

FAQ's

Actividad Físico Deportiva y Uso de Instalaciones Deportivas Postcovid19

Dirección General de Deportes



PRÁCTICA FÍSICO DEPORTIVA

¿Puedo hacer deporte o ejercicio físico en grupo? ¿Con qué restricciones?

Sí, está permitida la práctica de cualquier actividad físico-deportiva colectiva, **tanto federada como no federada**, siempre que **no implique contacto físico**.

Restricciones a la práctica de la actividad físico-deportiva varían atendiendo al lugar donde se lleve a cabo:

- Al aire libre no existe restricción, salvo la de respetar las medidas de seguridad e higiene establecidas por las autoridades sanitarias.
- En una instalación deportiva **al aire libre**: límite **80%** del aforo.
- En instalaciones deportivas **cubiertas y en centros deportivos**: **75%** del aforo.
- **Práctica individualizada**, habrá de respetarse un espacio de **4 metros cuadrados** por persona.
- En todo caso, deberá velarse porque la **composición del grupo sea estable**.

PRÁCTICA FEDERADA:

¿Podemos empezar a jugar o entrenar en modalidades deportivas colectivas: Fútbol, Baloncesto, Balonmano,...?

Sí, siempre que no se produzcan situaciones de contacto físico.

Pueden realizar práctica deportiva con contacto físico en deportes los deportistas federados que:

- Tengan la condición de **profesionales**, art. 1 del Real Decreto 1006/1985.
- Tengan la condición **DAN y DAR** (normativa estatal o autonómica).
- Pertenezcan a **equipos federados de composición mixta**: profesionales y no profesionales, con competiciones nacionales por finalizar.
- **La Federación** correspondiente debe disponer medidas específicas dentro de **su Protocolo**, para esos casos.
- Se recomienda que los **grupos sean estables y reducidos**.

¿Se puede jugar al voleibol / voley playa?

En modalidades deportivas de pista dividida, como el **Voleibol y el Voley playa y otras prácticas como "futvolei"**, **no existe restricción de práctica**, pues se considera que no hay contacto físico y además tienen cancha o campo de juego dividido.

También pueden practicarse deportes de implemento, como **Tenis, Pádel, Bádminton, Pelota, Squash, y otras como el golf.**

***Para práctica deportiva federada y no federada.**

¿Qué es necesario para que un equipo federado pueda comenzar con los entrenamientos?

-**La existencia de un PROTOCOLO elaborado por la FEDERACIÓN deportiva** competente, que publicarán del en su web, incluyendo las medidas preventivas necesarias.

-Adoptar las **medidas necesarias para evitar aglomeración** de jugadores, deportistas, espectadores y acompañantes.

-Podrán entrenar **hasta un máximo de 30 personas simultáneamente, y sin contacto físico.**

-Siempre que sea posible, durante la práctica de la actividad físico-deportiva deberá **mantenerse la distancia de seguridad interpersonal (1.5 m), e incluso es recomendable ampliarla.**

¿Se puede compartir material deportivo, como balones, pelotas, raquetas, etc.?

Con carácter general, **NO se compartirá ningún material**, pero cuando esto no fuera posible, porque la actividad deportiva lo requiera:

- debe garantizarse la presencia de elementos de higiene para su uso continuado,
- los deportistas se limpiarán las manos con geles hidroalcohólicos.

¿Se puede compartir calle en una piscina de uso deportivo?

SI se puede compartir la calle, con una separación entre los nadadores de **2 metros**. Debe respetarse el límite del aforo de la instalación, **el 75%**.

*“Cuando la piscina se divida por calles de entrenamiento, **se organizará su distribución** de forma que se organizará su ocupación en calles contiguas de forma tal que sus sentidos de progresión permitan **minimizar la duración de las aproximaciones**, manteniendo, en todo caso, la suficiente **separación** entre los nadadores en la misma calle, y con las **medidas adecuadas** de seguridad y protección sanitaria”*

¿Se pueden hacer campus deportivos en instalaciones deportivas convencionales?

SÍ, no obstante deben respetar la limitación de la práctica físico deportiva para el **contacto físico**. Además, las actividades a realizar **en instalaciones deportivas convencionales** estarán sujetas a los siguientes criterios generales de uso (Acuerdo 29/2020):

- No compartir material en lo posible.
- Dejar bolsas y objetos personales en los lugares habilitados.
- No compartir alimentos ni bebidas.
- Lavarse las manos con hidrogel.
- Utilizar mascarillas en los espacios de circulación si no es posible mantener la distancia.
- Los monitores o entrenadores deben llevar mascarilla si no es posible mantener la distancia.

¿Puedo organizar un evento deportivo?

SÍ, el organizador del evento debe contar con un **PROTOCOLO ESPECÍFICO** que debe comunicar a los participantes, y que debe contemplar:

- Las medidas necesarias para **mantener la distancia de seguridad** interpersonal con y entre los espectadores.
- Recomendar el uso de **mascarilla** por parte de los espectadores.
- Evitar la **circulación de personas y posibles aglomeraciones**, diferenciando zonas o espacios, distribuyendo por tandas o espacios la actividad, etc.

Por otro lado, el **límite de deportistas participantes será de 300.**

¿Puedo hacer deporte libremente a pesar de ser una persona en riesgo de vulnerabilidad?

Las personas de riesgo deben **extremar las precauciones y cuidados** a la hora de preparar y realizar salidas para hacer deporte como para cualquier otra actividad. El COVID-19 les hace especialmente vulnerable. Estos colectivos deben **aumentar en extremo la higiene, las medidas de autoprotección y el distanciamiento social.**

El **Acuerdo 29/2020**, de 19 de junio, de la Junta de Castilla y León aprueba el Plan de Medidas de Prevención y Control para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 en la Comunidad de Castilla y León, **no contempla esta circunstancia** por tratarse de una medida que queda en el **ámbito privado del individuo.**

¿Cuáles son los aforos de ocupación de las instalaciones deportivas al aire libre? ¿Cómo lo calculamos?

En el caso de los entrenamientos, competiciones o eventos que se celebren en **instalaciones deportivas convencionales al aire libre**, podrán practicar o competir en una instalación, no superando el **80% de su aforo**.

Se establecerán unas **recomendaciones** de uso de las instalaciones convencionales para entrenamientos (**Anexo I**).

En el caso de asistencia de **público**, **este** siempre permanecerá sentado y **no se superará el 50% del aforo permitido**, con un límite **máximo de 1.000 personas** tratándose de actividades al aire libre, si no hay **butacas preasignadas**. Si hubiera **butacas preasignadas**, el límite máximo de 1.000 personas, no opera.

-Deberán establecerse las **medidas necesarias para mantener la distancia de seguridad interpersonal** durante la actividad (1.5 metros).

-Siempre que sea posible, la colocación del público **en diagonal**.

¿Cuáles son los aforos de ocupación de las instalaciones deportivas cubiertas? ¿Cómo lo calculamos?

En el caso de los entrenamientos, competiciones o eventos que se celebren en **instalaciones deportivas convencionales cubiertas**, podrán practicar o competir en una instalación, no superando el **75% de su aforo**.

-la asistencia de público, queda supeditada al **50% del aforo permitido**, siempre que **cuenten con butacas preasignadas**, distribuido de manera homogénea para todo el recinto o espacio, sin que pueda sobrepasarse en ninguna zona o sala.

-En el caso de que **no cuenten con butacas preasignadas**, podrá asistir público siempre que éste permanezca **sentado** y que no se supere el **50% del aforo permitido**, con un límite máximo de **500 personas**.

-Deberán establecerse las **medidas necesarias para mantener la distancia de seguridad interpersonal** durante la actividad (1.5 metros).

-Siempre que sea posible, la colocación del público **en diagonal**.

¿Es necesario el uso de mascarillas dentro de la instalación deportiva?

Los organizadores de eventos deportivos deberán contar con un **protocolo específico en el ámbito de la COVID-19**, el cual deberá contemplarse las **medidas necesarias** para mantener la **distancia de seguridad interpersonal** con y entre los espectadores, y si no fuera posible, la utilización de medidas alternativas de protección física como el uso de mascarilla por parte de estos.

Es recomendable **utilizar mascarilla** en todo momento en que se circule por la instalación, excepto durante la propia práctica deportiva.

¿Se pueden abrir, y usar libremente las pistas polideportivas exteriores que no tienen sistema de cita previa?

¿Y las que exigen cita previa? ¿Y alquilar pistas?

Sí, si bien los/as usuarios/as deben respetar las normas vigentes, en especial que **no haya contacto durante la realización de la actividad física o deportiva.**

Se puede **alquilar un campo de fútbol** para jugar un partido de fútbol, siempre que **no haya contacto físico** entre los jugadores.

Se puede **alquilar un pabellón deportivo** para jugar a algún deporte colectivo, siempre que **no haya contacto físico** entre los jugadores.

¿Puedo abrir la instalación a espectadores para un evento deportivo?

Sí, siempre que se cumpla con la normativa respecto de las medidas de aforo, prevención, higiene, desinfección recogidas en la normativa.

Recordamos que la entidad organizadora debe disponer de un protocolo para dicho evento y darlo a conocer públicamente a los participantes y asistentes.

¿Cada cuánto tiempo es necesario desinfectar y limpiar la instalación deportiva? ¿Qué elementos serían los necesarios?

Realizar **diariamente y de manera regular, la limpieza y desinfección de las instalaciones**, con especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes.

Esto también será de aplicación a los **parques y zonas deportivas de uso público al aire libre**.

Se recomienda realizar limpieza y desinfección **tras cada turno** de entrenamiento o práctica deportiva.

Deben realizarse **tareas de ventilación periódica** en las instalaciones y, como mínimo, **de forma diaria y durante el tiempo necesario** para permitir la renovación del aire.

¿Se pueden utilizar los vestuarios?

Sí, pero bajo las condiciones que establezca la normativa:

*“La **ocupación máxima para el uso de los aseos, vestuarios**, será de **una persona para espacios de hasta 4m. cuadrados** (salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia).”*

*Para aseos con más de una cabina o urinario, la ocupación máxima será del **50% del número de cabinas y urinarios** debiendo mantenerse durante su uso la **distancia de seguridad interpersonal.**”*

Recomendamos que si se puede evitar su uso, se evite. Los equipos locales pueden prescindir de ellos.

Recomendamos también el uso de mascarilla dentro del vestuario (salvo para la ducha).

Medidas de higiene y prevención en piscinas de uso colectivo

Limpieza y desinfección de las instalaciones con especial atención a los espacios cerrados como vestuarios o baños **con carácter previo a la apertura de cada jornada.**

Deberán **limpiarse y desinfectarse los diferentes equipos y materiales**, así como cualquier otro elemento en contacto con las personas usuarias, que forme parte de la instalación.

Los biocidas a utilizar para la desinfección de superficies serán aquellos del tipo de producto 2, referidos en el Anexo V de Reglamento (UE) n.º 528/2012 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 22 de mayo de 2012, relativo a la comercialización y el uso de los biocidas. Asimismo, podrán utilizarse **desinfectantes como diluciones de lejía 1:50** recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad viricida que se encuentran en el mercado y que estén debidamente autorizados y registrados.

El uso y limpieza de los aseos se llevará a cabo de conformidad con lo previsto en la letra a) del apartado **2.1 del Acuerdo 29/2020.**

Anexo I. Recomendaciones sobre el uso y Ocupación de Instalaciones Deportivas Convencionales

INSTALACIONES CUBIERTAS:

- **Pabellón con pista polideportiva (40X20):** 20m cuadrados por deportista (30 personas máximo, el 75%).
- **Pabellón dividido en tercios:** 20 personas máximo en cada uno.
- **Otras salas** (Gimnasia, Tatamis, etc.): 4 m. cuadrados por persona.

Grupos estables

INSTALACIONES AL AIRE LIBRE:

- **Pista polideportiva (40x20):** 20m cuadrados por deportista (32 personas máximo, el 80%).
- **Campos de fútbol, rugby y similares:** 80 m. cuadrados por deportista.
- **Pista de atletismo:** no sobrepasar el límite de 180 personas en todas las partes de la misma.
- **OTRAS PISTAS:** 4m cuadrados (individualizada) / 20m cuadrados (otras prácticas)

Actividad Físico Deportiva y Uso de Instalaciones Deportivas Posctovid19

Dirección General de Deportes

Contacto: deportes@jcyl.es

