



## **1. Regras de Reabertura do Campo de Areia CVO**

### **FASES DE ABERTURA**

O plano de reabertura do Campo de Areia CVO terá 2 fases que estão dependentes da evolução da saúde pública e separadas por 15 dias para que se possa ir monitorizando a sua operacionalização:

- A PARTIR DE 1 DE JUNHO 2020: atletas dos escalões de Juniores a Veteranos podendo treinar com ou sem o treinador (no máximo: 6 atletas ou 5 atletas e 1 treinador); os grupos que treinem sem treinador tem de levar as suas bolas;
- A PARTIR DE 15 DE JUNHO 2020: atletas dos escalões de Infantis a Juvenis sendo que apenas podem treinar com a sua equipa técnica (no máximo: 5 atletas e 1 treinador); o CVO providenciará as bolas para o treino.

### **REGRAS GERAIS:**

1. PRIMEIRA REGRA TRANSVERSAL A TODAS E CRUCIAL: Solicita-se a todos os utilizadores o máximo de bom senso na utilização do espaço para que todos tenham as mesmas oportunidades, lembrando que estamos numa altura complicada da nossa vida em sociedade, em que o convívio em comunidade deve ser salutar, de respeito pelo outro, com o distanciamento social e etiqueta respiratória aconselhada pela Direção Geral de Saúde respeitando sempre que possível a regra 2020: 20 segundos de lavagem de mãos, 2 metros de afastamento e 0 tolerância para os comportamentos de risco;
2. estas regras têm de ser cumpridas obrigatoriamente por todos os utilizadores do campo sejam estes sócios ou não sócios;
3. é proibido deixar lixo no campo ou arredores; há caixotes do lixo para o efeito!
4. o máximo de capacidade de utilização do campo é um grupo de 6 pessoas (6 atletas ou 5 atletas e 1 treinador);
5. por razões de saúde pública os grupos de 6 pessoas (com treinador ou sem treinador) têm de ser sempre os mesmos;
6. não é permitido público dentro do campo ou nas suas imediações;
7. quem não respeitar estas Regras de Reabertura ou as Normas de Utilização do Campo de Areia constantes no site de marcações será impedido de utilizar o campo na presente época;
8. é recomendável que se desloquem para o espaço a pé, de carro ou bicicleta evitando os transportes públicos; recomenda-se o uso de máscara nas deslocações;
9. os atletas e treinadores que apresentem sintomas de COVID-19 (tosse seca, febre, conjutivite, fadiga, dores musculares generalizadas, perda de olfato ou paladar, etc.) estão impedidos de treinar e devem cumprir as recomendações da DGS para estes casos, tendo também de informar o Responsável COVID-19 do CVO (Carolina Mendonça 962122813 | carolinam@voleiboloeiras.com) para que seja cumprido o plano de contingência;
10. os grupos que utilizem o campo sem treinador têm de usar as suas próprias bolas de Voleibol; o CVO apenas providenciará bolas para treinos com treinador e não emprestará, em nenhuma circunstância, bolas para treinos ou jogos sem treinador; recomenda-se a boa prática de efetuar a desinfeção da(s) bola(s) com spray à base de álcool antes e depois dos treinos;



## Clube de Voleibol de Oeiras

Fundado em 1974

11. as cadeiras e mesas do campo e arredores não se encontram no campo para evitar mais superfícies de contato; é proibido trazer para dentro do campo cadeiras e mesas;
12. os pertences pessoais (mochila, sapatos, etc.) têm de ficar DENTRO do campo de areia pedindo-se que levem o mínimo e indispensável;
13. é obrigatório higienizar as mãos antes e depois dos treinos, utilizando a saboneteira instalada para o efeito ou com spray à base de álcool;
14. seguindo as regras de afastamento social, não são permitidas saudações, contacto físico entre utilizadores ou interações pessoais a menos de dois metros;
15. o treinador deve, em todos os momentos, encontrar-se a uma distância no mínimo de 2 metros do atleta;
16. é estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (toalhas, bebidas);
17. o duche está interdito;
18. a mangueira apenas pode ser utilizada para regar o campo;
19. as Normas de Utilização do Campo de Areia definidas no site da marcação de campos continuam em vigor, exceto nas situações em que haja conflito com as aqui definidas sendo que, nesse caso, estas imperarão.

### PREÇÁRIO

Como forma de ajudar a manter vivo o CVO agradecemos a todos os sócios que mantenham as quotas em dia voluntariamente!

Só poderão usufruir do Campo de Areia CVO os utilizadores que se enquadrem num das seguintes situações e a tenham resolvida:

1. Sócios:
  - a. os sócios atletas têm acesso gratuito ao campo;
  - b. os sócios não atletas com quotas em dia têm acesso gratuito ao campo;
  - c. os sócios não atletas sem quotas em dia poderão ter acesso gratuito ao campo se pagarem a anuidade no valor de 40€;
2. Não Sócios:
  - a. os utilizadores frequentes têm de pagar uma quota mensal de 25€/mês;
  - b. os utilizadores pontuais terão de pagar um valor de 2,5€/hora por pessoa e por utilização.

Os pagamentos podem ser feitos por MBWay para o nº CVO 931 715 155 ou por IBAN CVO PT 50 0033 0000 00142142928 05

### MARCAÇÕES

1. todas as marcações têm de ser feitas online no site CVO;
2. no caso das marcações de grupos com um treinador, estas devem ser efetuadas pelo treinador, que deverá previamente efetuar a identificação de todos os elementos do grupo (nome completo e contacto telefónico) para o endereço de correio eletrónico **geral@cvoeiras.pt** acompanhadas pelos respetivos Termos de Responsabilidade de todos os elementos do grupo;
3. no caso das marcações de grupos sem treinador, estas devem ser efetuadas por um dos elementos do grupo que será o responsável pelo mesmo, que deverá previamente efetuar a identificação de todos os elementos do grupo (nome completo e contacto telefónico) para o endereço de correio eletrónico **geral@cvoeiras.pt** acompanhadas pelos respetivos Termos de Responsabilidade de todos os elementos do grupo;
4. os grupos funcionarão no sistema de "bolha", pelo que terão de ser fixos, não podendo haver trocas de elementos dos mesmos pelo período mínimo de 15 dias;



**Clube  
de Voleibol  
de Oeiras**

Fundado em 1974

5. após o referido período, poderão ser permitidas trocas de elementos do grupo, desde que previamente informadas ao CVO e acompanhadas pelo Termo de Responsabilidade dos elementos que ainda não tenham entregado o mesmo;
6. após cada troca, recomeça a contagem do período de 15 dias;
7. as marcações de grupos com treinador têm prioridade sobre as individuais;
8. cada grupo terá de terminar o seu treino exatamente à hora marcada;
9. cada grupo que inicia o seu treino pode chegar no máximo 10 minutos antes da hora marcada;
10. todas as marcações têm de ser separadas obrigatoriamente por meia hora de intervalo, para evitar aglomerados entre a saída e entrada dos diferentes grupos;
11. as marcações apenas podem ter ciclos de 1h30 independentemente que sejam ou não em horas de pico;
12. conseqüentemente apenas estão disponíveis os seguintes ciclos horários: 09h - 10h30 / 11h - 12h30 / 13h - 14h30 / 15h - 16h30 / 17h - 18h30 / 19h - 20h30
13. é proibido a marcação de horários contíguos (ou seja, ciclos horários seguidos) a atletas do mesmo grupo mesmo que a marcação seja feita por utilizadores diferentes;
14. para que todos tenham oportunidade de treinar a Direção pode limitar ou eliminar o número de marcações por semana conforme a procura, mesmo que essas marcações já tenham sido efetuadas; nesse caso, a Direção contactará o responsável pela marcação para acordar o(s) horário(s) a eliminar;
15. caso as marcações solicitadas no agendamento não cumpram estas regras serão imediatamente removidas;
16. a análise de situações de conflito ou de interpretações que estas regras possam ser alvo, será feita pela Direção reservando-se esta no direito de, por motivos de força maior, não permitir ou remover utilizações do campo de jogos.

A Direção do CVO