



PROTOCOLO DE REAPERTURA DE CLUBES



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE



Consejo
Superior de
Deportes



COMITE OLIMPICO
ESPAÑOL



Consejo Superior de Deportes



COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑO



UNIÓN DE FEDERACIONES ESPAÑOLAS DE DEPORTES DE COMBATE

ÍNDICE

P IHP EUR V # I HGF

GHSR UWH # HGHU DGR

DF FHVR # # DV # Q VW D ODF IR QHV

DIR UR # GH # R QD # GHSR UWLYD # I WIO

HQWUH QDP IHQWR # GHSR UWLYR

IIQDOL] DF I¼ Q # GH # DV # HV I¼ Q



COMITE OLIMPICO
ESPAÑOL

MIEMBROS UFEDC





DEPORTE FEDERADO



Los miembros de la UFEDC consideramos que, para mantener las necesarias condiciones de seguridad, la práctica deportiva deberá realizarse únicamente bajo la supervisión de los técnicos deportivos y profesionales de las Federaciones.

Esto es de vital importancia de cara a la Fase II, con la reanudación de la actividad deportiva en instalaciones deportivas en espacios cerrados sin público, en los que la práctica de la disciplina correspondiente el riesgo de contagio sea bajo o no exista contacto alguno

La UFEDC está plenamente comprometida con la seguridad y la formación integral y de calidad de sus deportistas y sus entrenadores, por lo que se opone firmemente al intrusismo laboral y deportivo.

ACCESO A LAS INSTALACIONES

SURWRFRORGHDFHVR

**SOLO CON CITA
PREVIA**



**Listado con los usuarios de cada entrenamiento
Calendario de entrenamiento para los usuarios
Cita en función del aforo necesario**

**MOMENTO DE
ACCESO**



**Puerta abierta: acceso de uno en uno
Llegada de usuarios 5 min. antes para evitar
aglomeraciones.
2 metros entre personas que están la cola de acceso
Mascarilla y ropa de entrenamiento puesta.**

**PERMISO PARA
ACCEDER**



**Individual, bajo aviso del responsable
Siguiendo el orden de llegada.
Solo podrán llegar acompañados los menores de edad,
pero entrarán individualmente a las instalaciones**

ACCESO A LAS INSTALACIONES (2)

P H G I G D V # G H # / H J X U I G D G

Señalización, tanto en el interior como en el exterior, de las medidas preventivas y de higiene

Se hace hincapié en la importancia de que los deportistas se hagan un examen médico antes de la reincorporación

Acceso a las instalaciones acordonado, delimitado o cerrado

Solo pago con tarjeta, transferencia o Bizum

Prohibición a personas con síntomas del COVID 19, que hayan estado en contacto con personas contagiados o que hayan dado positivo recientemente



Técnica para una correcta higiene de manos

Con agua y jabón: 40-60 segundos

Con solución alcohólica: 20-30 segundos

1. Palma contra palma.
2. Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados.
3. Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados.
4. Pulso contra pulso con los dedos entrelazados.
5. Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos entrelazados.
6. Fricción en rotación del pulgar derecho dentro de la palma de la mano izquierda y viceversa.
7. Fricción en rotación con movimientos de vaivén. Los dedos juntos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda y viceversa.
8. Abridur y cierre con pulso de un solo lado.
9. Secado de la palma como con el puño.
10. Dejar secar al aire.

Recuerda No dejes de hacer lo que está en tus manos

SaludMadrid

RECOMENDACIONES EN RELACIÓN AL CORONAVIRUS

LA MEJOR PREVENCIÓN ES LA HIGIENE

Lávate las manos con frecuencia.

Al estornudar o toser, cubre la nariz y boca con un pañuelo desechable o sobre el codo flexionado.

Evita tocar la boca, la nariz y los ojos con las manos.

2m

Precauciones para evitar el contagio

1. Uso de mascarillas y pañuelos para tapar la boca al estornudar
2. Lavarse las manos de manera frecuente
3. Evitar lugares con mucha gente
4. Acudir al médico tan pronto se identifiquen los síntomas

En España no hay que tomar precauciones especiales con los animales, ni con los alimentos, para evitar esta infección

Fuente: OMS, Ministerio de Sanidad

ACCESO A LAS INSTALACIONES (3)

P H G I G D V # G H # V H J X U I G D G # L

Obligatoriedad uso de toalla personal e intransferible



Disponibilidad de gel hidroalcohólico en accesos



Obligatoriedad uso de mascarilla



Disponibilidad de papeleras con tapa y pedal



Toma de temperatura en la entrada a las instalaciones



Formación de los profesionales en materia de prevención y detección de síntomas



Prohibición uso de vestuarios



Disponibilidad de bandejas de desinfección de calzado



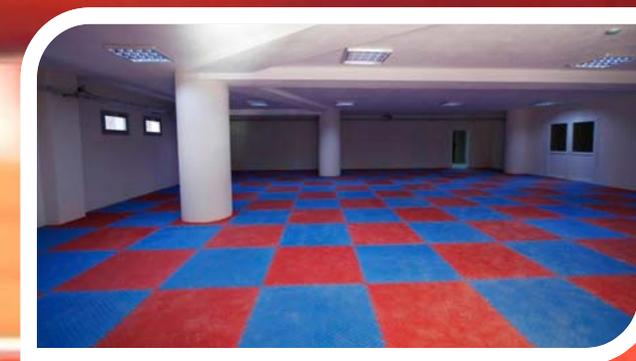
ACCESO A LAS INSTALACIONES (4)

P H G I G D V # G H # H J X U I G D G # I L

Con cinta adhesiva

SEÑALIZAR LAS ZONAS DONDE SE SITUARÁ CADA USUARIO

Por diferenciación de colores en tatami



AFORO DE ZONA DEPORTIVA ÚTIL

F i O F X O R # G H O # D I R U R # \ # G I V W U I E X F I 3 4 Q

El cálculo de la sala de entrenamiento propuesta se ha resuelto mediante la aplicación de los valores de densidad de ocupación y los protocolos de seguridad establecidos en el Ministerio de Sanidad, teniendo en cuenta las zonas libres de elementos de mobiliario y entrenamiento



Documento Básico DB SI del Código Técnico de la Edificación



**GIMNASIOS/ ZONAS DE PÚBLICO
CON APARATOS**

5 m² /PERSONA

**ZONAS DE PÚBLICO EN
GIMNASIOS SIN APARATOS**

1.5 m² /PERSONA

PROPUESTA PARA LA FASE II

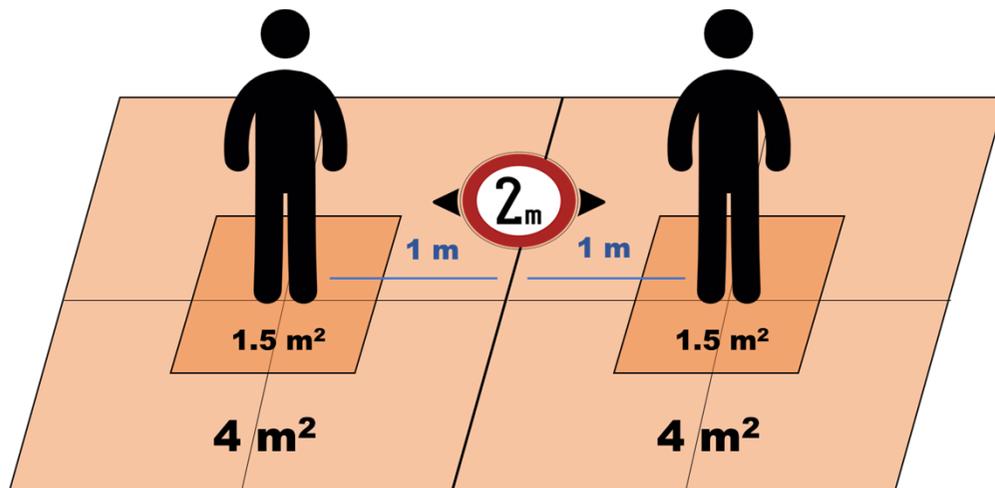
4 m² /PERSONA

AFORO DE ZONA DEPORTIVA ÚTIL (2)

F i O F X O R # G H O # D I R U R # \ # G I V W U I E X F I 3 4 Q # L

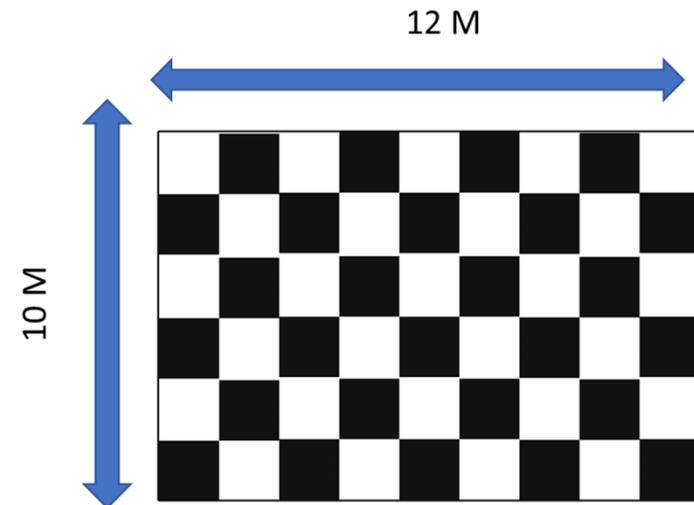
Normalmente los usuarios disponen de 1.5 m² cada uno en su zona de entrenamiento

Para garantizar la distancia de seguridad, cada persona debería disponer de 4 m².



Al dividir la superficie de la sala entre 4, se obtiene el aforo teórico máximo.

Por ejemplo,, si la sala tiene 120 m², entrarían a razón de 120/4= 30 personas



SESIONES

1. Adaptación a la situación actual.
2. Reducción duración de sesiones diarias para dar cabida a todos los usuarios
3. Posible cancelación de entrenamientos específicos hasta regreso a normalidad
4. Siempre cumplimiento de protocolo de acceso
5. Siempre cita previa
6. Entrenamiento individual en la teórica zona segura

TIEMPOS

1. Sesiones más cortas (30 o 40 min).
2. Tiempo entre sesiones para desinfectar material y zonas de entrenamiento
3. Llegada de usuarios máximo 5 min. antes de sesión para evitar aglomeraciones.

MATERIALES

1. Material de uso intransferible entre usuarios.
2. Hay que desinfectarlo entre sesión y sesión
3. No podrán utilizarse en parejas
4. El club deportivo no prestará protecciones que deban ser de adquisición personal a ningún usuario.



FINALIZACIÓN DE LA SESIÓN

SURWRFROR #DEDQGRQR #GH#
V D O D

Abandono de la sala por orden



Se saldrá primero en función de la cercanía a la salida



Al salir, se irá a la zona de desinfección, se lavará las manos con hidrogel y se pondrá la mascarilla



Se abandonarán las instalaciones sin detenerse a hablar con otros usuarios



Se prohíbe quedarse como espectador en otras sesiones y se procurará no colapsar los accesos y salidas

FINALIZACIÓN DE LA SESIÓN (2)

P H G I G D V # G H #
G H V I Q I H F F I 3/4 Q # A #
S U H Y H Q F I 3/4 Q

Disolución de lejía (1:50) recién preparada o cualquier desinfectante de actividad virucida para desinfección



Limpieza y desinfección de cada puesto de trabajo en cada cambio de turno

Desinfección de instalaciones y material después de cada sesión o entrenamiento y, al menos, dos veces al día. Al igual que antes de la apertura de las instalaciones a la actividad.



Cuando haya más de un trabajador, la limpieza se extenderá a las zonas privadas de los trabajadores no solo las comerciales

Tras la desinfección, materiales y epis utilizados serán deshechados de forma segura



Lavado y desinfección diaria del uniforme de trabajo y ropa de entrenamiento: lavado de forma mecánica en ciclos entre 60 y 90 grados

FINALIZACIÓN DE LA SESIÓN (3)

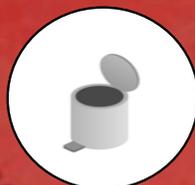
P H G I G D V # G H #
G H V I Q I H F F I ¼ Q # A #
S U H Y H Q F I ¼ Q # L

Habrà una ventilaci3n adecuada



Si un trabajador tiene los sntomas se pondrà en contacto con el tel3fono habilitado para ello por su CCAA. Se podrà establecer un sistema de incidencias y control.

Las papeleras de tapa y pedal deberàn ser limpiadas, al menos, una vez al dìa



Se respetarà la distancia mìnima de 2 metros en todo momento y en todas las zonas de las instalaciones.

El uso del aseo serà en caso estrictamente necesario



El tiempo de permanencia en las instalaciones serà el estrictamente necesario



COMITE OLIMPICO
ESPAÑOL



MUCHAS GRACIAS POR LA ATENCIÓN



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE