



## Plan de desconfinamiento progresivo , y vuelta a la actividad y práctica del remo .

Circular No.2 – Sección de Remo del RCM.

29/5/2020

Estimados remeros ;

Tras la comunicación emitida ayer por las autoridades , estamos en disposición de comunicaros que con la entrada de Málaga en la fase 2 de la desescalada prevista por el Gobierno el próximo lunes 1 de junio ; iniciamos la Segunda Fase de nuestro protocolo de vuelta progresiva a la actividad. **Comenzando los entrenamientos** al aire libre en las instalaciones de La Marina los equipos **de las categorías : cadete, juvenil y el resto de los senior.**

En primer lugar , reiteramos la importancia de respetar y cumplir las **normas generales** de seguridad y prevención :

A.- Mantener la **distancia de seguridad** de dos metros entre personas en todas las instalaciones.

B.- Obligatoriedad del uso de **mascarillas**, siempre que no se pueda cumplir con la distancia de seguridad social.

C.- **Prohibición de compartir** enseres personales, objetos o elementos deportivos. Por ello cada deportista debe acudir con sus enseres, ropa de uso personal o de higiene , etc. Así como del agua o líquido necesario para su correcta hidratación (muy importante) .

D.- Cada deportista **debe proceder a la Limpieza exhaustiva** del material deportivo antes y después de cada uso ,siguiendo las indicaciones que le dará su entrenador.

E.- No será posible el uso de vestuario, duchas ni las fuentes de agua del Club.

F.- Evitar siempre las **aglomeraciones**. Tanto en el interior de la instalación como en el acceso y salida de la misma .

G.- Seguir en todo momento las indicaciones de los entrenadores y del personal de La Marina del RCM.

Placa del Comité Olímpico Español· Placa Real Orden al Mérito Deportivo del CSD; Medalla de la Ciudad de Málaga;  
2 Medallas de Oro: Olimpiadas Barcelona y Atlanta· 16 Campeonatos del Mundo· 28 Campeonatos de Europa  
459 Campeonatos de España

Paseo de la Farola 18· Málaga 29016· Tel. 952226300

[www.realclubmediterraneo.com](http://www.realclubmediterraneo.com)



Con el inicio de la actividad, se volverá a dar de alta automáticamente a cada deportista de la sección ; salvo que por parte de éstos (o sus padres caso de los menores de edad ) den instrucciones en contrario , solicitando la baja .

Adjuntamos como anexos la siguiente información ,conteniendo las instrucciones precisas para la práctica deportiva :

Anexo 1.- Planning semanal de horarios y grupos

Anexo 2.- Guía del deportista.

Anexo 3.- Guía de limpieza.

Anexo 4.- Zonas de acceso y entrenamientos .

Quedo a vuestra entera disposición para aclarar cualquier duda , recibir sugerencias , y en definitiva ayudar y posibilitar en lo posible a cada uno de nuestros deportistas la práctica del remo .

Un fuerte abrazo.

Juan Carlos Marfil Rodríguez

Capitán de Remo - RCM

Placa del Comité Olímpico Español· Placa Real Orden al Mérito Deportivo del CSD; Medalla de la Ciudad de Málaga;  
2 Medallas de Oro: Olimpiadas Barcelona y Atlanta· 16 Campeonatos del Mundo· 28 Campeonatos de Europa  
459 Campeonatos de España

Paseo de la Farola 18· Málaga 29016· Tel. 952226300

[www.realclubmediterraneo.com](http://www.realclubmediterraneo.com)