



## SERVICIO DE OCIO Y PARTICIPACIÓN SOCIAL AGRUPACIÓN DEPORTIVA

### PROTOCOLO DE USO y SEGURIDAD

#### REANUDACION DE LOS ENTRENAMIENTOS EN INSTALACIONES MUNICIPALES DE VITORIA-GASTEIZ

#### MODALIDAD: FUTBOL SALA

El OBJETIVO es proteger a las Personas con DI, al equipo Técnico deportivo: entrenador-a y delegado del equipo y a los profesionales de la instalación deportiva donde se realicen las actividades con el equipo deportivo, minimizando riesgos y asegurando una adecuada asistencia.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS DE LOS-AS DEPORTISTAS

- El responsable de la actividad de la Agrupación Deportiva APDEMA es el Delegado de la agrupación que estará presente en las sesiones de entrenamiento.
- El acceso y la salida de la instalación se realizará en grupo, de una sola vez y respetando la distancia de seguridad de 1,5 – 2 m.

La entrada de acompañante de alguno-a de los-as deportistas con discapacidad, será regulada y autorizada por el Delegado del equipo y comunicada al Técnico-a de control que vigile el acceso a la instalación deportiva.

- Todas las personas que participen en la actividad deportiva deberán llevar mascarilla, para el acceso a la instalación y hasta la llegada a la cancha polideportiva, incluso aquellas que mantengan contacto puntual con las personas participantes. Para la salida de la instalación se deberá llevar mascarilla.

Una vez en el terreno de juego, el entrenamiento se realizara sin mascarilla.

El entrenador y delegado del equipo, portarán mascarilla y guantes. Si fuera necesario portarán calzas en la zona de entrenamiento.

La agrupación deportiva APDEMA proporcionara el material de desinfección para los deportistas y para el material propio (balones, petos, conos, ...) que tiene en la instalación.

Todo ello se controlará y se realizará por el Delegado del equipo y los capitanes del mismo.

- Se tomará la temperatura a todas las personas que vayan a participar en la actividad, incluidas-os Entrenador y Delegado.

En el caso de que sea mayor de 37º no podrá quedarse en la actividad.

Cada deportista deberá completar el cuestionario de salud que se facilita, que deberá entregar al inicio del periodo de entrenamientos. El control de este documento es del Delegado.

- Si cualquiera de las personas presenta sintomatología respiratoria y/o digestiva y/o han tenido contacto o confirmación de COVID – 19, deberá comunicarlo telefónicamente al Delegado del equipo, no pudiéndose presentar en la instalación.

Se informará al Servicio Vasco de Salud para adoptar las medidas pertinentes y si es el caso anular la actividad.

- El número de deportistas participantes en cada entrenamiento será de 10-12, máximo, más el Entrenador-a y Delegado.

De la participación en cada entrenamiento, se llevara un control de asistencia.

*“Todo los-as deportistas participantes son deportistas Federados y han participado en la Liga Vasca de Futbol Sala de personas con D.I. la temporada 2019-2020. Esta quedó interrumpida por la emergencia sanitaria y el estado de alarma decretado el 14 de Marzo 2020. Estamos pendientes de si se van a disputar las dos jornadas que quedaban de liga y la Jornada de Copa, prevista como cierre para finales de Mayo.*

*La inactividad que nos han obligado los sucesivos estados de alarma y la imposibilidad de reanudar la vida diaria en todos los ámbitos por el confinamiento, muchas veces no entendido por las personas con discapacidad, ha supuesto a los deportistas con DI una situación de incertidumbre y ansiedad, que se releja en un riesgo para su salud.*

*Así mismo este tiempo ha tenido como consecuencia un desentrenamiento que está significando una pérdida de muchas de las capacidades y habilidades físicas adquiridas por los deportistas con discapacidad, en su práctica deportiva semanal y de cada temporada.*

*Nuestra apuesta es reincorporarlos a su rutina, pensando en las competiciones a disputar en un tiempo no lejano (primeros de septiembre).*

*Para ello se debería como mínimo, tener unas semanas de reacondicionamiento físico, ya que después llega el parón del verano (agosto) y el reinicio de la actividad deportiva de la temporada, en el mes de septiembre. “*

## TIEMPO DE ENTRENAMIENTO

### \*INICIALMENTE

- El tiempo máximo de entrenamiento, estará en los 45 minutos.
- Los-as deportistas serán distribuidos en dos grupos reducidos y estos grupos se mantendrán en los entrenamientos para distribuir espacios y tiempos.
- Se deberá mantener la distancia de seguridad de 1,5 a 2 m.
- La intensidad del entrenamiento será baja-media.
- A cada deportista se le adjudicará el material desinfectado para cada entrenamiento (peto y balón de uso individual)
- Para la hidratación durante el ejercicio físico cada deportista deberá llevar su botella de agua que no podrá compartir.

Teniendo en cuenta la entrada en la fase de Nueva Normalidad, se deberá ir orientando los entrenamientos

- Evolucionando a entrenamientos grupales donde se contemple más contacto, Aumento de intensidad, Contacto con material.
- El material colectivo a utilizar durante los entrenamientos: conos, porterías pequeñas, balones, etc... se desinfectarán una vez finalizada la actividad y se guardarán para el siguiente entrenamiento.

#### USO DE VESTUARIOS

- Para el uso de vestuarios, se deberá señalar por parte del-de la responsable de la instalación, los espacios a ocupar por cada persona. El distanciamiento será de 1,5-2 metros entre personas.
- El uso de las duchas, por parte de los deportistas con Discapacidad, estará precintado y no se utilizarán. **La ducha se realizará en casa.**
- Para ello a cada deportista se le entregará una bolsa de plástico para guardar la ropa y calzado usado en el entrenamiento.
- Si se usa toalla durante la práctica deportiva, será de uso individual.
- El entrenamiento se realizará con calzado diferenciado y propio de FUTSAL.
- La bolsa deportiva para el entrenamiento, se llevará a la cancha y se depositará en una zona concreta señalada. No se utilizarán las taquillas existentes en el polideportivo.
- En los aseos, se deberá asegurar el jabón en los dosificadores para facilitar el lavado de manos de los deportistas.
- Existirá un sistema de desinfección de manos con gel hidroalcohólico, a la entrada a la cancha deportiva

#### SEÑALIZACIÓN E INFORMACION

- Se tendrá en cuenta la señalización para el flujo de entrada y salida de la instalación deportiva, a fin de evitar cruces, tanto en las zonas comunes como en el resto.

El sentido de la marcha deberá estar claramente señalado y de fácil comprensión, para las personas con discapacidad.

- La cartelería colocada en lugares concretos de la instalación deportiva para informar y recordar a los-as usuarios-as la obligación de cumplir las medidas de higiene y protección establecidas por las autoridades sanitarias contra el COVID 19, deberán ser de accesibilidad lectora y de fácil comprensión, mediante dibujos o pictogramas, para las personas con D.I.

---

*Este protocolo se dará a conocer a los-as deportistas, en una reunión con ellos previa al inicio de los entrenamientos.*

**EN ESTA ACTIVIDAD SE APLICARAN MEDIDAS PARA GARANTIZAR LA DISTANCIA DE SEGURIDAD INTERPERSONAL (SE REDUCIRA LO NECESARIO PARA LA ATENCION DIRECTA A LA PERSONA CON D.I.), USO DE MASCARILLA, LA HIGIENE PERSONAL Y LA ETIQUETA RESPIRATORIA (LAVADO DE MANOS – GEL ANTISEPTICO, ...) QUE PROCEDA EN CADA CASO.**

Versión, 25 Junio 2020