

Prevádzka v Centre pohybovej aktivity BMC SAV

v súlade s platnými nariadeniami ohľadom koronakrízy

od 3. 6. 2020, platí do odvolania

Vzhľadom na aktuálnu 4. fázu postupného uvoľňovania opatrení v súvislosti s koronakrízou <https://korona.gov.sk/ako-sa-budu-uvolnovat-opatrenia-uvodne-informacie/> (od 3. 6. budú otvorené všetky vnútorné športoviská pre verejnosť), sa obnovujú prezenčné tréningy a testovanie motorických funkcií v Centre pohybovej aktivity BMC SAV.

Podmienky testovania motorických funkcií:

- testujúci (zodpovedný zamestnanec CPA) je zdravý/zdravá, bez príznakov akútneho respiračného ochorenia, s normálnou telesnou teplotou (menej ako 37 °C)
- je zabezpečené vetranie priestorov, v ktorých prebieha testovanie
- testovanie prebieha vo vopred stanovenom termíne (maximálne 3 osoby na jeden termín)
- testované osoby dostanú e-mailom podrobné, všeobecne platné inštrukcie (testovanie možno uskutočniť, len keď ste zdravý / zdravá, bez príznakov respiračného ochorenia a bez zvýšenia telesnej teploty, je potrebné mať na tvári masku, nedotýkať sa rukami tváre, pri vstupe do priestorov CPA je potrebná dezinfekcia rúk a podrážok, je potrebné rešpektovať pokyny testujúceho)
- pri vstupe do CPA sa zmeria telesná teplota každého cvičiaceho bezkontaktným teplomerom
- pri vstupe do CPA si tréner aj cvičiaci vydezinfikujú ruky (dezinfekcia na ruky) a podrážky (70 % etanol)
- kľučky a povrchy použitého náradia sa budú pred a po použití dezinfikovať
- nosenie ochranných rúšok na tvári: testujúci – vždy, testovaný – v prípade, že rúško prekáža pri výkone, sa môže v súlade s platnými nariadeniami dať počas testovania dole.

Outdoor tréningy (cvičenie v exteriéri):

- tréner (zodpovedný zamestnanec CPA) je zdravý/zdravá, bez príznakov akútneho respiračného ochorenia, s normálnou telesnou teplotou (menej ako 37 °C)
- tréningy prebiehajú podľa aktuálneho harmonogramu, vo vopred stanovenom termíne
- každý cvičiaci bude e-mailom vopred jednorazovo podrobne informovaný o podmienkach / priebehu tréningov (tréningu sa môžete zúčastniť, len keď ste zdravý / zdravá, bez príznakov akútneho respiračného ochorenia a bez zvýšenia telesnej teploty, je potrebné mať na tvári masku, nedotýkať sa rukami tváre, je potrebné rešpektovať pokyny testujúceho)
- tréner pred každým tréningom zmeria telesnú teplotu cvičiacich bezkontaktným teplomerom (tréning môžu absolvovať len ľudia s teplotou nižšou ako 37 °C)

- povrchy použitého náradia / pomôcok sa budú pred a po použití dezinfikovať (zabezpečí každý tréner v rámci svojho tréningu)
- priemerne je na jeden tréning 4 – 5 cvičiacich, maximálne môže byť 7 cvičiacich / tréning, rozostupy počas tréningu sú minimálne 2 metre
- tréner a (podľa tolerancie a intenzity záťaže) aj v exteriéri cvičiace osoby majú počas tréningu na tvári ochranné rúško.

Indoor tréningy (cvičenie v interiéri), predbežne od 15. 6. 2020 (podľa aktuálnej epidemiologickej situácie bude prehodnotené 12. 6. 2020):

- tréner (zodpovedný zamestnanec CPA) je zdravý/zdravá, bez príznakov akútneho respiračného ochorenia, s normálnou telesnou teplotou (menej ako 37 °C)
- tréningy prebiehajú podľa aktuálneho harmonogramu, vo vopred stanovenom termíne
- každý cvičiaci bude e-mailom vopred jednorazovo podrobne informovaný o podmienkach / priebehu tréningov (tréningu sa môžete zúčastniť, len keď ste zdravý / zdravá, bez príznakov akútneho respiračného ochorenia a bez zvýšenia telesnej teploty, je potrebné mať na tvári masku, nedotýkať sa rukami tváre)
- tréner pred každým tréningom zmeria telesnú teplotu cvičiacich bezkontaktným teplomerom (tréning môžu absolvovať len ľudia s teplotou nižšou ako 37 °C)
- povrchy kľúčiek na v rámci CPA (šatne a telocvičňa) ako aj použitého náradia / pomôcok sa budú pred a po použití dezinfikovať (zabezpečí každý tréner v rámci svojho tréningu)
- priemerne je na jeden tréning 4 – 5 cvičiacich, maximálne môže byť 6 cvičiacich / tréning, rozostupy počas tréningu sú minimálne 2 metre
- tréner aj cvičiace osoby majú počas tréningu v interiéri na tvári ochranné rúško
- počas tréningu je zabezpečené adekvátne vetranie telocvične / CPA.

Dezinfekcia je k dispozícii v CPA, prípadne u Mgr. Slobodovej alebo Mgr. Kučerovej.

Denné upratávanie priestorov CPA (utieranie podlahy a vynášanie odpadového koša) zabezpečuje upratovačka (zodpovedný pán Kornel Dobročka).

Cieľom opatrení je minimalizovať riziko prenosu Sars-2-cov v CPA a zvýšiť pocit bezpečia u trénerov acvičiacich.

V Bratislave 3. 6. 2020

Doc. MUDr. Barbara Ukropcová, PhD.
garantka CPA

prof. RNDr. Silvia Pastoreková, DrSc.
riaditeľka BMC SAV