

LES REGIONS SANITÀRIES DE LLEIDA I BARCELONA (UNIFICADA) (EXCEPTE ALT PENEDÈS I GARRAF)

ESPORTISTES FEDERATS



Persones amb llicència federativa en vigor.



Pràctica esportiva a l'aire lliure.



A l'aire lliure, inclosos espais naturals.
Dins dels límits de l'àmbit territorial de la regió sanitària.

En les modalitats on inter-vinguin animals, la pràctica es podrà realitzar on es trobin els animals, a l'aire lliure, sota règim de cita prèvia i d'acord amb l'horari de pràctica previst.



En grup de fins a 10 persones, sense contacte.

Amb ús d'equipació esportiva.
Sense assistència de persona encarregada de l'entrenament.
En cas d'esport adaptat, amb acompanyament d'altra persona esportista.
Amb aplicació permanent de mesures de prevenció i higiene per prevenir el contagi.
Amb acreditació mitjançant llicència.



De 6 h a 10 h i de 20 h a 23 h.

INSTAL·LACIONS



Practicants federats i no federats.



Entrenaments individuals.
Entrenaments de modalitats d'un contra un sense contacte.

Entrenaments grupals de fins a 10 persones sense contacte en instal·lacions descobertes.



Instal·lacions descobertes, i centres esportius amb un terç de l'aforament.

Excloses zones d'aigües.

Amb la limitació geogràfica de referència per a la desescalada.



Entrenament individual o d'un contra un.
Entrenament grupal de fins a 10 persones en instal·lacions descobertes.

Amb equipació esportiva.
Mitjançant sistema de torns i cita prèvia.
Amb acompanyament d'entrenador si s'acredita necessitat, per esportistes menors o per pràctica d'esport adaptat.
Obertura de vestuaris en centres esportius.



Sense limitació horària.

PISCINES D'ÚS ESPORTIU



Preferència de persones federades.



Entrenaments individuals.
Entrenaments de modalitats d'un contra un sense contacte.



Piscines cobertes i descobertes, amb un terç de l'aforament.
Amb la limitació geogràfica de referència per a la desescalada.



Entrenament individual o d'un contra un.

En la pràctica per carrils, per sistema que eviti acumulacions i mantenint distància de seguretat.
Mitjançant sistema de torns i cita prèvia.

En la pràctica per carrils, només un esportista per carril.
Amb acompanyament d'entrenador si s'acredita necessitat, per esportistes menors o per pràctica d'esport adaptat.

Obertura de vestuaris sense dutxes ni fonts d'aigua.



Sense limitació horària.

Mesures d'higiene:

Neteja a fons i desinfecció inicial.

Desinfecció de material en contacte amb usuaris.

Ús de dilucions, viricides o biocides autoritzats.

Delimitació dels espais d'ús personal en zones comuns, amb distància de seguretat de 2m.

Els afectes personals de cada usuari han de romandre dins del perímetre propi de seguretat.

Ús individual de banys i reforç de la neteja i desinfecció.

Cartelleria i ús de megafonia per indicar mesures d'higiene.

LLIGUES PROFESSIONALS



Esportistes de Lligues professionals.



Entrenament total.
Competició.



En les instal·lacions del club esportiu o SAD.
Sense limitació de desplaçament geogràfic.



Entrenament, segons protocol CSD

Control mèdic + proves analítiques a esportistes i personal.

Preferència d'ús d'espais oberts.
Pràctica per grups d'entrenament fins a 14 persones.

Responsable de compliment en cada sessió.

Personal tècnic amb dotació d'EPIs i distància de seguretat.

Es permet la presència de personal de suport, en el mínim imprescindible.

Sense compartir material o avituallament.

En cas de positiu COVID-19:

- Aïllament.
- Desinfecció i neteja de la instal·lació.
- Proves a tot l'equip esportiu amb aïllament fins l'obtenció de resultats.
- Recomanació de controls diaris.

Competició, segons protocol CSD:

Per norma general, a porta tancada.

Aforament màxim del 50%.
Assistència de mitjans per a la retransmissió.

Sortida d'esportistes en grups d'acord amb la indicació de les autoritats sanitàries.

Formació de personal en l'ús d'instruments per a la presa de temperatura adequada.

Separació de 3m als vestuaris.

L'organitzador ha de prendre mesures que garanteixin la integritat de la competició encara que hi hagi casos de positiu de COVID-19.



Sense limitació horària.