy grandes.
13. El calzado y el material auxiliar (bastones, mochilas, etcétera), al llegar a casa, se aconseja dejarlo aparte, en la entrada de casa, y pasar una bayeta húmeda con una dilución de lejía doméstica.

