

## FEDERACIÓN DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS DE CASTILLA Y LEÓN



PROTOCOLO

ENTRENAMIENTOS—COMPETICIONES

NATACIÓN CON ALETAS

RUGBY SUBACUÁTICO

BUCEO DEPORTIVO

## INTRODUCCIÓN

La Federación de Castilla y León de Actividades Subacuáticas es consciente de la problemática a la que nos enfrentamos en una situación de pandemia sanitaria como la que estamos padeciendo.

Pero la sociedad pretende volver a una situación de normalidad, la Federación de Castilla y León de Actividades Subacuáticas, en lo sucesivo (**FECLAS**), pretende volver a los valores que el deporte posee y revitalizarlos.

Valores de carácter deportivo, social, cultural, psicológico, emocional, afectivos, de amistad, de rivalidad encauzada, de encuentro, de espectáculo, de desarrollo económico, patrimonial, estéticos...

Se trata de organizar los medios que determinan las competiciones de las distintas modalidades de FECLAS, buscando la continuidad en la práctica deportiva primando en todo momento la salud.

La vuelta a la actividad competitiva implica necesariamente que la conducta de todas las personas involucradas en organizar una competición, incluidos los participantes, no pueda ser igual a las pautas de conducta anteriores a la pandemia.

Desde FECLAS se considera la conveniencia y necesidad de que toda la actividad realizada al aire libre o en instalaciones cubiertas, entrenamientos, eventos deportivos y competiciones, estén dotados de todas las medidas de seguridad para evitar posibles contagios y propagación del virus, tanto a los deportistas, como otros participantes, organizadores y a las personas que asistan a presenciarlos.

Las indicaciones de este Protocolo pueden sufrir modificaciones, en función de las indicaciones marcadas en cada momento por las autoridades sanitarias competentes en materia de deporte. Se dará adecuada difusión a cada variación en el Protocolo, que siempre estará publicado en la Web de FECLAS.

## **NORMAS GENERALES**

Las normas básicas que rigen este documento son las que se derivan de las normas y protocolos publicados por las autoridades sanitarias y otras competentes en esta materia.

En este ámbito se indican recomendaciones y normas de actuación ante la realización de entrenamientos y celebración de las diferentes pruebas.

Las entidades organizadoras de la competición, una vez reanudada ésta, deberán dotarse de los mecanismos necesarios para garantizar la integridad de la competición en el hipotético caso de detección de un positivo por COVID-19, sin perjuicio de la inmediata adopción de las medidas sanitarias correspondientes

Los organizadores deben establecer medidas preventivas para minimizar el riesgo de transmisión de la infección. Los organizadores deben asegurarse de que cualquier deportista que necesite atención médica inmediata, tenga acceso a centros sanitarios para que reciba la atención requerida.

En el caso de la Natación con Aletas y el Buceo Deportivo, la vuelta a la competición son consideradas de bajo riesgo ya que reúnen una serie de características consideradas de bajo riesgo, ya que el contacto personal entre practicantes es mínimo. En la modalidad de Rugby Subacuático se consideran de riesgo medio debido al contacto intrínseco de la modalidad.

El protocolo elaborado por FECLAS ante la reanudación de competiciones es de obligada observancia para el conjunto de los estamentos federativos: deportistas, técnicos, jueces, personal de organización, espectadores y acompañantes. Para su mayor difusión, FECLAS publicará dicho protocolo en la web.

## RECOMENDACIONES

- Las personas diagnosticadas por COVID-19, aún asintomáticos, que no hayan superado la enfermedad y que no cuenten con el alta médica, no podrán participar.
- Para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo se les recomienda extremar las medidas preventivas o incluso no participar.
- Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Se recomienda que todos los usuarios (deportistas, técnicos, jueces y resto de personal) realicen una vigilancia activa de sus síntomas y lleven a cabo un registro regular de su temperatura corporal. Se aconseja dos veces al día, mañana y noche.
- Antes y después de los entrenamientos y las competiciones, es muy importante lavarse las manos con gel hidro-alcohólico (en botes de uso individual).
- Los deportistas no deben compartir material. Si fuera imprescindible, se efectuará la desinfección tras cada uso.
- Los deportistas no compartirán bebidas. Han de utilizar botellas de uso individual.

### **- Durante la actividad se mantendrán en todo momento:**

Distancias de seguridad interpersonal de 1,5 m como mínimo

Uso de mascarilla (no se permitirá el uso de los modelos FFP2 y FFP3 con filtro).

Se evitará dar la mano, abrazarse o besarse, tocarse la boca, la nariz o los ojos.

- Se debe asegurar la disponibilidad de termómetros para verificar la temperatura de las personas que accedan a la instalación.

## **DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO**

La participación y asistencia a entrenamientos y competición indica la aceptación, de obligado cumplimiento, de la normativa vigente:

Normativa sanitaria.

Protocolo de normativa federativa

En caso de incumplimiento de los protocolos, a la persona implicada se le amonestará mediante advertencia. Si reincidiera en su actitud se le invitara a abandonar la instalación, solicitando en caso de no abandonarla, la asistencia de los cuerpos de seguridad del estado.

## **ENTRENAMIENTOS**

- Los deportistas utilizarán mascarilla hasta que comience la realización de actividad física.
- No utilización de guantes, para facilitar la higiene.
- Se colocará cartelería con información tanto de medidas preventivas como de pautas a seguir por los asistentes al entrenamiento.
- Uso de pañuelos desechables y gel hidro-alcohólico.
- Se recomienda llevar de casa la ropa y material de entrenamiento desinfectada.
- Se recomienda llevar bolsa para guardar el calzado con el que se llega a la instalación.
- Los entrenamientos podrán realizarse de forma individual o colectiva, en grupos de 30 personas de forma simultánea (con 1 técnico).
- Durante la práctica del ejercicio físico, mantener una distancia de seguridad de 2 metros, salvo que sea estrictamente imposible para la práctica deportiva, y en ese caso durante el menor tiempo posible.

## COMPETICIONES DE NATACIÓN CON ALETAS Y BUCEO DE COMPETICION EN PISCINA

- Ante la reanudación de la competición se solicitará a cada asistente Declaración Responsable. En el caso de los deportistas, jueces, técnicos asistentes y personal de organización deberán entregarlo en el momento de la entrada a la instalación con la fecha del día de la entrega.
- Los técnicos, jueces, personal de organización, voluntarios y resto de personas acreditadas que estén en contacto con los deportistas utilizarán mascarilla.
- El personal de apoyo siempre respetará la distancia de 4 metros con los deportistas en fase de recuperación, y de 2 metros con el resto de personas.
- No utilización de guantes, para facilitar la higiene.
- Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.
- En ningún caso los deportistas compartirán equipos, incluidas bebidas.
- Se colocará cartelería con información tanto de medidas preventivas como de pautas a seguir por los asistentes a una competición.
- Uso de la megafonía y las pantallas para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- Se facilitará información a los participantes a través de todas las plataformas: megafonía, Web, plataformas digitales, pantallas.
- FECLAS comunicará previamente a todo el personal de organización, participantes, jueces y espectadores todas las disposiciones vigentes a través de la página web. Estas disposiciones serán tanto de carácter sanitario como de la normativa específica de la competición.
- Se apela, por tanto, a la responsabilidad individual de cada uno de los asistentes a la competición, siendo estos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando a FECLAS de cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas en el Protocolo de Actuación.
  
- Previsión de información especial para la trazabilidad de datos: En cumplimiento del artículo 26 del Real Decreto ley 21/2020, de 9 de junio, FECLAS dispone de la identificación de todos los deportistas, técnicos, jueces, y personal de organización que interviene en una competición.

## **REQUISITOS PARA LOS DEPORTISTAS**

- Uso de pañuelos desechables, mascarillas y gel hidro-alcohólico.
- Se recomienda llevar de casa la ropa y el material de entrenamiento y competición desinfectado.
- Se recomienda llevar bolsa con calzado para cambio en la entrada a un recinto cubierto.
- En el caso de competiciones individuales, una vez finalizada la misma, el deportista abandonará la piscina por la escalera del lateral derecho.
- Las instrucciones técnicas deberán realizarse manteniendo la distancia de seguridad
- Todo material que sea tocado por los deportistas y que pueda suponer riesgo de contagio deberá ser desinfectado antes del siguiente uso.

## **REQUISITOS PARA LOS TÉCNICOS**

- Los técnicos deberán estar previamente acreditados.
- Cumplirán todos los requisitos indicados en el protocolo para el acceso.
- Los técnicos no deberán abandonar su espacio acotado excepto por causa de fuerza mayor.
- El recorrido entre zonas debe ser siempre unidireccional y nunca en sentido contrario al marcado por la Organización.
- En los desplazamientos será imprescindible el uso de mascarilla.

## **AFORO Y ACCESO A LA INSTALACIÓN**

En función de la orden sanitaria vigente en la fecha de cada competición, se actualizará.

En instalación al aire libre, con el límite máximo de 300 deportistas

En instalaciones cerradas un máximo del 75% del aforo

No se permitirá el acceso de público ni acompañantes.

Teniendo en cuenta la instalación, el aforo se ajustará al máximo permitido en cada momento, distribuyendo a los asistentes de manera que se respeten las normas básicas.

El control de acceso será responsabilidad de la instalación y organización, tomando las medidas oportunas.

El organizador tendrá la obligación inherente a la competición.

Entrada controlada con toma de la temperatura al acceso a la instalación.

Indicación del recorrido de forma unidireccional (señalado con flechas).

Se mantendrá las distancias de seguridad interpersonal de 1,5 m, como mínimo.

Uso de mascarilla (no se permitirá el uso de los modelos FFP2 y FFP3 con filtro)

Distanciamiento social entre asistentes, marcando espacios separado para los distintos grupos de entrenamiento.

Abandono y salida de la instalación una vez finalizada la competición.

Podrá usarse un sistema de identificación para el acceso a la competición, que determinará las personas que puedan acceder a la instalación en cada periodo temporal.

Es recomendable la desinfección de manos con gel hidroalcohólico.

Habrà un horario de acceso a la instalación.

Los menores de edad tendrán que ir con los respectivos entrenadores y/ó delegados de Club.

Solo se permitirá el acceso a un técnico y/ó delegado por cada 25 deportistas mínimo o cada 10 deportistas máximo.

## **SECRETARÍA**

En lo posible se evitará acudir a este lugar. Siempre que sea posible utilizar medios técnicos para comunicarse.

En caso de gestiones ineludibles se habilitará este lugar manteniendo el espacio mínimo interpersonal. La comunicación se realizará usando mascarilla.

No se permitirá el uso de material de oficina intercambiable (bolígrafos). Cada persona aportará su propio material.

No se publicarán horarios ni resultado en papel; estarán disponibles en la Web de la Entidad Organizadora.



## **CÁMARA DE SALIDAS**

Todos los controles a efectuar en esta zona serán realizados de forma visual.

Se colocarán en el suelo marcas que aseguren esta distancia social entre deportistas y entre deportistas y jueces.

La cámara de salidas se diseñará con un solo flujo de circulación y unidireccionalmente.

Es recomendable la desinfección de forma periódica y si fuera posible entre flujo y flujo de deportistas.

Los deportistas acudirán hasta su calle de competición individualmente y manteniendo la distancia de seguridad.

Los deportistas acudirán exclusivamente con las chanclas y el material competitivo a la calle de competición.

## **FIN DE PRUEBA**

Al finalizar cada una de las series los deportistas abandonarán la pileta por la escalera situada en el lado derecho de esta, recogiendo su calzado y acudiendo a su zona asignada en la instalación respetando en todo momento la distancia de seguridad con el resto de deportistas, técnicos, jueces y organización.

## **ENTREGA DE PREMIOS**

En lo posible, se evitarán las ceremonias de entrega de premios.

Si fuera necesario realizarlas el deportista recogerá el premio que se le asigne, sin protocolo de manos u otro acto de agradecimiento (besos, abrazos) entre el premiador y el premiado.

En todo el proceso se usará mascarilla.

## COMPETICIONES DE RUGBY SUBACUÁTICO

- Ante la reanudación de la competición se solicitará a cada asistente Declaración Responsable. En el caso de los deportistas, jueces, técnicos asistentes y personal de organización deberán entregarlo en el momento de la entrada a la instalación con la fecha del día de la entrega.
- Los técnicos, jueces, personal de organización, voluntarios y resto de personas acreditadas que estén en contacto con los deportistas utilizarán mascarilla.
- El personal de apoyo siempre respetará la distancia de 4 metros con los deportistas en fase de recuperación, y de 2 metros con el resto de personas.
- No utilización de guantes, para facilitar la higiene.
- Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.
- En ningún caso los deportistas compartirán equipos, incluidas bebidas.
- Se colocará cartelería con información tanto de medidas preventivas como de pautas a seguir por los asistentes a una competición.
- Uso de la megafonía y las pantallas para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- Se facilitará información a los participantes a través de todas las plataformas: megafonía, Web, plataformas digitales, pantallas.
- FECLAS comunicará previamente a todo el personal de organización, participantes, jueces y espectadores todas las disposiciones vigentes a través de la página web. Estas disposiciones serán tanto de carácter sanitario como de la normativa específica de la competición.
- Se apela, por tanto, a la responsabilidad individual de cada uno de los asistentes a la competición, siendo estos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando a FECLAS de cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas en el Protocolo de Actuación.
- Previsión de información especial para la trazabilidad de datos: En cumplimiento del artículo 26 del Real Decreto ley 21/2020, de 9 de junio, la Federación de Castilla y León de Natación dispone de la identificación de todos los deportistas, técnicos, jueces, y personal de organización que interviene en una competición.

## **REQUISITOS PARA LOS DEPORTISTAS**

Uso de pañuelos desechables y gel hidro-alcohólico.

Se recomienda llevar de casa la ropa y el material de entrenamiento y competición desinfectado.

Se recomienda llevar bolsa con calzado para cambio en la entrada a un recinto cubierto.

En el caso de competiciones individuales, una vez finalizada la misma el deportista abandonará la piscina por la escalera el lateral derecho.

Las instrucciones técnicas deberán realizarse manteniendo la distancia de seguridad

Todo material que sea tocado por los deportistas y que pueda suponer riesgo de contagio deberá ser desinfectado antes del siguiente uso.

## **REQUISITOS PARA LOS TÉCNICOS**

Los técnicos deberán estar previamente acreditados.

Cumplirán todos los requisitos indicados en el protocolo para el acceso.

Los técnicos no deberán abandonar su espacio acotado excepto por causa de fuerza mayor.

El recorrido entre zonas debe ser siempre unidireccional y nunca en sentido contrario al marcado por la Organización.

En estos desplazamientos será imprescindible el uso de mascarilla.

## **AFORO Y ACCESO A LA INSTALACIÓN**

En función de la orden sanitaria vigente en la fecha de cada competición, actualmente.

En instalación al aire libre, con el límite máximo de 300 deportistas

En instalaciones cerradas un máximo del 75% del aforo

No se permitirá el acceso de público ni acompañantes

Teniendo en cuenta la instalación se ajustará al máximo permitido en cada momento, distribuyendo a los asistentes de manera que se respeten las normas básicas.

El control de acceso será responsabilidad de la instalación y de la organización, tomando las medidas oportunas.

La Federación tendrá la obligación inherente a la competición.

Entrada controlada con toma de la temperatura al acceso a la instalación.

Indicación del recorrido de forma unidireccional (señalado con flechas).

Se mantendrá las distancias de seguridad interpersonal de 1,5 m, como mínimo.

Uso de mascarilla (no se permitirá el uso de los modelos FFP2 y FFP3 con filtro)

Distanciamiento social entre asistentes, marcando espacios separado para los distintos grupos de entrenamiento.

Abandono y salida de la instalación una vez finalizada la competición.

Podrá usarse un sistema de identificación, como pulseras de colores, para el acceso a la competición, que determinará las personas que puedan acceder a la instalación en cada periodo temporal.

Es recomendable la desinfección de manos con gel hidroalcohólico.

Habrará un horario de acceso a la instalación.

Los menores de edad tendrán que ir con los respectivos entrenadores ó Delegados de Club.

## **SECRETARÍA**

En lo posible se evitará acudir a este lugar. Siempre que sea posible utilizar medios técnicos para comunicarse.

En caso de gestiones ineludibles se habilitará este lugar manteniendo el espacio mínimo interpersonal. La comunicación se realizará usando mascarilla.

No se permitirá el uso de material de oficina intercambiable (bolígrafos). Cada persona aportará su propio material.

No se publicarán horarios ni resultado en papel, estarán disponibles en la Web de la Federación.

## **BANQUILLOS**

Todos los controles a efectuar en esta zona serán realizados de forma visual.

Se colocarán en el suelo marcas que aseguren esta distancia social entre deportistas y entre deportistas y jueces.

El acceso a los banquillos se diseñará con un solo flujo de circulación y unidireccionalmente.

Es recomendable la desinfección de forma periódica y si fuera posible entre flujo y flujo de deportistas.

Los deportistas acudirán hasta el lateral de acceso a la instalación individualmente y manteniendo la distancia de seguridad.

Los deportistas acudirán exclusivamente con las chanclas y el material competitivo al banquillo.

## **FIN DE PARTIDO**

Al finalizar cada uno de los partidos los deportistas abandonaran la piletta por la escalera situada en el lado derecho de esta, acudiendo a su zona asignada en la instalación respetando en todo momento la distancia de seguridad con el resto de deportistas, técnicos, jueces y organización.

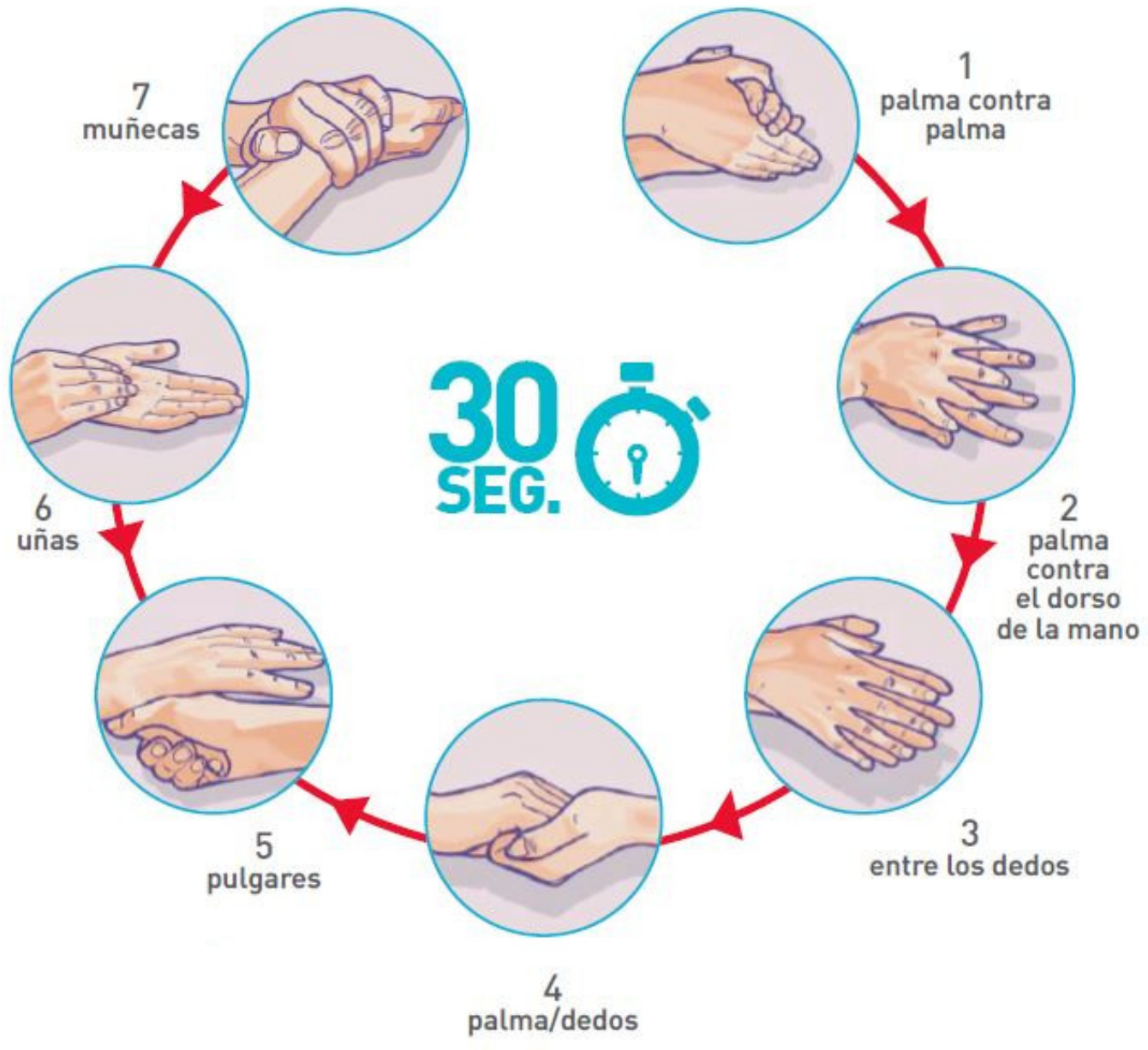
## **ENTREGA DE PREMIOS**

En lo posible, se evitarán las ceremonias de entrega de trofeos.

Si fuera necesario realizarlas el deportista cogerá la medalla o trofeo que se le asigne, sin protocolo de manos u otro acto de agradecimiento (besos, abrazos) entre el premiador y el premiado.

En todo el proceso se usará mascarilla.

En caso de conflicto entre las normas, la seguridad sanitaria está por encima del aspecto competitivo



# CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA MÉDICA DE FORMA SEGURA

**sí** →



Lávese las manos antes de tocar la mascarilla



Compruebe que no esté rasgada ni agujereada



Localice en la parte superior la pieza de metal o el borde rígido



Compruebe que la parte coloreada dé al frente



Coloque la pieza de metal o el borde rígido sobre la nariz



Cúbrase la boca, la nariz y la barbilla



Ajustese la mascarilla a la cara de modo que no queden aberturas por los lados



Evite tocar la mascarilla



Quitese la mascarilla desde detrás de las orejas o la cabeza



Al quitarse la mascarilla, manténgala alejada de usted y de toda superficie



Deseche la mascarilla inmediatamente tras su uso, preferiblemente en un cubo de basura cerrado



Lávese las manos después de desechar la mascarilla

**Recuerde que, por sí sola, una mascarilla no lo protegerá de la COVID-19. Manténgase al menos a 1 metro de distancia de otras personas y lávese las manos con frecuencia y a fondo, incluso si lleva la mascarilla puesta.**

[who.int/epi-win](https://www.who.int/epi-win)



Organización Mundial de la Salud



**FEDERACION DE CASTILLA Y LEON DE ACTIVIDADES SUBACUATICAS**

**Avd. Gloria Fuertes nº 35, 47014 VALLADOLID**

**Horario atención: lunes y miércoles 20.00 a 22.00**

**Tel./Fax: 983 477 286**

**Email: [feclas@hotmail.com](mailto:feclas@hotmail.com)**