

PROTOCOLO DE SEGURIDAD, HIGIENE Y PREVENCIÓN

ACTIVIDADES FISICAS

1).- PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE ATLETISMO EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID- 19

CONSIDERACIONES GENERALES

HORARIOS: de 8:00 a 18:00hs

SECCIONES: podrán ser tantas dentro los que el horario habilitado lo permita, respetando la condición de agrupamiento por metros cuadrados del espacio de trabajo.

AGRUPAMIENTO: Podrá haber más de un entrenador respetando la distribución en el espacio y el uso personalizado de los elementos. Mínimamente un distanciamiento de 6 x 6 metros por atleta. -

INFORME: los entrenadores deberán informar a la Federación su plan de horarios y lista de atletas con la debida autorización digitalizada de padres en caso de tratarse de menores de 18 años, a fin de generar el salvoconducto federativo. -

SEGURIDAD SANITARIA ACCESO:

- Se realizará el control y registro de temperatura. Si presentaran síntomas de la enfermedad no asistirá al entrenamiento y se pondrán en marcha los protocolos.
- Se limitará el ingreso al establecimiento exclusivamente al entrenador y atletas con salvoconducto de acuerdo al horario previamente informado.-
- Se incorporará en el acceso al establecimiento una alfombra de hipoclorito diluido para que los asistentes realicen la limpieza del calzado al ingreso.-

PRECAUCIONES:

- Considerando todas las acciones previstas como toma de conciencia de parte de los involucrados para el traslado desde y hacia el espacio de entrenamiento, cuidados a considerar:

1.- Salida del domicilio: cubriéndose la boca y nariz con barbijo o tapaboca, con anteojos y en caso de cabellos largos correctamente atados, trenzados y / o con gorros.

2.-Regreso al domicilio: Tomar todos los recaudos al regresar al domicilio para el ingreso al mismo la higiene de calzado, lavado de ropa y baño.-

- Además para el traslado se evitara el transporte público a fin de no entrar en contacto con otros transeúntes, solo en caso de extrema necesidad y no poder resolver de otra forma.-
- En el espacio de entrenamiento se recomienda la habilitación de un sanitario por sexo (solamente se autoriza su uso ante extrema necesidad), los mismos se cerrarán 15 minutos cada sesión de entrenamiento para realizar la limpieza de cada uno de ellos si fueron utilizados.
- Se ofrecerá provisión de todos los elementos para un adecuado lavado de manos con agua y de jabón en sanitarios y se incorporarán dispensers con toallas de papel descartables, limitando el uso de toallas de tela personales.-

- No se utilizarán los espacios comunes de socialización.-
- Toda persona que concurra y/o trabaje en el establecimiento tendrá la obligación de utilizar medidas de protección mediante barbijos antes y después de la Actividad.-

DE LOS ENTRENADORES:

- Instruirá la sesión de entrenamiento sin la participación activa en la misma y deberá usar barbijo durante la misma, en caso de necesidad de quitárselo deberá hacerlo a una distancia mayor de 4 metros del atleta.-
- Deberán difundir con sus atletas las recomendaciones de las autoridades sanitarias locales y provinciales y del Ministerio de Salud de Nación.-
- Exhibición en espacios de circulación común de información OFICIAL de prevención y números de teléfono que el Ministerio de Salud de la Provincia y las autoridades locales.
- Generar personalmente o con personal de limpieza la seguridad sanitaria para sus entrenados, considerando que:
 - Cada espacio de trabajo y de atención deberá contar con esquemas intensificados de limpieza y desinfección de todas las superficies de contacto.
 - Desinfección de las herramientas y equipos de trabajo.
 - El personal de limpieza (si lo hubiera) deberá contar con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición (mascara cubre cara, barbijo, guantes, otros)
 - El entrenador se deberá informar y capacitar en reconocimiento de síntomas de la enfermedad (de acuerdo con lo establecido en el Decreto 206/2020 art 15) y de las medidas de prevención del COVID-19 de acuerdo con la información oficial que comunica el Ministerio de Salud de la Nación y Provincia.
 - Proveerá a cada atleta los elementos que usara durante la sesión los cuales serán de uso exclusivo para cada sesión.
 - Deberán establecer y cuidar que se preserven los distanciamientos entre los asistentes, mínimamente en un radio de 4 metros.-
 - No aplicara ejercitaciones que impliquen el contacto entre las personas, como así también las correcciones técnicas que considera pertinentes serán sin contacto físico y a una distancia mayor de 2 metros.-
 - Deberá desarrollar las actividades en la pista con la previsión de realizar los desplazamientos de trotes y carreras por andariveles con el distanciamiento de más de 10 metros en caso de uso del mismo andarivel; priorizando los desplazamientos uno al lado del otro en los cuales deberán ser a mas de 2 metros de distancia.
 - Controlará y realizara al finalizar cada clase la limpieza de los elementos, si por extrema necesidad un elemento es usado por más de un atleta será responsable de realizar la desinfección con paños con hidroalcohol antes del traspaso a otro atleta.-



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- **DE LOS ATLETAS**

1. Deberán concurrir con sus elementos de higiene y cuidados personales (toalla de mano, botella de agua personal, alcohol en gel, barbijo). En caso de cabellos largos correctamente atados, trenzados y / o con gorros

2. Siendo Misiones una Provincia donde también debemos continuar con la lucha contra el Dengue cada asistente deberá disponer de repelentes contra mosquitos.

3. No se habilitarán los vestuarios, deberán llegar equipados y se retirarán del establecimiento con la misma indumentaria.

2) PROTOCOLO PARA LA PRACTICA Y ENTRENAMIENTO DE MOTOCROSS EN TIEMPOS DE COVID-19

Cabe aclarar que el Motocross es practicado en la mayoría de las localidades de nuestra provincia, (se adjunta listado de practicantes de la disciplina con datos personales y localidad de residencia.)

PROTOCOLO REMOMENDADO PARA LA REACTIVACIÓN DE LA ACTIVIDAD DE PRÁCTICA Y ENTRENAMIENTO PARA EL MOTOCROSS PROVINCIAL (mayo 2020)

Este documento está basado en el protocolo recomendado por la Federación Internacional de Motociclismo (FIM) y la CAMOD, la cual se encuentra de conformidad con las disposiciones establecidas por la OMS para la prevención y mitigación del contagio por COVID 19, y ha sido adaptado para los fines de reactivación de escenarios especializados destinados al entrenamiento del MOTOCROSS, con adaptaciones propias de nuestra actividad deportiva en la Provincia de Misiones.

Dado lo anterior y consientes del cuidado en la prevención de contagios en los deportistas, personal de predio y acompañantes, hemos establecido el presente protocolo destinado a **la primera fase de reactivación, dirigida exclusivamente al inicio de entrenamientos para deportistas de motocross priorizados por ser de representación local provincial y nacional.**

Una segunda fase (2), que corresponde a competencias propiamente dichas, la entendemos como una posterior actividad que la irá marcando la apertura a eventos masivos, o donde se pueda garantizar que reunir a más de 100 competidores con sus mecánicos no generará focos de contagios..

ALGUNAS PARTICULARDADES DEL MOTOCROSS

- Es un deporte individual, no de equipo.
- En el deporte no hay contacto persona a persona
- Los escenarios son especializados y se encuentran por lo general fuera de las zonas urbanas.
- Esta actividad se desarrolla en escenarios privados por lo general en campos abiertos.
- Por ser escenario con control de ingreso, se puede controlar el número de deportistas que acceden a ellos y establecer turnos para prácticas.
- Los equipos de protección inherentes al deporte como casco y gafas ayudan que en la práctica se dé el aislamiento y distanciamiento requerido.

REQUISITOS Y CONTROLES PARA LOS DEPORTISTAS HABILITADOS PARA INICIAR PRÁCTICAS DE MOTOCROSS

El objetivo de este documento es proporcionar una serie de indicaciones preventivas diseñadas para minimizar el riesgo para la salud de la infección por el virus COVID 19. El responsable del escenario, siempre de acuerdo con la normativa vigente, tendrá la tarea de aplicar y hacer cumplir (incluso a través de sus delegados) estas indicaciones adaptándolas a las características del circuito: estructura, tamaño, capacidad de aforo y modalidad deportiva. Estas indicaciones son principalmente de naturaleza higiénico-sanitaria que se deberán observar durante el ejercicio de la actividad de motocross;

- El acceso al circuito no debe ser masivo ni simultáneo, con reserva anticipada en relación con los espacios disponibles o mínimos necesario para respetar la distancia de seguridad.
- No deben reunirse más de 10 deportistas y 10 acompañantes en un escenario.
- Cada deportista puede desplazarse máximo con un acompañante.
- Siempre que se haga apertura de un escenario para entrenamientos deberá estar presente al menos un responsable capacitado y con conocimiento pleno de los protocolos de salud para casos de Covid 19.
- El piloto y su acompañante deberán estar protegidos con mascarilla y guantes (siempre limpios para no constituir fuente de contagio), y deberán tener acceso a alcoholes o sanitizantes en puntos determinados del escenario.
- En el ingreso al escenario se tomarán por medio de termómetro digital la temperatura corporal de cada una de las personas que ingrese al escenario. En caso de temperatura superior a 37,5 ° C se recomienda volver a comprobar la temperatura, de confirmarse el aumento o síntomas sospechosos, se debe restringir el acceso al escenario, establecer aislamiento del sujeto de los contactos cercanos y proceder de inmediato activando los protocolos atención médica dispuestas por el gobierno, incluido el reporte de la situación al número de emergencia.
- Es obligatorio el uso casco, botas, pechera, guantes y toda la indumentaria de protección cuando se realizan las prácticas
- No se permite el intercambio de alimentos y bebidas.
- Evitar el intercambio de equipos de protección técnica, incluso si los limpia.
- En caso de accidente o lesión en entrenamiento: Primero que todo active la cadena de rescate y auxilio al número de emergencia de la región en la que se

encuentre. Si debe auxiliar al deportista, asegúrese de utilizar tapabocas y guantes antes de tener contacto con el accidentado.

- Se debe tener en cuenta que las actividades aquí relacionadas se refieren a entrenamientos a puerta cerrada, es decir sin presencia de público.

GRUPOS Y EDADES DE DEPORTISTAS

Dadas algunas prohibiciones para la circulación y participación de personas según sus edades, y a sabiendas que el MOTOCROSS, es un deporte federativo con categorías desde 6 años, recomendamos hacer una discriminación y salvo conducto para aquellos deportistas menores con licencias federativas que sean sometidas a la aprobación de las autoridades locales.

- Nosotros proponemos los siguientes grupos etarios para girar en los circuitos: Pilotos entre 6 y 14 años
- Pilotos ente 15 a 18 años
- Pilotos mayores de 18 años hasta 60 años



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

3) PROTOCOLO PARA LA VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS DE FUTSAL CAFS EN TIEMPOS DE COVID- 19

NUEVOS HABITOS SANITARIOS:

Durante toda la actividad no podrá haber:

- Ningún tipo de CONTACTO FISICO
- En los entrenamientos se deberá desarrollar únicamente la técnica individual y el acondicionamiento físico específico Del jugador.
- Se desarrollara en un lugar con una superficie no menor a los 1000metros cuadrados, máximo dos veces a la semana. (Ejemplo de superficie mayor a 1.000 metros cuadrados, máximo 5 jugadores)

PROTOCOLO A SEGUIR:

- Una persona responsable de las instalaciones deberá estar presente para acompañar el cumplimiento de estas normas
- Las clases serán conducidas únicamente por un profesor el cual deberá tener colocado el tapa boca correspondiente.
- Clases grupales con un máximo de 5 jugadores (un equipo) y realizar actividades respetando la distancia social.

TRASLADO AL CLUB:

1. Antes de salir de casa lavarse las manos con agua y jabón colocarse alcohol en gel, desinfectar la indumentaria con alcohol 70-30.
2. Utilizar barbijo
3. Llevar su propia botella de agua y toalla
4. Dirigirse al campo de juego directamente sin utilizar los vestuarios, deberán venir desde la casa con la indumentaria adecuada.

ACCESO AL CLUB:

- Ingresar solo, únicamente con lo necesario para la actividad.
- En la puerta se aplicara alcohol en gel, y 70 -30 para desinfectar sus pertenencias.
- Se colocara una alfombra con agua y lavandina para la desinfección del calzado.

PRÁCTICA DEPORTIVA:

1. El profesor deberá tener barbijo
2. La práctica tendrá una duración máxima de 40 minutos
3. Cada participante deberá tener sus elementos de trabajo preveniente desinfectados por la persona a cargo.
4. El profesor será el único encargado de la distribución de los materiales
5. El deportista deberá tener su botella de hidratación
6. Se deberá respetar el distanciamiento correspondiente
7. El profesor será el encargado de hacer cumplir el protocolo.
8. No habrá contacto físico en ningún momento
9. Todos los ejercicios como ya se describió anteriormente deberán ser para técnica individual y acondicionamiento físico específico.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

AL FINALIZAR LA PRÁCTICA:

- Los deportistas deberán siempre mantener el distanciamiento social
- Deberán abandonar en un tiempo de 10 minutos el establecimiento.
- En un sector del campo aislado cambiarse únicamente la remera y el calzado, colocando lo utilizado en una balsa plástica y posteriormente en su bolso.
- Desinfectar todos los materiales utilizados.

RETORNO A CASA:

- Directamente a sus domicilios sin entrar en contacto con otra persona
- Desinfectar todas sus pertenencias
- Bañarse inmediatamente con mucha agua y jabón.

CUMPLIMIENTO DEL PROTOCOLO TODOS AQUELLOS CLUBES, JUGADORES, AFILIADOS Y FEDERADOS EN LA CONFEDERACION ARGENTINA DE FUTSAL DEBERAN CUMPLIR DE MANERA ESTRICTA ESTE PROTOCOLO ESTABLECIDO PARA SUS ENTRENAMIENTOS.

4) RECOMENDACIONES DE LA PRACTICA DE TENIS DE MESA DURANTE LA PANDEMIA COVID-19.

El presente documento tiene por objetivo establecer las bases para el inicio de la práctica del tenis de mesa, con las condiciones necesarias, en función del contexto actual de pandemia, la normativa vigente y las características propias del deporte. Está principalmente orientado a la práctica deportiva del tenis de mesa en general y posee un apartado específico para los entrenamientos que realiza la Selección Nacional Argentina en las instalaciones del CeNARD.

Responsabilidad de las instituciones afiliadas: En la oportunidad de flexibilización de la cuarentena que cada jurisdicción acuerde, las instituciones afiliadas a la Federación Argentina de Tenis de Mesa deberán tomar en cuenta el presente documento y desarrollar sus protocolos de acuerdo a las realidades de cada lugar de juego.

El Tenis de Mesa es un deporte que garantiza -por sí mismo- la distancia social recomendada por los organismos oficiales de salud y gubernamentales, en el marco de la pandemia Covid-19 declarada por la OMS el 15/03/2020 y la vigencia, en Argentina, del DNU N°297/20 que establece el aislamiento social preventivo y obligatorio desde el 20 de marzo de 2020. Para entrenar tenis de mesa existe una distancia mínima entre jugadores/as, de 2,70mts por las características propias de la disciplina. En ocasiones esa distancia alcanza incluso los 3,5 metros según el momento de la práctica. Por lo tanto, no hay contacto necesario y directo entre atletas y con los técnicos.

Las adaptaciones de las prácticas y entrenamientos del tenis de mesa deberán considerar estrategias seguras e incluir los siguientes temas:

- Desarrollo de protocolos en cada jurisdicción y/o lugares de juego. Su aplicación y supervisión.
- Charlas explicativas y capacitaciones para la comprensión de los protocolos, orientada tanto a jugadores como técnico y dirigentes.
- El traslado seguro de las personas involucradas.
- La organización de grupos de entrenamiento.
- Los elementos de juego y su higienización.
- La señalización de los espacios.
- El reporte a las autoridades sanitarias ante cualquier anomalía. Es obligación de todos cuidarnos,

Tipos de práctica y grupos:

corresponderá a cada jurisdicción profundizar estos aspectos -también- en función de los permisos que se otorguen y el grado de flexibilización o fases de la cuarentena de cada lugar.

Por edades:

- Menores
- Jóvenes y adultos

•Adultos mayores: excluidos por las recomendaciones sanitarias de público conocimiento. Por categorías de práctica:

- Grupos de juego recreativos: prioridad baja
- Grupos federados: prioridad media
- Grupos de alto rendimiento: prioridad alta

La mesa, estructura y espacios:

Se ubicarán con mayor separación a la mínima establecida en cada salón de entrenamiento. Se sugiere una distancia de entrenamiento mesa de por medio, retirando la mesa que no se usa para que no se utilice como punto de apoyo ni en forma itinerante. Ejemplo: si un salón disponía de 8 mesas, retirar 4 de ellas y dejar 4 bien distanciadas.

Las paletas y pelotitas:

Las paletas correrán por cuenta y responsabilidad, de cada uno, tanto en su identificación e higiene. Para las pelotitas se sugiere generar una marca en las pelotitas para identificarlas - en forma segura- por duplas de entrenamiento.

El piso (sea de goma, madera o cemento) será delimitado con cinta o cualquier otro elemento con el fin de respetar los espacios físicos de acuerdo a las medidas indicadas en este protocolo.

Grupos de práctica seguros:

Se sugiere organizar turnos de entrenamiento por grupos de jugadores/as y sostenerlos, para permitir que ante una inesperada contagiosidad, pueda ser aislado ese grupo según los protocolos sanitarios y no todo el conjunto de personas.

Los espacios de entrenamiento deberán contar toda aquella cartelería, documentación y señalización que promueva o facilite la prevención:

- Protocolos nacionales y provinciales.
- Recomendaciones sobre como lavarse y desinfectarse las manos.
- Recomendaciones específicas para la práctica del deporte.

Corresponderá a cada establecimiento definir e implementar las practicas necesarias para garantizar la higiene general del lugar de entrenamiento y sus alrededores (accesos, baños, etc.).

En tal sentido se recomienda la presencia de productos de higiene y de protección contra el Covid19 como lo son el alcohol en gel, jabón líquido, toallas descartables para baños, barbijo de repuesto, etc.

A su vez, se insta a reforzar las actividades de limpieza y desinfección que normalmente se realizan dentro de la institución contemplando a todas las actividades deportivas y durante la mayor cantidad de veces diariamente posible.

Es responsabilidad de cada jugador/a, la higiene de sus elementos personales de juego.

Uso de tapaboca-nariz: será obligatorio durante todo el trayecto de traslados hasta el CeNARD, tal como lo establece la normativa vigente y, además, al interior del lugar para ir del gimnasio a los baños.

Traslado seguro. Ingreso y salida de las instalaciones. Podrán solamente asistir a los entrenamientos los técnicos y atletas que puedan trasladarse al CeNARD caminando o



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

a través de sus vehículos personales. Deberá respetarse siempre la distancia mínima sugerida de 2mts entre personas.

Atletas y grupos de entrenamientos. Se plantea una máximo de 6 atletas y 1 entrenador por grupo de entrenamiento, dándole prioridad a la selección mayor. En una segunda etapa se propone continuar con la incorporación de juveniles a esta misma modalidad.

Espacio del Gimnasio C y turnos de juego: se reducirá a tres mesas de juego y 6 atletas por turnos más un entrenador. Cada atleta deberá dejar sus pertenencias en sectores determinados y señalizados -rombos rojos en plano- manteniendo una distancia apropiada entre cada uno de ellos mientras se circula en el espacio. Se realizarán prácticas por tiempos determinados y descansos para hidratación cada uno en su sector.

Se deberán promover mecanismos para capacitar e instruir a quienes realicen la práctica deportiva, al personal que realice la desinfección de las instalaciones y a todas las personas que pudieren transitar por ellas, sobre modos y prácticas seguras para evitar el contagio.

Se difundirá por las vías oficiales el contenido del presente protocolo y toda aquella información complementaria que se reciba de organismos oficiales, para propender a la actualización constante.

A la par de lo indicado, se recomienda que el entrenador en cada inicio de turno, refuerce con los jugadores los principales aspectos a cumplir y respetar por todos los atletas mientras estén presentes en las instalaciones.

5) RECOMENDACIONES PARA LAS SALIDAS EN BICICLETA DURANTE LA PANDEMIA COVID-19.

La Asociación Misionera de Ciclismo de Montaña presenta el siguiente protocolo para la reanudación de la actividad ciclística de la provincia:

Salidas recreativas o como medio de transporte:

Dirigidas a todas aquellas personas que utilizan la bicicleta como medio de traslado dentro de la ciudad, y también para aquellos que la usan como esparcimiento o por cuestiones de salud. Entrenamientos deportivos:

Destinadas a todos los deportistas de la provincia que tienen como objetivo la competición y por ello, deben mantener su forma física y rendimiento para cuando se normalice el periodo competitivo.

PROTOCOLO SANITARIO GENERAL:

Usar siempre el casco, lentes, tapa boca y guantes.

- Horarios establecidos por cada municipio.
- Salir con documento de identidad y celular con el número de contacto de emergencia en primer lugar de la agenda.
- Salir de manera individual o acompañado de una persona que comparta el domicilio.
- Nunca salivar o expulsar mucosidad en la vía pública durante todo el entrenamiento
- Siempre llevar nuestro propio bidón de agua y no compartir.
- Evitar paradas para descansar.
- Extremar medidas de seguridad para evitar cualquier tipo de accidente, ya que esto nos podría enviar a un hospital.
- Lavar y desinfectar la bicicleta al finalizar la salida. Esto se debe realizar antes de guardar la bicicleta dentro de casa.
- Lavar bien toda la ropa, indumentaria y accesorios utilizados (ropa, casco, zapatos, lentes, etc.).

Salidas recreativas o como medio de transporte:

Para la utilización de la bici como traslado hacerlo dentro de los límites de la ciudad.

Para salidas recreativas no exceder los 5km fuera del casco urbano. Cada municipio deberá definir un tramo específico para esta práctica. Salida según el día asignado por el DNI (por ejemplo: par o impar).

Entrenamientos deportivos:

Para entrenamientos deportivos el tiempo deberá ser el mínimo necesario, con el fin de estar la menor cantidad de tiempo posible expuestos. Como máximo 2 ciclistas (por razones de seguridad), pudiendo andar a la par con una distancia mínima de 2 metros, y no deben andar a rueda del otro ciclista (uno detrás de otro).

Solo circular por las rutas y caminos habilitados por las autoridades municipales y/o provinciales.



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

6) PROTOCOLO PARA LA PRACTICA DEL TIRO CON ARCO EN TIEMPOS DE COVID-19

La Asociación Misionera de Tiro con Arco (AMiTA), afiliada a la FATARCO (Federación Argentina de Tiro con Arco), adhieren al presente protocolo para el retorno a la práctica.

INTRODUCCIÓN

El tiro con arco tiene unas peculiaridades concretas que hacen que su práctica pueda ser accesible y segura durante el Covid-19.

ENTRE ELLAS DESTACAN:

- Es un deporte que se practica al aire libre.
- Es un deporte individual, que no requiere contacto físico.
- El distanciamiento social es fácil de ejercer, por ser en campos abiertos.
- Los arqueros no requieren interacción con personal administrativo o deportivo del Club donde se desarrollan las actividades, deben llegar al campo de tiro, realizar el entrenamiento, y salir inmediatamente después de las instalaciones del Club.
- Los pagos se realizan de manera electrónica en plataformas digitales o aplicaciones dispuestas por los clubes de tiro con arco.

Debido a estas características, se ve que en muchos países se autoriza la práctica del tiro con arco en las condiciones del Covid-19, como es el caso de Estados Unidos - en más de 30 estados-, Alemania, Australia, Japón, Suecia, Finlandia, Dinamarca, Singapur, en los cuales se han aplicado protocolos de seguridad y prevención que fueron consultados como referencia para la elaboración de este documento.

La apertura de los campos de tiro en Misiones podría favorecer la imagen del tiro con arco como un deporte saludable, al aire libre y sin Covid-19.

Para que ello sea posible, la Asociación Misionera de Tiro con Arco pone a su consideración este protocolo que contiene las normas para el Tiro con Arco mientras se mantengan las condiciones de presencia del Covid-19, para la revisión y aprobación por parte de los Ministerios del Deporte y de Salud, el cual podría servir de guía para clubes deportivos de tiro con arco y arqueros en todo el país.

RECOMENDACIONES GENERALES:

Este documento describe las medidas a tomar en los campos de tiro de cara a su reapertura para la práctica deportiva de este deporte, y abarca exclusivamente el conjunto de las instalaciones propias de un campo de tiro estándar.

Del mismo modo, cabe destacar que se puedan dar casos en los que el campo de tiro pertenezca, o forme parte, de un centro polideportivo multidisciplinar, caso en el cual los usuarios deberán seguir las recomendaciones y medidas adicionales que los gestores de la instalación, el gobierno municipal o autonómico, hayan tenido a bien considerar.

El presente protocolo pretende fijar los lineamientos necesarios para el retorno seguro a la práctica de arquería tanto en la modalidad Sala como Aire Libre.

PROTOCOLO PARA LA PRACTICA DEL TIRO CON ARCO RECOMENDACIONES EN EL ÁMBITO DEPORTIVO:

Las principales actuaciones que se deberán tener en cuenta en las instalaciones deportivas, de cara a su adecuación a la nueva realidad, serán las siguientes:

- Priorizar la actividad al aire libre.
- Establecer una normativa de uso de cumplimiento obligatorio, sobre todo en lo referido a garantizar la distancia mínima de seguridad.
- Intensificar los trabajos de limpieza y desinfección de toda la instalación.
- Dotar a la instalación de alcohol diluido en agua (dilución 70 % de alcohol etílico puro, 30 % de agua) y productos de limpieza para que los usuarios puedan limpiar los materiales que han empleado tras su uso.

También se pueden utilizar pulverizadores con una solución de hipoclorito de sodio y agua (dilución 20 cc de hipoclorito por litro de agua). Los productos derivados del amonio cuaternario también están indicados para tal fin. En todo momento, usar toallas de papel descartables.

- Proveer de equipos de protección individual a los responsables de la instalación.
- Dotar los espacios de carteles informativos, accesibles y visibles, que indiquen las medidas de seguridad y normas de actuación previstas.
- Establecer un sistema efectivo de gestión de reservas de la instalación. Se establecerán turnos para evitar aglomeraciones y que en ningún momento se exceda la capacidad máxima establecida de acuerdo con las dimensiones del espacio concordante con las medidas de seguridad actuales.
- No permitir que los usuarios guarden ningún tipo de material personal en espacios de uso común.
- Los deportistas acudirán a la instalación ataviados con la ropa deportiva necesaria para el desarrollo de su actividad y en lo posible con el arco armado.
- Restringir el acceso a los baños.
- Prohibir el acceso a la instalación a acompañantes o espectadores. Se exceptúan los menores de edad que deben asistir acompañados por un mayor de edad por niño y se debe atender a las normas generales de uso de mascarilla facial en todo momento y limpieza de manos al ingresar.
- Se recomienda retirar bancos y sillas de uso común. Tan sólo se permitirá el uso de superficies habilitadas para el montaje de los arcos. Sí se permitirán sillones de uso personal.

COMO MEDIDA PREVIA A LA PRÁCTICA DEBE TENERSE EN CUENTA QUE:
SI PRESENTA ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS NO DEBE ASISTIR A LAS INSTALACIONES DEL CLUB Y DEBE CONSULTAR A UN MÉDICO:

- Fiebre superior a 37.5°C y uno o más de los siguientes síntomas a mencionar.
- Tos
- Odinofagia (dificultad para tragar)
- Dificultad respiratoria
- Anosmia (pérdida total del olfato)
- Disgeusia (alteración en el sentido del gusto)

➤ Sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica y en los últimos 14 días o haya estado en contacto con casos confirmados COVID-19 o haya viajado fuera del país o a zonas de transmisión local dentro de Argentina.

RECOMENDACIONES EN EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- 1) Establecer un máximo de un arquero por diana y turno, de forma que entre dos arqueros siempre se mantenga una distancia mínima de 1,5 metros.
- 2) Los turnos por entrenamiento estarán dispuestos según la terminación de los DNI, establecidos en números pares turno mañana y números impares turno tarde.
- 3) Se dispondrá de un registro donde se documente la fecha, con hora de entrada y salida de los arqueros, entrenadores, empleados y cualquier otra persona que haya asistido a sus instalaciones, este registro deberá incluir datos para su ubicación, ya que esto permitirá que se puedan rastrear los contactos si ocurriera algún caso positivo para esta enfermedad.
- 4) El uso de barbijos, guantes desechables o gel desinfectante a base de alcohol será recomendable en los momentos que no impida el desarrollo de nuestro deporte, el propio club proporcionará de ser necesario ya sea por rotura u otra cuestión que ocurra de barbijos y guantes de repuesto.
- 5) Al acceder a la instalación, la primera medida obligatoria es higienizar los calzados en la entrada por medio de una base (tapete) ya impregnada de líquido desinfectante, seguido de higiene de manos con agua y jabón o alcohol en gel según Protocolo de la Organización Mundial de la Salud que se adjunta.
- 6) Mientras se esté tirando de ser posible se deberá conservar las mascarillas, no así los guantes.
- 7) Cada arquero tendrá asignado un blanco, que no podrá compartir con nadie más. Dicho blanco convendrá que tenga marcado el nombre del deportista y en lo posible que sea provisto por él mismo. De este modo, se evita tener que ponerse y sacarse los guantes cada vez que haya que ir a recoger las flechas.
- 8) Se recomienda el empleo del reposa arcos para no apoyar el arco en el suelo y evitar, por tanto, que la cuerda entre en contacto con ninguna superficie.
- 9) Se recomienda entrenar tirando series con el mayor número de flechas posibles, y así minimizar el número de desplazamientos desde la línea de tiro a la diana.
- 10) Es importante cuidar dónde se monta y desmonta el arco, pues el objetivo ha de ser evitar que los distintos accesorios entren en contacto con superficies o materiales ajenos al propio deportista. En lo posible, llegar al sitio de entrenamiento con el arco armado.
- 11) En los casos en los que se entre en contacto con algún objeto o superficie de manera directa con las manos, éstas deberán lavarse de inmediato, ya sea con agua y jabón o con geles desinfectantes.
- 12) Tras el entrenamiento, los deportistas deberán limpiar los materiales empleados y las superficies con las que haya estado en contacto con los productos dispuestos por la instalación a tal efecto.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

13) No estará permitido compartir mate, botellas, refrigerios ni otros artículos de uso personal. Se ha demostrado la persistencia del virus en las superficies hasta por 5 días. En caso de querer consumir algo de lo antes mencionado, debe ser individual.

14) Al finalizar la jornada de práctica, debe haber un personal designado para limpiar los objetos y superficies que son de uso común (picaportes, mesas, grifos, etc.) con las sustancias desinfectantes antes indicadas (alcohol diluido 70/30, hipoclorito de sodio diluido al 2%, amonio cuaternario). Tener en cuenta que la limpieza elimina la presencia de gérmenes, suciedad e impurezas y la desinfección con productos químicos los mata. Por eso es muy importante ambos procedimientos. Como es evidente, se tratará de minimizar el tiempo estancia en la instalación, evitando, en cualquier caso, el contacto físico entre las personas.

15) Técnicos, directivos, responsables de mantenimiento y personal de los clubes, deberán llevar barbijo en todo momento, y respetar la distancia mínima de seguridad con todos los presentes en la instalación.

PROTOCOLO PARA LA CORRECTA HIGIENIZACIÓN DE LAS MANOS SEGÚN ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD

Los pasos para una técnica correcta de lavado de manos son:

- ❖ Mojarse las manos.
- ❖ Aplicar suficiente jabón para cubrir toda la mano.
- ❖ Frotar las palmas entre sí.
- ❖ Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.
- ❖ Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- ❖ Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotarlo con un movimiento de rotación, y viceversa.
- ❖ Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.
- ❖ Enjuagar las manos.
- ❖ Secarlas con una toalla de un solo uso.
- ❖ Utilizar la toalla para cerrar el grifo.

TÉCNICA CORRECTA PARA EL USO DE MASCARILLAS FACIALES O BARBIJOS

La mascarilla facial debe usarse desde la salida del hogar y sobre todo en lugares donde se aglomera gente (supermercados, bancos, etc.).

Estas mascarillas son una medida complementaria al distanciamiento físico que reduce en forma significativa la dispersión de partículas virales desde personas asintomáticas o presintomáticas en los ambientes públicos. No sustituyen a los barbijos utilizados y reservados para el personal sanitario, de emergencia y personal con mayor exposición.

Las mascarillas de confección casera están hechas con telas de uso cotidiano (sábanas, remeras de algodón, etc.), no alergénicas, lavables, filtrantes al aire. Deberán cubrir la nariz, boca y mentón, y con ajuste a la cara para evitar fugas.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

Para su correcta colocación, previa sanitización de las manos con agua y jabón o alcohol en gel, deben manipularse desde las tiras que toman las orejas o que se atan detrás de la cabeza. Se extiende en sentido vertical y luego se ajusta la zona próxima a la nariz. Posteriormente, se debe evitar tocar la mascarilla.

Para saber si está cumpliendo su función correctamente, con la mascarilla puesta, se debe encender una llama con un encendedor o fósforo por delante de la boca y soplar. Si la mascarilla está cumpliendo su cometido, la llama no debe apagarse.

CONSIDERACIONES FINALES:

Desde la Asociación de Tiro con Arco elaboramos el presente Protocolo considerando que la práctica de nuestro deporte puede llevarse a cabo siguiendo las medidas aquí enunciadas en forma segura y sin comprometer nuestra salud ni la de nuestros compañeros en la línea de tiro.

Una vez autorizada la actividad, se convocará a todos los deportistas para hacer una capacitación en las medidas de este protocolo siguiendo las directivas de distanciamiento social y barreras indicados por la OMS.

7) PROTOCOLO PARA LA PRACTICA DE VELA - EN TIEMPOS DE COVID-19

Fundamentación:

- Se entiende que la práctica de vela es una actividad de muy bajo riesgo de contagio (se realiza en espacios abiertos, espejos de agua de grandes dimensiones, relación de más de 1000m² por persona un día de intensa actividad). Fuera de la VÍA PÚBLICA, que en su esencia es fácil practicarlo en soledad y manteniendo mucha distancia entre individuos. Y con posible práctica de a dos o más solo si conviven en el mismo domicilio.
- No representa una actividad masiva en nuestra provincia, siendo el parque de barcos de quilla unas 20 embarcaciones, y de vela ligera unas 50 que en su gran mayoría son barcos de una sola persona. Sumado a que la misma se va a desarrollar por turnos que prevén ambas instituciones. El numero es realmente bajo, y podría servir de prueba piloto de actividad deportiva, ya que por estas características es sumamente fácil controlar y supervisar se cumplan las normas detalladas en los protocolos.
- Los clubes y los lugares de práctica están alejados de los principales centros de conglomerado de gente.
- Entendemos que en virtud de la pandemia del COVID 19, que las medidas necesarias de aislamiento social para evitar la propagación del mismo produce una delicada situación de salud mental y bienestar psicofísico del individuo. Atendiendo a que la prolongación del aislamiento social y el encierro que ocasionan situaciones de estrés, depresión, malestares físicos, frustración, entre otras patologías, y que esos, son motivos de enfermedades.
- Se puede tomar ejemplo de otras provincias que han reiniciado algunas actividades de vela como San Luis y Corrientes. También en otros lugares del mundo que ya han reactivado esta actividad. En el sitio <https://restartsailing.org/> se puede obtener información detallada de experiencias obtenidas desde la reactivación de la navegación a vela deportiva y recreativa, como de los lugares que ya están en actividad.
- La implementación de la actividad se realizará siguiendo el presente protocolo, sin perjuicio de las normas que cada club establezca internamente, y de los lineamientos del orden Nacional, Provincial ni Municipal.
-

El documento es para brindar a todos los socios del club Náutico Posadas, la información necesaria sobre la pandemia covid-19 y las respectivas medidas de seguridad e higiene para evitar la propagación de coronavirus (COVID-19) intentando garantizar la prevención, detección y/o diagnóstico precoz de un posible caso de coronavirus (COVID-19) y para cuando se habilite tengamos un protocolo propio.

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos, en nuestro caso, en la estancia dentro del club, contemplando cualquier escenario de exposición, por tal razón la OMS recomienda:

Higiene de manos:

- Antes de entrar y salir de un área utilizada por otras personas.
- Después de manipular o entrar en contacto con objetos de uso múltiples públicos.
- Luego de utilizar baños o cualquier otro lugar común.
- Después de toser o estornudar (hágalo siempre en el pliegue del codo o en pañuelos descartables para ser desechados inmediatamente).
- Antes de preparar todo tipo de comida o ingerirla.
- Secarse las manos con toallas de papel, desechando las mismas en recipientes.

Es por ello que el club se comprometa a garantizar todos los elementos de higiene como ser, jabón, toallas descartables, alcohol en gel y papel higiénico. Como así también de todos los elementos de limpieza y desinfección para la correcta limpieza de todos los espacios comunes, aunque los mismos no estén autorizados para el uso de sus socios, por el momento.

DURANTE LA ESTADÍA EN EL CLUB TENER EN CUENTA:

- Usar obligatoriamente el tapaboca o barbijos.
- Lavarse las manos con agua y jabón después de tocar el portón y candado.
- Ir directamente a la embarcación de su propiedad, embarcar y zarpar, no permanecer en el club.
- En caso de presentar síntomas como Fiebre, Tos, Dificultad respiratoria, Secreción y Goteo nasal, Fatiga, Dolor de garganta y de cabeza, Escalofríos, Malestar general, dar aviso inmediato a Capitanía.
- El club disminuirá la densidad de personas, no se podrán hacer reuniones, cumpleaños ni ningún tipo de evento social ni deportivo/competitivo, etc.
 - El club se utilizará solo para embarcar y salir a navegar
- En los lugares de guarda como en los containers, podrán ingresar para retirar las embarcaciones y otros elementos de utilidad de a uno, manteniendo la distancia no menor a dos metros entre los socios.
- El tiempo de permanencia dentro del establecimiento no podrá superar la media hora para embarcar y otra media hora para amarrar, desembarcar y retirarse del lugar.
- Está totalmente prohibido el ingreso de toda persona ajena al establecimiento. Únicamente socios.

La gran ventaja que tenemos como club es que somos pocos y debemos evitar bajo toda circunstancia la aglomeración de personas. Es por ello que se establecerá un ingreso x turnos al club, para evitar que se junten personas en el ingreso del mismo. Responsabilizándose cada uno de llegar y partir en el horario convenido.

Protocolo para la práctica de deporte en barcos de quilla:

Primera etapa de reanudación de la actividad

Condición: Habilitación por parte del estado de la navegación deportiva de manera limitada. En todos los casos los tripulantes de las embarcaciones respetarán dentro del club todas las normativas especiales de convivencia, seguridad, salud e higiene, relacionadas con la prevención de esta pandemia.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- 1) La navegación en embarcaciones deportivas particulares de forma solitaria y/o con tripulaciones de personas que conviven no genera riesgos adicionales de contagio a excepción de los que estén inmersos en el traslado hasta la embarcación. Este tipo de práctica puede ser habilitada en una primera instancia.
- 2) El capitán que conforme una tripulación con personas que no conviven podrá realizar la práctica con una dotación (conforme a la habilitación del barco) disminuida a la mitad, enviando una declaración jurada al club identificando a sus tripulantes (nombre, apellido, DNI, y teléfono) y afirmando que ninguno de los tripulantes ha tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días.
- 3) Las navegaciones serán a los efectos de la práctica o la recreación, en ningún caso se organizarán competencias.

8) PROTOCOLO PARA LA PRACTICA DE NATACIÓN SOCIAL - EN TIEMPOS DE COVID-19

La Natación no requiere contacto directo entre nadadores y el distanciamiento social se puede mantener durante la práctica. Como toda actividad sabemos y debemos cumplir con los estándares del distanciamiento y mantener la seguridad dentro de las instalaciones.

MEDIDAS OBLIGATORIAS para el uso de las instalaciones de la PILEA.

- Cumplir con las ordenanzas nacionales, provinciales y municipales
- Respetar la capacidad operativa durante esta situación.
- Disminuir el peligro de contagio respetando las normas sanitarias y del natatorio

1. ACCESO LIMITADO: Podrán ingresar un máximo de 12 (doce) personas por turno, distribuidas en 2 (dos) PERSONAS POR ANDARIVEL.

- Personal del ESTABLECIMIENTO será el encargado de consultar al nadador si se siente enfermo o presenta algún síntoma y de ser positiva la respuesta volverá a su casa.
- Es obligatorio informar de los síntomas: enfermedad respiratoria, leve, severa con fiebre, tos y dificultad para respirar u otros síntomas identificados por los organismos de salud.

2. Se establecerán TURNOS de USO:

Se anotará el horario de ingreso a la pileta y se podrá utilizar por un máximo de 1 (una) hora, mediante turnos previamente establecidos.

3. FORMAS DE INSCRIBIRSE:

Solicitar turno de su preferencia, el cual estará sujeto a disponibilidad, en los siguientes horarios:

- 08:00 a 09:00 hs.
- 09:30 a 10:30 hs.
- 11:00 a 12:00 hs.
- 12.30 a 13:30 hs.
- 14:00 a 15:00 hs.
- 15:30 a 16:30 hs.
- 17:00 a 18:00 hs.
- 18.30 a 19:30 hs.
- 20:00 a 21:00 hs.

- Presentar certificado médico correspondiente (otorgado por su médico personal, especifiando medicamento prescripto) el mismo se deberá enviar (por scanner o foto) al correo electrónico del establecimiento.

- El establecimiento otorgará el comprobante de turno autorizado que deberá ser presentado para el ingreso al natatorio.

4. Las EDADES de los nadadores serán desde los 14 hasta los 60 años, según recomendaciones médicas y de seguridad.

5. DISTANCIAMIENTO SOCIAL dentro de las instalaciones:

- Se deberá respetar la distancia de 1,5 metros entre personas. El diámetro de cada andarivel justifica la cantidad de personas por turno (12) y habilita a que ésta medida se cumpla cómodamente (2 personas por andarivel)
- Protección contra infecciones.
- Lavarse las manos con agua y jabón desinfectante, utilizar alcohol en gel.
- No hacer contacto físico con otros, por ejemplo, saludar.
- Evitar tocarse la cara.
- Prohibido el ingreso con bebida y/o alimentos.
- Puntualidad en el horario acordado (evitar aglomeramiento previo)
- Una vez terminada la práctica abandonar las instalaciones lo más rápido posible.

6. TODOS LOS VESTUARIOS y CAMBIADORES del establecimiento PERMANECERÁN CERRADOS:

- Deberá ingresar con el traje de baño ya puesto y no se podrán utilizar las duchas ubicadas dentro de los baños.
- Evitar tocar puertas, cercas, bancos, sillas y toda superficie que potencialmente puede ser fuente de contagio.
- Si necesita ir al baño, ingresar una persona a la vez
- Ser paciente.

7. Se procederá al CIERRE del lugar cada 1 (una) hora (al finalizar cada turno) durante 30 minutos, para limpieza y desinfección.

Estará a cargo del personal de mantenimiento del establecimiento quienes cuentan con todos los elementos de protección personal necesarios para tal fin. Luego, se reabrirán los turnos.

8. OBLIGATORIEDAD de concurrir con TOALLA PERSONAL, VESTIMENTA Y ELEMENTOS DEPORTIVOS DE NATACIÓN ADECUADOS, según establece el Reglamento Interno.

- No compartir el equipo (gorra, antiparras, tablas, pull boys, etc)
- Botellas individuales para la hidratación, no compartirlas.
- Respetar los turnos, llegar lo más cerca posible del inicio de la actividad para evitar aglomeraciones.

9. Se recuerda que apenas se ingresa a las instalaciones de la Pileta, deberá DUCHARSE OBLIGATORIAMENTE, tal como establece el Reglamento Interno. También recomendamos hacerlo al finalizar el uso de la misma.

10. El establecimiento le proporcionará ALCOHOL EN GEL al ingresar y al salir de la pileta.

- Respetar el cordón sanitario al ingresar al Club y natatorio.
- Utilizar desinfectante luego de terminar la práctica.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- No realizar reuniones después de nadar.

11. Se recuerdan las medidas dispuestas por el Gobierno Nacional de CIRCULAR por la vía pública (inclusive al ingresar y salir del club) con TAPABOCAS Y NARIZ.

12. Se informa que se contará con la presencia de una persona encargada de la SEGURIDAD E HIGIENE dentro de las instalaciones en todos los turnos.

Ésta persona contará con la facultad de realizarle las advertencias o comentarios correspondientes en caso de ser necesario para la CORRECTA Y ESTRICTA APLICACIÓN DE ESTE PROTOCOLO.

9) PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PRÁCTICA SEGURA DEL PATÍN - EN TIEMPOS DE COVID-19

- Distribución de los deportistas y técnicos en el ámbito en que patinan (se considera 4 metros cuadrados por persona), los cuales deberán entrenar con turnos preestablecidos por la institución.
- La Institución debe disponer de trapos de piso húmedos con lavandina o alfombra sanitizante, en la entrada para limpiar las zapatillas al momento de ingreso. La institución deberá contar con personal de limpieza, con turnos programados durante los entrenamientos y finalizados los mismos.
- Los baños deben contar con personal responsable para limpieza y desinfección, alcohol en gel o alcohol diluido al 70%, rollos de papel para secar. Los mismos podrán ser usados por turnos.
- El piso deberá ser limpiado varias veces al día con trapos húmedos con lavandina.
- Se sumará gráfica con los cuidados cotidianos, consejos generales de prevención, para difundir los protocolos y recomendaciones del Ministerio de Salud de Misiones.
- Se recomienda que cada Institución disponga de elementos para medir fiebre ante un eventual caso de indisposición y todo acontecimiento debe ser informado a los teléfonos indicados por el Ministerio de Salud. DURANTE LA

PRÁCTICA DEPORTIVA

- Se deberá ingresar con tapa boca o barbijo.
- Al ingresar deberán limpiar zapatos y rociar sus manos y bolsos de patines con alcohol diluido o en gel.
- Cada atleta debe traer consigo un set compuesto por toalla, jabón, alcohol en gel, repelente para mosquitos y agua para hidratarse, siendo los elementos exclusivamente de uso personal y no deben ser compartidos.
- Los atletas no deben tener contacto físico durante los entrenamientos respetando el distanciamiento de 2 metros, ya sea entre ellos y con los técnicos.
- El retiro de los atletas será por medio de los tutores, desde la vereda, por turnos (no podrán ingresar al predio).
- Nos sumamos al compromiso del cuidado de la salud de nuestros patinadores, técnicos y familias en las instalaciones a las cuales concurren para su práctica deportiva.



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

10) PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PRÁCTICA DE ARTES MARCIALES VARIAS (TAEKWONDO ITF – KARATE – JUDO – AIKIDO – JUNGFU Y OTROS) EN TIEMPOS DE COVID-19

FUNDAMENTOS:

Hacer actividad física probablemente no sea una prioridad en medio de nuestra preocupación por protegernos a nosotros mismos, a nuestras familias y a nuestras comunidades durante la pandemia de COVID-19. Pero, quizás debería serlo, porque la actividad física puede ser una herramienta valiosa para controlar las infecciones por COVID-19 y mantener la calidad de vida.

La actividad física es una de las fuerzas más poderosas para mantener la buena salud. Al mejorar el funcionamiento de numerosos sistemas fisiológicos, la actividad física ayuda a prevenir y/o tratar muchas condiciones de salud física y mental.

Los síntomas de estrés aumentaron con la pandemia, debido a las amenazas para la salud, la pérdida de empleo, la reducción de ingresos y el aislamiento social. Estar físicamente activo tiene importantes beneficios para la salud mental, y alentar a las personas a estar activas podría ayudar a muchos a sobrellevar el estrés continuo y evitar enfermedades psicológicas. Cada sesión de actividad física reduce los síntomas de depresión y ansiedad, por lo que estar activo todos los días puede ser un antídoto parcial para el estrés de la pandemia. Para las personas que ya sienten angustia, estar activo es tan efectivo como los medicamentos y la psicoterapia.

FINALIDAD:

- Organizar la puesta en marcha y reactivación de un sector comercial de la ciudad, que luego de la temporada de verano y como es costumbre, sufre la "baja estacional" que es insostenible a mediano o largo plazo de no poder reactivarse en forma inmediata. La misma está en un gran problema y pone en riesgo de cierre a varios representantes, ya que los meses de trabajo de este sector son en los períodos comprendidos de marzo a noviembre.
- Normalizar el escenario actual de trabajo, utilizando este protocolo, con las modificaciones que sean necesarias, a fin de restablecer todas las actividades comerciales de la ciudad, teniendo en cuenta también que nuestras dos organizaciones (Pederación Misionera de Taekwondo - Asociación Integral de Taekwondo) nuclean en la actualidad más de 120 salones de actividades con casi 100 instructores, muchos de ellos tienen a esta actividad como su único sustento contando con un número de asociados de alrededor de 2500 alumnos.
- Realizar una apertura gradual de los lugares de práctica, permitiendo el entrenamiento exclusivamente a personas jóvenes y adultos en esta etapa, no así a los niños, quienes podrán retomar sus actividades conjuntamente con el reinicio de clases y siempre respetando el distanciamiento y las normas de higiene y protección personal.

PROTOCOLO PARA LA PRÁCTICA DE ARTES MARCIALES PARA JOVENES Y ADULTOS

- 1) Se reducirá la ocupación de las salas, respetando la distancia mínima de un metro cuadrado de separación entre personas (espacio delimitado con objetos específicos o cintas en el piso). Los metros cuadrados a los cuales nos referimos, son los metros cuadrados cubiertos y/o descubiertos que figuren en la habilitación municipal y estén en uso, REAL
- 2) Cada salón debe exhibir una DDJJ en su acceso para que todas las personas lo vean y cualquiera pueda denunciar el no cumplimiento del límite de ocupantes.
- 3) A las dos medidas anteriores, se vincula la organización previa de fijación de tumos que se dispondrá en medios digitales y asilos instructores se registrarán con antelación a su clase y la pueda programar. Esto también colabora a que en el establecimiento la organización de adecuación para la entrada y salida de las personas sea ágil y eficiente.
- 4) Cada dojang acondicionará sus espacios de entrenamiento de manera tal que respeten las distancias estipuladas y los alumnos no tendrán contacto entre sí, el entrenamiento será en base a ejercicios y diagramas individuales como así también se hará hincapié en el contenido teórico y filosófico de nuestra disciplina.
- 5) Implementaremos más tumos a los efectos de que todos los alumnos puedan realizar la actividad con el debido distanciamiento social.
- 6) Entre cada turno, se realizarán tareas de higienización y ventilación del local que garantice la higiene constante del lugar.
- 7) Se proporcionará a cada alumno alcohol en gel y otros elementos de desinfección como rociadores con mezcla 70/30 alcohol productos antibacteriales.
- 8) Se sumará Grafica con los cuidados que deben tener constantemente para cuidado de la higiene, Consejos generales de prevención como toser y estornudar sobre el pliegue del codo, o mantenerse con la distancia social, etc.)
- 9) Al ingresar cada alumno, se le aplicara en el calzado sanitizante y se lo rociara cuerpo completo para evitar la propagación del virus al contacto. (Calzado: mezcla hipoclorito sodio/agua), (Vestimenta: sanitizante amplio espectro con pulverizador)
- 10) Será requerirá a nuestros alumnos y/o tutor responsable una declaración jurada en la que expongan que: que no estuvieron en contacto con afectados por el COVID-19, y que no presentan síntomas característicos.
- 11) No se permitirá el ingreso en casos de clientes que se nieguen a firmar dicha Declaración.
- 12) Solicita remos que, se use solo el baño del establecimiento para el lavado de manos, pues es algo clave y muy fácil de programar. Para ello se proveerá a los mismos de jabón bactericida (liquido), toallas descartables o secador de manos de aire. (para la apertura y cierre de las canillas se deberá usar un papel descartable que luego se desechara). las puertas de los baños permanecerán abiertas en su totalidad para evitar el contacto.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- 13) Se solicitará que cada persona lleve su gel de alcohol personal, más allá de que haya a disposición en los locales.
- 14) Cada persona ingresará con su botella de agua traída de casa y evitará el uso del dispenser (no se proveerá de vasos descartables)
- 15) Cada cliente tendrá que traer de su casa una toalla o paño (limpio) para secar su transpiración, al ingresar se le rociará con mezcla sanitizante.
- 16) No se les permitirá entrar con objetos sueltos de mano (celular o llaveros). Deberán llevar un solo objeto o equipo de mano (bolsa o cartera o bolsa) que se depositarán en el espacio destinado a ello (preferentemente entrada) y se rociarán con el producto determinado para este uso (prácticas sencillas y de máxima eficiencia).

11) PROTOCOLO DE SEGURIDAD SANITARIA PARA LA PRACTICA DE PELOTA PALETA EN ELMARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID 19

En representación de los Clubes que nuclean a nuestra Asociación Misionera de Pelota Paleta nos dirigimos a Ustedes a fin de informarle que en virtud de los tiempos que se viven creemos es menester establecer un protocolo de seguridad sanitaria para COVID 19 a fin de poder retomar las actividades deportivas de forma segura y responsable.

- Nuestro deporte tiene la característica que se desarrolla en un recinto rectangular de 29 metros de longitud por 9 metros de ancho y más de 10 metros de altura.
- No hay contacto físico entre los jugadores y el juego se lleva a cabo entre 4 participantes
- Todos los clubes dónde se realiza la práctica activa tienen una puerta que permite el acceso al Club, encontrándose una antesala dónde están los vestuarios y baños, luego otra puerta de ingreso a la cancha que es donde se disputa el juego.
- Una vez que se autoricen a realizar deportes asociados con dos o más personas, proponemos para nuestra actividad, que en cada club y cancha se establezcan las siguientes normas de seguridad.
- Turnos de 90 minutos para cada grupo de deportistas (4 jugadores)
- Para poder realizar la práctica y el ingreso al club, el jugador tendrá que desinfectarse las manos con alcohol y limpiarse las suelas del calzado en un trapo de piso embebido en lavandina puesto en la entrada de la cancha o bien de ser posible realizar el cambio de calzado.
- Todos los participantes usarán tapa bocas al ingreso de la institución.
- Solo podrán estar adentro de la cancha los 4 jugadores.
- Entre turno y turno habrán 15 minutos de espacio neutro, para los que culminen en su horario se retiren y no se mezclen con los que ingresan al turno siguiente.
- Las pelotas y elementos a usarse antes, durante y después de las prácticas serán desinfectadas con alcohol.
- Las bebidas a ingerir durante las prácticas deberán estar selladas y serán unipersonales previamente desinfectadas al ingreso de la institución.
- El canchero o encargado deberá usar guantes de látex y barbijo, será el único autorizado a estar durante la práctica activa de cada uno de los grupos que se vayan sucediendo en los turnos.
- No habrá saludo inicial, ni tampoco al finalizar el partido, evitando todo contacto físico entre Jugadores

El horario será fijado por cada Club o institución deportiva, de acuerdo a lo que fije y resuelva el órgano municipal para tal fin. (Sería conveniente establecer como sugerencia el horario corrido de 9hs a 17hs)

12) PROTOCOLO DE ENSEÑANZA DE BASQUETBOL EN CLUB DE BARRIO DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA.

Objetivo Especifico:

1. Dar clases personalizadas de basquetbol a los alumnos de Clubes de barrio o Escuelas Deportivas.
2. Poder así dar continuidad a la existencia institucional y sustento a las familias de profesores.

Introducción-Justificación:

Ante la conocida y vivencial situación de resguardo sanitario o cuarentena en términos generales ya dos veces escogida por los dirigentes como paliativo y prevención a través del cuidado en un encierro domiciliario; adoptada en el país en general. Y sin refutar sino trabajar en la misma línea de razonamiento e individualizar el enfoque del problema, además en correspondencia con una insostenible situación institucional sin funcionamiento. Estimamos oportuno e inmediato desarrollar un breve y momentáneo nuevo método; detallando un protocolo de comportamiento social en especificidad de la enseñanza de basquetbol formativo. Observamos características distintivas del deporte que podrían ser adecuadas para poder seguir dando clases sin incurrir en el peligro del esparcimiento y/o contagio del particular y peligroso virus covid19.

Observando el planteo de las instituciones educativas de nivel primario y secundario; el estado actual de la cuarentena para los jóvenes se extenderá debidamente a la educación primaria y secundaria; ya que, en el aglomeramiento de una clase o el tumulto normal de una escuela o instituto, subyace el peligro inminente del potencial contagio. Encontrando como solución a la problemática el uso de la tecnología a través de aulas virtuales y enseñanza en plataformas de las redes sociales. Un logro sin duda. Sin embargo, algunas características interactivas y de interrelación presencial de la enseñanza del deporte hacen imposible sostener en actividad a un niño o un grupo de alumnos jóvenes, en la practica del deporte que escogieron. A tal efecto se desarrolla a continuación una idea proactiva para solucionar los dos problemas mencionados. Sostener en vida una institución y sostener en actividad sana a nuestros deportistas y niños en formación.

METODOLOGÍA GENERAL.

Detalles particulares:

Trabajos de técnica individual sin oposición, ni utilización de driles que incriminen a dos jugadores (pases o lanzamientos en parejas)

Trabajos de dribling

Ejercicios de defensa individuales.

Lanzamientos y finalizaciones.

Mecánica de pies.

Driles combinados: físico-técnico-tácticos.

Complemento físico individual enfocado al deporte.

DURACION Y SECTOR:

Se plantearán clases de 1 hora por grupo de trabajo de 6 alumnos; divididos en dos grupos de 3, sectorizando la cancha como muestra el diagrama.

ESPACIO FISICO:

Canchas propias de los Clubes o playones deportivos. Desde nuestra mirada, es importante aclarar, que la propuesta surge de la necesidad de colaborar con la salud y también de la utilización de espacios adecuados para la actividad, esto contribuye a que las personas no se sumerjan en una situación de sedentarismo u ocioso por no poder contar con las condiciones para realizar su actividad de agrado. ES DE VITAL IMPORTANCIA CONTAR CON LOS ESPACIOS PREPARADOS PARA EL NORMAL CURSO DE LA ACTIVIDAD CON LA COHERENCIA DEL DISTANCIAMIENTO E INDIVIDUALIZACIÓN DE LOS ELEMENTOS Y SECTORES DE TRABAJO. –

DESINFECCIÓN Y CUIDADOS CULTURALES:

Spray de inicio y terminación de alcohol al 70% y baños por turnos para lavado con agua y jabón, recomendado por OMS. Sector de higienización en cada sector de la cancha.

Hidratación solo con elementos individuales. Botellitas únicas por cada alumno. Sin habilitación de bebederos y dispenser.

No se permitirá la aglomeración de padres en el entrenamiento.

1. Difusión de los protocolos y recomendaciones del Ministerio de Salud. Exhibiendo números de teléfonos que ofrecen las autoridades para activar protocolos de atención a casos sospechosos. –

2. Deberá haber elementos de higiene personal, expuestos, para los clientes tanto en el lugar de la actividad como en los sanitarios. (alcohol en gel, pañuelos descartables, jabones).

3. Se deberá organizar el espacio de trabajo y el espacio común de acceso.-

4. El acceso será:

a) Mediante previo control de temperatura y registro de la misma de cada uno de los clientes y personal de trabajo.

b) Capacitación del personal de trabajo para poder reconocer síntomas de COVID-19 y poder actuar mediante medidas de evacuación y comunicación con el personal de Salud.

c) Se limitarán el ingreso a los clubes y escuelas a la población que no sea considerada DE RIESGO (menores de 15 años y mayores de 55 años). La actividad deportiva para los menores de edad quedará supeditada al inicio escolar. –

d) Deberán rellenar una DDJJ (menores de 18 deberá estar firmada por sus padres) el mismo deberá garantizar el buen estado de salud, haber cumplido con las dos primeras cuarentenas en su hogar y excluir el acercamiento a personas afectadas. –

e) El acceso deberá tener una alfombra de filtro sanitario o hipoclorito para acceder con los calzados desinfectados, y deberán dispersar en el acceso de cada salón como también de los sanitarios (diluir 2 cucharadas soperas de lavandina en 1 (un) litro de agua). –



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

5. El personal deberá trabajar con los elementos básicos de protección personal (barbijos, guantes, mascarás). La provisión de los elementos será obligación de los dirigentes y/o encargados de las entidades deportivas para garantizar las condiciones sanitarias con seguridad y responsabilidad. –

SEGUROS PERSONALES

Se les hará firmar un acuerdo de responsabilidad civil a cada padre para poder hacer el planteo de ejercicios como si fuese la contratación de un entrenador personal. Haciéndose cargo el padre, madre o tutor de la contratación del mismo por tiempo determinado y definido mensualmente y considerando la aprobación del criterio de cuidado con el proyecto propuesto.

Así también estarán obligados a la máxima difusión de recomendaciones del Ministerio de Salud de Nación y de la autoridad sanitaria local. Exhibición en espacios de circulación común de información OFICIAL de prevención y números de teléfono que el Ministerio de Salud de la Nación y las autoridades locales hayan determinado.

13) PROTOCOLO BÁSICO PARA REALIZACIÓN DE LA PRÁCTICA DE CANOTAJE EN TIEMPOS DE COVID-19

FUNDAMENTACIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRÁCTICA DE KAYAKISMO

1- En virtud de la pandemia del COVID 19, y de las modalidades que se deben implementar en cada una de nuestras actividades para el cuidado de la salud y; entendiéndose que la actividad física es de vital importancia para el bienestar psicofísico del individuo.

Atendiendo a que la prolongación del aislamiento social y el encierro ocasionan situaciones de estrés, depresión, malestares físicos, frustración, entre otras patologías, y que esos, son motivos de enfermedades.

2- Se solicita la autorización de la práctica de canotaje, entendiéndose que es una actividad de muy bajo riesgo de contagio (se realiza en espacios abiertos, y fuera de la Vía PÚBLICA, que en su esencia es fácil practicarlo en soledad y manteniendo mucha distancia entre individuos). Que no representa una actividad masiva (es poca la cantidad de deportistas que lo practican) y que los clubes y los lugares de práctica están alejados de los principales centros de conglomerado de gente.

3- La implementación de la actividad se realizará Siguiendo el presente protocolo, sin perjuicio de las normas que cada club establezca internamente, y de los lineamientos del orden Nacional, Provincial ni Municipal.

DEL FLUJO DE PERSONAS

1- Para poder participar de las actividades cada persona debe firmar una declaración jurada donde manifiesta tanto su aptitud física , así como la de conocer todos los síntomas del COVID 19, como proceder en caso de sospecha de infección, cuidados para prevenirlo, y reglamento interno de cada club.

2-Cada persona concurrirá a la actividad en los horarios asignados, con los elementos de protección personal y con la menor cantidad de elementos personales posibles. Deberá instrumentar por su cuenta un bolso donde guardar sus pertenencias en el lugar que el club lo decida. Deberá evitar utilizar los medios de transporte público. Tendrá una tolerancia de 15 min antes y 15 min después de la actividad para acondicionamiento, se podrá extender este horario siempre y cuando colabore en la no aglomeración de gente y atendiendo el factor de ocupación de cada club

3- Al ingresar al club los palistas deberán cumplirán con las disposiciones de higiene y seguridad que cada club implemente, (se sugiere batea de lavado de pies, dispositivo de lavado de manos y medios de transporte si correspondiera, toma de temperatura corporal)

S-La edad para realizar las actividades físicas serán las recomendadas por la OMS (hasta 60 años) sugerida a partir de 15 años.

6- quedan prohibidas las aglomeraciones y reuniones de personas con fines sociales.

DE LAS INSTALACIONES



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

1- El club instrumentará los mecanismos para la admisión y registros de palistas, la elaboración de turnos. y métodos de control (sistema de asignación de turnos. documentación

•Registro de flujo de personas. novedades.

2- En el ingreso habrá provisión de elementos de higiene para manos y calzados y equipamiento que provenga de la vía pública (bicicletas, mochilas etc)

3- Se deben marcar las zonas de flujos para que no haya superposición de personas desde ingreso al pañol, y del pañol al agua.

4- Se limitará el uso de sanitarios a casos de extrema necesidad, se sugiere que los palistas vengan cambiados y luego de la actividad se cambien fuera del club.

S- Todos los espacios y objetos con probabilidad de contaminación cruzada (grifos. pasamanos, picaportes, pasillos. bancos, paredes) deben ser rociadas o desinfectadas con soluciones cloradas en intervalos similares al programado de turnos (antes de cada cambio de turnos).

6- Sada club expondrá, de acuerdo al uso de estos espacios de uso común su factor de ocupación para que no haya menos de 2 metros de distancia entre personas en ningún momento.

7- Las palas y chalecos serán de uso personal, y en caso de que se debiera compartir, el club dispondrá de un medios de desinfección entre turno y turno.

8- En una primera etapa se habilitarán solamente las actividades deportivas! recreativas, quedan excluidas de estas actividades las actividades y de alquiler.

DE LA NAVEGACIÓN

1- El club dispondrá los métodos para evitar que haya más de 2 personas a la vez en la zona de embarque (coordinación de embarque y desembarque). Tendrán prioridad los que estén embarcando.

2- Se navegará en embarcaciones simples y guardando la distancia mínima de 2 mts entre personas.

3- Se extremaran medidas de higiene para prevención de enfermedades respiratorias (baja temperatura, clima extremo, indumentaria inadecuada, etc).

S- En la navegación las embarcaciones deberán mantener una distancia mayor a los 2 metros en el caso de las bandas de estribor o babor. Si es por popa se tendrá que dejar una distancia mayor a los 20 metros.

6- Para las embarcaciones tipo kl no podrán realizar la maniobra de succión o similares que no respeten estas distancias.

7- En caso de coincidir en el uso de zona de embarque. Tendrá prioridad la que está por salir a remar y la otra deberá esperar aproximadamente a una distancia de S metros. Siempre tendrá prioridad la embarcación que sale.

8- En caso de que un palista o el turno que correspondiera deba ser supervisado por el entrenador este tendrá las mismas medidas de distanciamiento que cualquier palista.

14) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DEL VÓLEIBOL- INDOOR, BEACH VOLLEY - EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

Ante las restricciones impuestas a nivel nacional y provincial como consecuencia del avance del Dengue y del Covid 19, declarada la Pandemia que conlleva, entre otras medidas, el AISLAMIENTO SOCIAL, PREVENTIVO Y OBLIGATORIO (ASPO), que se prolonga en el tiempo y ante el hecho de que la normalidad a la que como sociedad estábamos acostumbrados a vivir no volverá a ser la misma, es necesario establecer nuevas normas higiénico-sanitarias para la práctica del deporte. En este caso la práctica de Vóleibol en sus distintas variantes: indoor y beach volley.

OBJETIVOS:

- 1.-Establecer nuevas normas higiénico-sanitarias en un esquema de regreso ordenado y seguro para retomar las actividades de práctica del vóleibol, sus entrenamientos y la enseñanza dirigida a niños, jóvenes y adultos en clubes y/o escuelas deportivas del ámbito público y/o privado.
- 2.-Inculcar nuevos roles a los actores involucrados en la práctica del vóleibol (Dirigentes, entrenadores, empleados de las instituciones en donde se practique deportes, familiares y otros) y ejercer como educadores, concientizando acerca del nuevo estilo de vida que deberemos asumir en cuanto a medidas preventivas para evitar la proliferación del virus.
- 3.-Acercar nuevamente a socios de clubes y alumnos de las escuelas de deporte, dándole así continuidad a la existencia institucional, sustento a las familias de empleados y colaboradores; además de restablecer vínculos internos que motorizan y dan vida a las instituciones deportivas.

ESPACIO FÍSICO

El presente proyecto está estructurado para su aplicación en canchas propias de los clubes, playones deportivos de tipo comunitarios y/o espacios públicos en ambientes abiertos (balnearios para práctica de Beach Volley). Está diseñado para aplicar en el espacio que ocupa una cancha de vóleibol (20 x30 mts.) y de contar más espacio, dos canchas, se podrá duplicar la cantidad de participantes.

Es sumamente importante contar con los espacios bien delimitados e higienizados para el normal curso de la actividad aplicando el distanciamiento y la personalización de cada elemento a utilizar; como así también cada sector para poder llevar a cabo el trabajo de entrenamiento.

RECOMENDACIONES GENERALES EN CUANTO AL CUIDADO Y DESINFECCIÓN

Cada institución deberá realizar una instancia de socialización y capacitación para la presentación, análisis y conocimiento de los protocolos para la contención del COVID 19 y DENGUE de la que deberán ser partícipes todos los actores involucrados, Dirigentes de las instituciones en las que se desarrollarán los entrenamientos, dirigentes de vóleibol, entrenadores, asistentes, familia, empleados, etc. Debiendo ser capaces de:



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- Reconocer síntomas de COVID 19 y DENGUE poder actuar mediante medidas de evacuación y comunicación con el personal de salud. Exhibiendo números telefónicos y puntos de contacto con las autoridades sanitarias locales.
- Aplicar y hacer cumplir las medidas higiénico-sanitarias en el espacio que le corresponde desempeñarse.
- Seleccionar el medio de traslado al lugar del entrenamiento aplicando todos los resguardos para evitar ser agente de transporte del virus. En lo posible evitar el transporte público.
- Utilizar barbijo social (Tapa boca, nariz y mentón) y repelente durante su traslado y hasta llegar al espacio en el desarrollará la actividad física y a su regreso.

ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO

- Todos los espacios y elementos a utilizar durante e entrenamientos deberán estar limpios y desinfectados con los productos recomendados por las autoridades sanitarias (Lavandina diluida en agua, alcohol y/u otro producto recomendado), antes de recibir al grupo que los utilizará. Como así también las instalaciones generales de la institución.
- Habrá un solo lugar de acceso al lugar de entrenamiento que contará con elementos desinfectantes para calzados (Trapo de piso embebido de agua con lavandina y/o equivalente) en el que se controlará la temperatura al ingresante, se le suministrará elementos para el lavado de manos (Alcohol en gel, jabones, pañuelos descartables, repelentes, etc.) se registrará su ingreso y su procedencia. Cada institución deberá destinar personal que se responsabilice en realizar y constatar que estas actividades se cumplan.
- Se deberá habilitar un espacio en el que los que llegan al lugar puedan dejar sus objetos personales tales como: mochilas, bolsos, abrigos y/u otros elementos personales. Sin que tomen contacto con las pertenencias de otras personas.

D) Los vestuarios y duchas deberán permanecer cerrados.

- El acceso a los baños será de ingreso controlado de una persona por vez y usado sólo de ser muy necesario. Deberán contar con papel higiénico, jabón y toallas descartables.
- Se quitarán de los lugares asignados al entrenamiento todos los elementos que no sean estrictamente necesarios para el desarrollo de la actividad y faciliten la limpieza, y desinfección; tales como equipos de sonido, bancos de suplentes, sillas, cortinas, etc.
- No se permitirá el ingreso de padres y/o acompañantes al lugar donde se realice la actividad de entrenamiento, salvo que el lugar cuente con tribunas o espacios amplios que deberán estar demarcados como zona de espera, donde los mismos deberán respetar los espacios que el ASPO (Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio) requiere.

ORGANIZACIÓN DE LAS PERSONAS

- Serán admitidas todas las personas, en sus distintos roles, dirigentes, empleados, entrenadores, asistentes y jugadores; que se encuentren

asintomáticos y presenten ante la institución una declaración jurada en la que dejen en manifiesto su buen estado de salud y el haber cumplido con las cuarentenas en su hogar y no haber tenido contacto con personas afectadas (Se adjunta modelo de Declaración Jurada).

- Las personas involucradas en realizar la actividad deberán trabajar con los elementos básicos de protección personal (Barbijos, guantes, máscaras, alcohol en gel, rociadores con desinfectantes y repelentes, etc.)
- Durante el entrenamiento cada jugador, al igual que los técnicos y asistentes deberán disponer y de estricto uso exclusivo, de una toalla individual, botella con agua y su kit de barbijo, alcohol en gel y repelente. Se recomienda usar el barbijo sólo en los momentos de inicio de la actividad y mientras se dicten las consignas de trabajo.
- Evitarán todo tipo de contacto físico saludos con estrechamiento de manos, besos, abrazos, etc.
- Se hará hincapié con recordatorios constantes para evitar que se toquen la cara, nariz, ojos y boca. Cubrirse la nariz, cuando se estornude, con el pliegue del codo o con pañuelo descartable. No salivar en el suelo, usar pañuelos descartables o retirarse a los sanitarios.
- No podrán compartir o intercambiar indumentaria, deberán venir listos para realizar la tarea de entrenamiento.
- Repetir lavado o higienización de manos cada 30 minutos y colocarse repelente máxime cuando cambien de espacio o se desplacen dentro de la institución. Así mismo los elementos con los que tengan contacto tales como pelotas, elementos de señalización, colchonetas que deberán estar recubiertas con material plástico y/o cuerina aptos para la desinfección constante.
- No compartir infusiones desde un mismo recipiente (mate, jugos y/o bebidas gaseosas)

ACTIVIDADES PROPIAS DEL ENTRENAMIENTO DE VÓLEIBOL

ETAPA 1 (Semanas 1 y 2)

Objetivos:

- Realizar clases y/o entrenamientos de vóley en grupos reducidos y respetando los protocolos de higiene y seguridad.
- Trabajar la condición física general y específica.
- Desarrollar las técnicas individuales de vóleybol con y sin pelotas.

Organización de la Sesión de trabajo:

1) Se tomará como espacio de trabajo una cancha de vóley de 20 x 30 mts. Que podrá estar dentro de un gimnasio o al aire libre (Playón y/o Balneario). En caso de usarse un balneario local para la práctica de beach volley se recomienda delimitar el espacio con cintas y estacas para evitar la interferencia y contaminación de personas ajenas a la actividad. Al igual que los espacios de resguardo de elementos personales y de espera de padres y/o familiares.

2) En cada entrenamiento podrán participar hasta un máximo de 6 jugadores, un entrenador y un asistente.



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

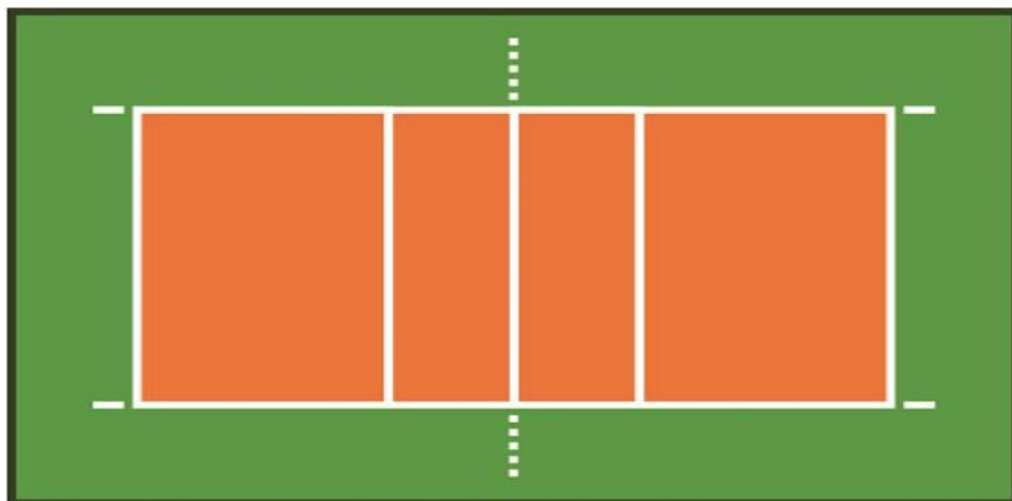
"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"

3) Los turnos y horarios de entrenamiento estarán previamente planificados y comunicados a los jugadores con un intervalo de media hora entre grupo y grupo para proceder a la desinfección del lugar al finalizar cada grupo.

4) La frecuencia será de dos entrenamientos por semana con una duración de una hora como mínimo y dos horas como máximo dependiendo de la edad y categoría de los deportistas. (Esto incluye el precalentamiento, trabajo principal y el final con ejercicios de estiramiento y relajación)5) En todo momento para la etapa 1 (1er.y 2da. Semana), los trabajos serán individuales.

Cada deportista realizará los trabajos en forma individual y en su espacio previamente asignado de 4 x 4 mts. Aprox., manteniendo siempre la distancia entre sus compañeros.

DIAGRAMA DE DISTRIBUCIÓN DE JUGADORES Espacio de trabajo de cada Jugador: 4 x 4 mts –



- Se recomienda el frecuente lavado de manos durante la vuelta (alcohol en gel) y no llevarse manos a la cara.
- No tocar o compartir palos, pelotas u otro equipamiento con co-competidores.
- Se recomienda jugar sin guante
- Juego obligado con "bandera puesta"
- Se retiran todos los rastrillos de la cancha (alisar bunkers con palo y pies)
- Evitar saludos con contacto físico entre jugadores
- **Los clubes no tendrán habilitados lugares comunes de reunión de gente, los baños públicos deberán tener todas las condiciones de higiene y seguridad. Los vestuarios y duchas permanecerán cerrados.**

15) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE GOLF EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

PROTOCOLO OBLIGATORIO

Que contempla aspectos propios del golf y las regulaciones vigentes de distanciamiento social.

Protocolo seguridad para jugar golf

- Las salidas serán de un máximo de 4 personas salidas mínimo cada 12 minutos. De utilizar carros motorizados será 1 jugador por carro con proceso de desinfección.
- Se mantendrá en todo momento el distanciamiento social de mínimo 2 mts. Recomendando especial cuidado en tees de salida y greens.
- Se recomienda el frecuente lavado de manos durante la vuelta (alcohol en gel) y no llevarse manos a la cara.
- No tocar o compartir palos, pelotas u otro equipamiento con co-competidores.
- Se recomienda jugar sin guante
- Juego obligado con "bandera puesta"
- Se retiran todos los rastrillos de la cancha (alisar bunkers con palo y pies)
- Evitar saludos con contacto físico entre jugadores
- Los clubes no tendrán habilitados lugares comunes de reunión de gente, los baños públicos deberán tener todas las condiciones de higiene y seguridad. Los vestuarios y duchas permanecerán cerrados.

16) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES ENTRENAMIENTO DE LUCHA OLIMPICA EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

CRITERIOS DE PARTICIPACIÓN EN SESIONES DE ENTRENAMIENTO GRUPALES (INCLUYE ATLETAS Y ENTRENADORES)

Obligatorio

Las autoridades de salud pública permiten actividades en grupos reducidos, pero las instalaciones de práctica deportiva públicas y privadas permanecen cerradas.

- No presentar signos ni síntomas de COVID-19 en los últimos 14 días.
- Si un participante ha tenido un caso de infección DOCUMENTADA de esta enfermedad, necesitará una autorización de su médico indicando que se encuentra en condiciones de participar en el entrenamiento sin riesgo de contagio para sus compañeros.
- El participante no debe haber tenido contacto cercano y sostenido con ninguna persona enferma o que pudiera haber estado expuesta al COVID-19.
- Dado que los signos y síntomas de COVID-19 pueden ser bastante inespecíficos y no sólo síntomas respiratorios, se recomienda a los atletas evitar el contacto cercano y sostenido con cualquier persona que hubiere estado afectada por esta enfermedad durante los 14 días anteriores al regreso a los entrenamientos grupales. Ello a fin de reducir el riesgo de contagio por parte de participantes asintomáticos.
- Se evitara actividades que requieran contacto directo (por ejemplo: lucha de agarres, juegos que requieran contacto, etc.) o indirecto (por ejemplo: compartir equipamiento deportivo) entre atletas.
- Minimizar los cambios en los participantes de grupos pequeños.
- Considere la posibilidad de asignar los mismos atletas al mismo grupo de entrenamiento cada sesión de entrenamiento. Evite mezclar compañeros para minimizar el riesgo de transmisión generalizada.
- El entrenador podrá concurrir al lugar pero manteniendo el distanciamiento social con todos los demás participantes. Se sugiere el empleo de un tapaboca en todo momento.
- Bajo ningún aspecto podrá demostrar la técnica en otras personas presentes.
- Todos los participantes deben controlar la presencia de síntomas de COVID-19 dos veces al día.

Se reitera que los atletas deben tener precaución de entrar en contacto con personas que son sospechosas de tener COVID-19. Si hay algún signo o síntoma de infección, el luchador no debe asistir al entrenamiento, debe notificar a los entrenadores, y debe ponerse en contacto con llamando al 120, el cual es gratuito desde cualquier lugar del país y atiende las 24 horas ([https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/ telefonos](https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos)).

- Los atletas deben anotar sus signos y síntomas (incluida la temperatura) en un registro escrito o electrónico que será controlado por los entrenadores.
- A su llegada al entrenamiento, los entrenadores deben preguntar a cada atleta si están experimentando algún signo o síntoma de COVID-19, si el atleta ha estado en contacto con alguien sospechoso de tener COVID-19, y tomar su temperatura.
- Ante el menor síntoma de COVID-19 el atleta debe ser enviado a su casa e indicarle su obligación de ponerse en contacto con sus autoridades sanitarias locales.
- El atleta no debe volver a la práctica grupal en tanto la institución que representa proporcione una autorización oficial de las autoridades sanitarias de su lugar de residencia. Si un atleta da positivo para COVID-19 o ha estado en contacto con alguien diagnosticado con COVID-19, el entrenador debe notificar a otros luchadores presentes en la práctica sobre una posible exposición al virus.
- Las personas expuestas deben comunicarse con las autoridades sanitarias locales para obtener orientación sobre como proceder.
- Emplear un riguroso y frecuente programa de limpieza/protocolo de equipos con desinfectante antes, durante y después del entrenamiento.
- La limpieza de las superficies y pisos se puede realizar correctamente siguiendo estos tres pasos:
 1. Lavar con una solución de agua y detergente.
 2. Enjuagar con agua limpia.
 3. Desinfectar con una solución de 10 ml (2 cucharadas soperas) de lavandina (con concentración de 55 gr/ litro) en 1 litro de agua. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 gil, se debe colocar el doble volumen de lavandina para lograr una correcta desinfección.
 4. Tratar de usar los guantes de goma de uso habitual para evitar el contacto de las manos con los productos de limpieza. Como cuidado general, hay que evitar las salpicaduras en el rostro y una vez finalizada la limpieza, lavarse las manos con agua y jabón.
- Deben seguirse las siguientes medidas de prevención durante la práctica:



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

- Asegurarse de que los suministros adecuados para la prevención de infecciones estén presentes en múltiples áreas específicas (por ejemplo: desinfectante de manos, tapa bocas, etc.)
- Recomendar a personas que no sean luchadores y asistan a la práctica la utilización del tapabocas y mantener el distanciamiento social entre ellos y con los atletas.
- Si se desea realizar sesiones de entrenamiento en grupos pequeños al aire libre debe ser en un área donde se pueda mantener el distanciamiento social.
- Los participantes deben evitar cualquier tipo de contacto entre sí como así también el uso de implementos de sus compañeros.
- No deben compartir equipamiento deportivo, botellas de agua, toallas u otros productos de higiene personal (por ejemplo: jabón, desodorante, etc.)

17) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DEL FEMAD EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

Los interesados deberán cumplir los siguientes requisitos:

AUTOS

1. Será un máximo de 4 autos durante la jornada.
2. Distancia de 10 metros cada box asignado por equipo.
3. Un máximo de 3 integrantes por equipo (incluyendo el piloto).

KARTING

1. Máximo 6 karting por jornada
2. Distancia de 10 metros por box asignado
3. Máximo de dos personas por equipo.

IMPORTANTE:

**EL REQUERIMIENTO PARA AMBAS ACTIVIDADES DE 16 A 60 AÑOS DE EDAD.
MENORES DE 16 AÑOS SOLAMENTE PILOTOS FEDERADOS.**

SANITARIOS: INGRESO DE FORMA INDIVIDUAL.

Los interesados deberán comunicarse previamente con el encargado del autódromo/club para confirmar la prueba y serán recomendados los requisitos para realizar dicha prueba.

La FeMAD será la encargada de controlar y verificar que se cumplan los protocolos y requisitos vigentes. En el caso de no cumplirse los mismos, se clausurarán las pruebas/entrenamientos en dicho autódromo.

Protocolo para pruebas/entrenamientos no oficiales autódromos en Misiones:

- Disposiciones prioritarias de ingreso por equipo:

La responsabilidad individual es el paso más importante que las personas pueden dar para protegerse a sí mismas y a otras personas.

1. Se limitará el número de personas por equipo a 2 o 3 (según karting o auto), incluido en ellas al piloto, para asegurar la distancia social recomendada dentro de los boxes. (no se permitirá el ingreso de familiares, ni sponsors –salvo que alguno de ellos este incluido dentro de las 2 o 3 personas del equipo).

2. Cada miembro del Equipo en forma previa deberá completar un Formulario Sanitario a modo de declaración jurada, sin este paso estará prohibido su ingreso. Se sugiere implementar la carga del mismo via web (o contacto que se determine de manera oficial con el personal autorizado de cada autódromo).

3. Miembros de equipos (con pilotos incluidos) 16 a 60 años son las edades permitidas.
MENORES DE 16 AÑOS TENDRÁN QUE ACREDITAR SER PILOTO FEDERADO.

4. Se fijará un horario de ingreso y egreso del equipo previamente, que deberá ser cumplido.

5. Se ingresará y saldrá solo por la puerta de acceso que cada Autódromo /Circuito fije previamente.

5. Se coordinarán los movimientos de los vehículos, camiones, casillas para evitar congestiones y minimizar los tiempos de carga, descarga y espera. Se recomendará que los choferes esperen dentro de los camiones, se priorizará el pedido de sanitizar y

desinfectar todos los elementos que se manipulen con los productos recomendados. Y mantener los mismos cuidados en los espacios asignados a cada equipo.

6. Cada equipo tendrá su box asignado, el que recibirá desinfectado y sanitizado bajo las medidas estrictamente establecidas en el Protocolo Sanitario del establecimiento.

7. En los casos en los que instale Carpa Asistencial al vehículo (lugar de trabajo) estas deberán estar perfectamente desinfectadas, en condiciones de ser habilitada:

- a. Identificación con el número de la carpa
- b. Datos del Equipo
- c. Fecha y horario de desinfección
- d. Responsable de la desinfección

B) Medidas sanitarias y preventivas al ingresar al Autódromo/Circuito

1. Toda persona (piloto/técnico/preparador, etc.) sin excepción deberá hacerlo con cubreboca hasta nuevo aviso oficial.
2. Se podría tomar la temperatura.
3. Se podría hacer también prueba de olfato.
4. Se reforzará la higiene de manos con alcohol en gel.
5. Si se detectara algún síntoma de alarma relacionado con el covid-19: fiebre, tos seca, falta de olfato, dificultad para respirar se llamará de forma inmediata al Servicio de Emergencias Sanitario de cada Municipio, para su derivación correspondiente.
6. Se le recordará guarda la distancia social, el uso de cubrebocas y la higiene de manos, toser y/o estornudar en el codo y el no tocarse el rostro. Además de la prohibición de saludos con contacto físico, y el intercambio de objetos.

Medidas sanitarias en zonas comunes

1. Las zonas comunes, pasillo de boxes (incluidos éstos, como se señalara previamente) pistas, estacionamiento, serán desinfectadas.
2. Se contará con dispositivos dispensadores de alcohol en gel en todos los espacios de circulación y permanencia de los equipos.
3. Se mantendrá durante toda la actividad un sistema intensivo de limpieza en áreas con afluencia de los equipos y empleados del Autódromo/Circuito.
4. Servicios sanitarios: se contará con toallas de papel, jabón y alcohol en gel dispuestos en sistemas de dispensación. No podrán ingresar más de 1 personas a la vez en el área en la zona de baños.

-Lugares de vestuarios, parrillas, cantinas deberán permanecer cerradas.

- Personal operativo en el Autódromo/Circuito los eventos:

1. Todo el Personal Operativo en carreras en contacto con los equipos usarán tapabocas y guantes acordes a las tareas a desempeñar y el uniforme correspondiente.
2. Todo el Personal Operativo se registrará por el protocolo sanitario ya establecido con ellos previamente en Autódromo/Circuito.

Los saludamos atte desde la Federación Misionera de Automovilismo Deportivo (FeMAD). Aguardamos la respuesta correspondiente

18) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE GIMNASIOS Y CENTROS DE MUSCULACIÓN EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

GIMNASIOS

INTRODUCCION

En virtud de la expresa situación en la que nos encontramos como sociedad a raíz de la Pandemia Mundial del COVID 19, el Consejo de Profesionales en Educación Física, a partir de aquí el COPEFIM, instituido jurídicamente bajo el registro N° A-2397 de la Dirección de Personas jurídicas de la Provincia de Misiones y Afiliado a la Federación de Consejos de Profesionales de la Provincia de Misiones – FECOPROMI, expresa su preocupación y propuestas con la finalidad de realizar una salida gradual del aislamiento preventivo obligatoria de la población misionera, considerando en todo momento las resoluciones adoptadas por el gobierno nacional y a consecuencia la provincia de MISIONES.

Por lo expuesto, el Colegio de Profesionales en Educación Física – COPEFIM, eleva a quien corresponda recomendaciones y solicitudes considerando todos los posibles riesgos de contagio y en consonancia con las decisiones que se fueron adoptando durante el transcurso del AISLAMIENTO OBLIGATORIO SOCIAL Y PREVENTIVO en resguardo de la SALUD de nuestros ciudadanos y también de nuestros profesionales pretendiendo actualmente la aplicabilidad de la política binaria impulsada desde el ejecutivo provincial. Realizamos las siguientes sugerencias como PROTOCOLO, contemplando la AF en establecimientos exclusivos de AF, bajo la dirección de matriculados del COPEFIM reconocidos como PROFESIONALES DE LA SALUD

ESTABLECIMIENTOS DE AF - Gimnasios y Similares

Salas de AF, de musculación, establecimientos de entrenamiento de atletas y/o acondicionamiento físico de deportistas

El consejo de Profesionales en Educación Física - COPEFIM sugiere de acuerdo a las normativas que establezca el Gobernador de la provincia de Misiones iniciar el restablecimiento de la AF considerando todas las acciones previstas como toma de conciencia y PRECAUSIONES de parte de los profesionales en Educación Física para el traslado desde y hacia el espacio de prestación laboral y los protocolos de cuidados del mismo espacio

- Salida del domicilio: cubriéndose la boca y nariz con barbijo o tapaboca, con anteojos y en caso de cabellos largos correctamente atados, trenzados y / o con gorros.
- Regreso al domicilio: Tomar todos los recaudos al regresar al domicilio para el ingreso al mismo la higiene de calzado, lavado de ropa y baño.-Considerando los cuidados sanitarios para la instrucción de las actividades proponemos el

regreso a los establecimientos cumpliendo con todos los protocolos de las actividades comerciales permitidas para el ingreso a los mismos.-

APERTURA:

Podrán tener abierto en un horario de **8:00 a 20:00hs.-**

NO podrán concurrir Pacientes de riesgo

Para el regreso paulatino la propuesta se centra en iniciar esta primera etapa en la admisión de un asistente por **cuatro metros cuadrados (4 m2)** en el establecimiento por turnos de trabajo.-

INFORMACION:

- Difusión de recomendaciones de las autoridades sanitarias locales y provinciales y del Ministerio de Salud de Nación.-
- Exhibición en espacios de circulación común de información OFICIAL de prevención y números de teléfono que el Ministerio de Salud de la Provincia y las autoridades locales
- Exhibición en el ingreso al establecimiento (croquis) para el público de las dimensiones en metros cuadrados del establecimiento, elementos y ubicación de los mismos que en él se encuentran.-

DESINFECCIÓN:

- Cada espacio de trabajo y de atención deberá contar con esquemas intensificados de limpieza y desinfección de todas las superficies de contacto habitual
- La frecuencia estará establecida en función de la AF debiendo asegurarse la limpieza de superficie y contacto frecuente instalando estaciones de higiene (alcohol en gel o hidroalcohol) en cada sector.
- Desinfección las herramientas y equipos de trabajo.
- Si el establecimiento cuenta con personal de limpieza los mismos deberá contar con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición. (mascara cubre cara o barbijo y antiparras, guantes).

VENTILACIÓN:

- Se adoptarán las medidas necesarias para la ventilación diaria y recurrente de espacios comunes
- No se aconseja el uso de ventiladores ni aires acondicionados durante el desarrollo de la AF.-

BENEFICIARIOS:

- Los beneficiarios deberán concurrir con elementos básicos de higiene y cuidados personales como Mascara cubre caras, toalla de mano, botella de agua personal, alcohol en gel personal. En caso de cabellos largos correctamente atados, trenzados y / o con gorros.
- Solicitar con anticipación el turno semanal en cada establecimiento.

- Se sugiere si así el usuario lo disponga, realizar la AF con máscaras cubre caras en reemplazo del barbijo de ingreso y egreso al establecimiento. (A fin de cumplimentar con la normativa nacional y general la seguridad sanitaria del entorno).
- Es conveniente que el usuario use en forma permanente colgada al cuello una toalla para disponer de la misma en forma instantánea para secarse la transpiración y hacer uso de la misma para limitar desechos de estornudos y tos.-

ACCESO:

- **Se sugiere el control y registro de temperatura del personal y de los usuarios al ingreso al establecimiento, en la recepción. Si presentaran líneas febriles por arriba de 37° no podrá tomar el servicio y se RECOMENDARA la consulta médica.-**
- Se deberá informar y capacitar a los empleados del establecimiento (si los tuviere) en reconocimiento de síntomas de la enfermedad (de acuerdo con lo establecido en el Decreto 206/2020 art 15) y de las medidas de prevención del COVID-19 de acuerdo con la información oficial que comunica el Ministerio de Salud de la Nación y Provincia.
- **Se limitará el ingreso al establecimiento exclusivamente a la población que no constituya grupo de Riesgo de 16 a 60 años**
- Se incorporará en el acceso al establecimiento una alfombra de hipoclorito diluido para que el socio realice la limpieza del calzado al ingreso, idénticas alfombras se colocarán en el acceso de cada salón de clases.-
- Al ingresar cada asistente firmará su DDJJ donde manifiesta su buen estado de salud, no obligación de cuarentena, ni vínculo cercano con persona afectada.-

DISTANCIAMIENTO SOCIAL:

A fin de regular la AF propiamente dicha los establecimientos se clasifican en: SALA DE MUSCULACION y SALA DE AF LIBRE

- o Política de acceso vía turnos y sistemas de ingreso previo, que permitan conocer en todo momento los beneficiarios que están realizando AF en el establecimiento
- o No se habilitaran los vestuarios, los usuarios deberán llegar equipados y se retiraran del establecimiento con la misma indumentaria
- o Los sanitarios solo serán habilitados para casos de emergencia, deberán estar bajo llave.-
- o Demarcación de espacios en las áreas de atención al público/recepciones para que se mantenga la distancia de 2 metros entre personas (líneas en el suelo)
- o Limitar un espacio con 2 metros de distancia entre si para depositar las pertenencias personales del usuario (llaves, celular, bolso, otros),-
- o Límites en los salones de clase con demarcación en el piso (islas) respetando la distancia recomendada cada 4 metros cuadrados, o Obligación de utilización de protección mediante barbijos a toda aquella persona que concurra y/o trabaje en el establecimiento antes y después de la AF (considerar Hipoxia) o

- Redistribución de equipamiento con las distancias admitidas como seguras (4 mts cuadrados)
- o Suspensión de toda AF que implique de contacto entre las personas (instructor – beneficiario, beneficiario-beneficiario)
 - o Los usuarios deberán esperar fuera del establecimiento entre un turno y otro a fin de efectuar la tarea de higiene de los elementos, los sanitarios y el establecimiento en general.-

ACCIONES en el espacio de trabajo:

- Se ofrecerá alcohol en gel o hidroalcohol en todos los espacios comunes y garantizar la provisión de todos los elementos para un adecuado lavado de manos con agua y de jabón en sanitarios
- No se habilitara los espacios comunes de socialización.-
- El personal sólo se acercará a los usuarios con el equipo básico de protección personal (mascara cubre cara o barbijo y antiparras, guantes,). Se intensificarán los esfuerzos para que el personal que concurre a trabajar en los establecimientos se traslade por medios propios sin necesidad de recurrir al transporte público.-
- En todo momento habrá en el establecimiento un responsable matriculado capacitado en cuestiones de salud y protocolo de actuación ante posible detección de persona presumiblemente infectada.-

HIGIENE

- o Junto a cada máquina de musculación, cinta, elíptico o bicicleta se incorporará una botella de hidroalcohol con spray para que el usuario pueda realizar su propia higiene complementaria a la aportada por el personal de limpieza. o Se incorporarán dispensers con toallas de papel descartables en los sanitarios, limitando el uso de toallas de tela personales.-
- o Cartelería con indicaciones de uso y formas. o Registro de limpieza, horarios y responsable. (En cada sector deberá encontrarse exhibido claramente el registro de limpieza con horarios, responsable y firma de quien realizó la misma con la obligatoriedad de hacerlo 1 vez por hora al cierre de un turno. o Una vez finalizada cada clase los salones el personal de limpieza tendra15 minutos necesarios para hacer la limpieza de los elementos y espacios, establecido por metros cuadrados del establecimiento.-
- o Para las clases en las salas de musculación cada instructor determinara el tiempo de atención que requerirá el usuario y arbitrara los medios para otorgar los turnos de ingreso a fin de respetar el número de usuarios admitidos por metro cuadrado. Como también el usuario deberá ser instruido para la higienización antes y después de la maquina o elemento de musculación con los elementos provistos alado de cada máquina-elemento de trabajo. o Los sanitarios se cerrarán por 15 minutos cada hora para realizar la limpieza y desinfección.

19) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE PADEL EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

Reapertura de las canchas de padel, en horarios reducidos, solamente con 4 jugadores por turno y con el mínimo personal de atención. Entendiendo el estado actual de la pandemia, y con la sola intención de colaborar con los propietarios y jugadores de este deporte, considerando que en particular cada cancha de padel cuenta con 200 m², solamente 4 jugadores ingresan a la misma, sin tener contacto físico en ningún momento, teniendo en cuenta además la cantidad de m² de las instalaciones generales de cada club, en principio esto no implicaría un alto riesgo de transmisión. Asimismo no podrán utilizarse los quinchos ni cualquier otro espacio que no este destinado exclusivamente a la practica del deporte, tampoco podrán organizarse torneos ni cualquier otro tipo de actividades.

PROTOCOLO DE PROTECCION

PREMISA

La disciplina deportiva del Padel no proporciona contacto físico, a diferencia de otros deportes donde sí existe esa posibilidad, por esta razón es mejor que otras disciplinas para la reanudación gradual de la actividad, proporcionando limitaciones y precauciones que eliminan el peligro de transmisión del virus.

RESUMEN DE MEDIDAS

CANCHA

- Prohibición de cambiar de lado en juegos impares.
- Anticipar la hora de la finalización del turno 5 minutos.
- Retrasar la hora del inicio del turno 5 minutos.
- Desinfectar las manos cada 15 minutos.
- Señalización del espacio exterior para almacenar bolsos con asientos fijos y desinfectados.

CLASES

- Lecciones permitidas para un máximo de 2 alumnos a la vez.
- Nuevas pelotas provistas por los alumnos.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

TRÁNSITO

- El acceso al complejo de padel está permitido solo para los deportistas.
- Señalización adecuada para guiar el flujo de personas que entran y salen.
- Los complejos de padel con múltiples pistas deben diversificar horarios para evitar encuentros.

PERSONAL

- Todo personal debe usar barbijos y guantes de latex.
- Limpiar espacios comunes regularmente.
- Evitar pagos en efectivo.

VESTUARIOS Y BARES

- Duchas en vestuarios y espacios sociales cerrados.
- Bares se abren de conformidad con las regulaciones Nacionales, Provinciales y/o Municipales.

PELOTAS Y OTROS

- Uso de pelotas nuevas.
- Uso de guantes de latex para la mano no dominante.
- Uso de paleta propia.
- Dispenser de gel desinfectante.
- Nombramiento y presencia de personal constante, responsable de supervisar el cumplimiento de las normas.

TOR

DETALLES DE LAS REGLAS

CANCHAS TRANSITOS CLASES

Proporcionar espacios específicos para los jugadores, donde sea posible colocar bolsos u otro artículos personales, además delimitar la medida exacta del espacio para permitir desinfectar.

Los momentos de cambio de jugadores en las canchas, al final de las horas de juego, debe proporcionar un período de tiempo suficiente, no menor a 5 (cinco) minutos entre el final y el inicio de la siguiente reserva, necesario para permitir que los jugadores pasen con seguridad absoluta.

Prohibir el cambio de lado en juegos impares durante el juego.

Las clases se llevarán a cabo con la presencia de un máximo de dos alumnos, esto para facilitar la distancia de seguridad dentro del campo de juego.

Se utilizarán pelotas nuevas proporcionadas por el alumno.

Limpiarse las manos con gel desinfectante cada 15 minutos.

Los movimientos dentro de los complejos deben limitarse únicamente a los usuarios de las canchas de juego, por lo que se prohíbe la presencia de espectadores.

Además, cuando sea posible, el complejo tendrá que proporcionar canales especiales para evitar el encuentro de los usuarios entrantes y salientes.

Evitar también reuniones de personas, debe preverse la diversificación de los tiempos de reserva de los campos individuales, escalonando así las entradas y salidas de los usuarios.

VESTUARIOS - PELOTAS - PERSONAL

A la espera de medidas específicas, por razones obvias de seguridad debe prohibirse el uso de duchas en los vestuarios.

En cumplimiento con las normativas, los espacios sociales deben permanecer cerrados, lo que limita el acceso a las instalaciones solo para la actividad deportiva.

Con respecto al uso del bar, se aconseja el uso de máquinas expendedoras o el autoservicio. Se deben respetar las normas generales de seguridad establecidos por las leyes nacionales, provinciales y/o municipales.

Al comienzo de las clases o partidos, los jugadores deberán usar pelotas nuevas, abriendo el tubo de las mismas dentro del campo de juego. Los canastos de pelotas del complejo de padel no se pueden usar.

El guante de latex debe utilizarse en la mano no dominante.

Cada complejo de padel debe designar uno o más supervisores, que siempre deben estar presentes durante el horario de apertura de la instalación, para verificar y hacer cumplir las reglas.

Los pagos de las canchas reservadas deben hacerse de forma electrónica y cuando sea posible, por adelantado. (Tarjetas de débito, crédito, transferencias, plataformas online, etc)

El personal debe usar barbijos y guantes de latex para evitar contagios. Además el personal debe limpiar las áreas comunes tanto como sea posible.

Los torneos estarán suspendidos mientras dure el período de Aislamiento Social preventivo y Obligatorio.



**MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO**

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

CONCLUSIONES

Otras medidas que deben tomarse están representadas por la necesidad de que el complejo proporcione envases de control de virus (Geles desinfectantes u otro), los jugadores respeten las normas de seguridad habituales, y por lo tanto, se respete la distancia de seguridad dentro y fuera de la cancha, no se proceda con el intercambio de paletas y se respeten los tiempos establecidos en las reservas, poner a disposición el número de servicios médicos para contactar en caso de necesidad.

Los protocolos de seguridad adicionales podrían incluir el tema de auto certificaciones y medición de temperatura.

20) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE SQUASH EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

● **Introducción.**

A raíz de la Pandemia por el COVID-19, declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el gobierno argentino declaró el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio mediante Decreto 297/2020 a partir del 20/03/2020.

En este contexto, la Confederación Suramericana de Squash (CSS), elaboró el Protocolo de seguridad para la reapertura del Squash en países miembros, que se encuentra disponible y forma parte del presente documento.

La AASR elaboró el presente documento a los fines de dar un marco general y pautas a ser consideradas por las distintas Asociaciones Provinciales, Clubes Deportivos y Gimnasios de todo el país para facilitar el retorno de manera progresiva a los entrenamientos y aperturas de las canchas a medida que los distintos organismos lo autoricen.

● **Covid-19: Información de importancia para el squash**

A continuación, se resumen aspectos básicos de la pandemia que afectan la actividad deportiva y que son los condicionantes para las acciones de mitigación y preventivas que se proponen en el presente documento:

● Transmisión del COVID-19

? Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas que se expelen en la tos o estornudos. Estas gotitas caen sobre los objetos y superficies de modo que otras personas pueden contraer el COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

También pueden contagiarse si inhalan las gotitas procedentes de la nariz o la boca que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1-2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma. Esta distancia es hoy reconocida como la distancia social que hace parte esencial de la estrategia de control del Covid-19 en la comunidad.

● Síntomas que revelan la infección por el Covid-19

Los síntomas más relevantes son:

- Malestar general
 - Dolor de cabeza
 - reducción y/o pérdida del olfato y del gusto
 - Fiebre
 - Tos seca
 - Diarrea y malestar gastrointestinal
 - Dificultad para la respiración
- AASR Protocolo COVID-19 Pag 3 de 6 Estos síntomas pueden aparecer entre 2 a 14 días después de la exposición a un

paciente enfermo o entrar en contacto con el virus en superficies contaminadas con el Covid-19

- Superficies y permanencia del Covid-19 El tiempo estimado de permanencia del virus en distintas superficies que son comunes en las áreas deportivas son:
 - Aluminio: 2 a 8 horas.
 - Aire: 3 horas.
 - Cobre: 4 horas
 - Guantes quirúrgicos: 8 horas
 - Cartón: 24 horas
 - Acero: 48 horas
 - Madera: 4 días
 - Vidrio: 4 días
 - Papel: 4 a 5 días
 - Plástico: 5 días.

- **Objetivo y Alcance**

El objetivo del presente documento es proporcionar las guías básicas para el retorno de la práctica del Squash en medio de la afectación de la pandemia del COVID-19 a nivel mundial, definiendo las pautas de aplicación antes, durante y después de la práctica de la actividad física y de esta manera prevenir, contener y mitigar la transmisión del virus de persona a persona.

El presente protocolo tiene como alcance proporcionar una referencia a las Asociaciones Provinciales, Clubes y Gimnasios donde se desarrolla la práctica del Squash a nivel nacional. Es de aplicación exclusiva para la práctica del Squash y deberá ser complementada y adaptada a las necesidades locales cumpliendo con los protocolos sanitarios de cada región y lo que cada entidad considere apropiado.

- **Protocolo de seguridad para la reapertura de las canchas de squash.**

La apertura de canchas de squash se realizará bajo las normas y en los plazos establecidos por las autoridades Nacionales, Provinciales y/o Municipales correspondientes.

El proceso de reapertura será gradual y dependiente del contexto del Covid-19 en cada región del país.

- Se establece un máximo de dos personas por cancha, resultando un factor de ocupación superior a 60 m², dado que la cancha tiene una superficie de 62,4 m². AASR Protocolo COVID-19

- Podrán ingresar a la cancha un jugador. El jugador será el único en contacto con la pelota y podrá practicar ejercicios de control individuales, acompañado por su entrenador, que se ubicará detrás del vidrio fuera de la cancha y podrá únicamente impartir ejercicios técnicos, sin tener contacto con la pelota, y respetando la distancia social requerida entre ellos.

- En el caso que 2 jugadores formen parte del mismo hogar, convivan en el mismo domicilio y cumplieren la cuarentena juntos, podrán jugar sin condicionamientos entre ellos.

- Cada persona deberá contar con un kit de desinfección.
 - Antes de iniciar el juego se deben limpiar las canchas con los desinfectantes recomendados y una vez terminada la práctica desinfectar nuevamente.
 - En la limpieza de las canchas se debe prestar especial atención a la limpieza de vidrio posterior, paredes laterales, perillas de las puertas, superficies planas (ver punto II-c, tiempo de permanencia de virus en materiales),
 - Sólo podrán ingresar a las instalaciones jugadores, entrenadores y personal de limpieza e higiene. Las personas que ingresan deberán realizar una medición de temperatura con termómetro infrarrojo o similar impidiendo el ingreso al que tenga 37,5 °C o superior. Será de uso obligatorio el barbijo dentro de las instalaciones.
 - Se debe llevar un registro diario de todos los jugadores / personal que asistió a la instalación, así como la hora de entrada y la hora de salida para tener la posibilidad de seguimiento en caso de contagios potenciales.
 - Para el armado de los turnos se deben considerar los intervalos necesarios para permitir que los jugadores terminen y abandonen el área, luego se realizará la desinfección correspondiente y posteriormente ingresará el próximo turno.
 - Las instalaciones que cuenten con más de una cancha, deberán implementar los turnos de tal modo que no se ingrese en las distintas canchas en los mismos horarios para reducir de esta manera las aglomeraciones dentro de las instalaciones.
 - No estará permitido el "tercer tiempo" y no estarán disponibles en las instalaciones dispenser de agua, vasos, toallas. Los jugadores deberán llevar sus propios elementos de hidratación e higiene.
 - No estarán habilitados los vestuarios ni duchas, el jugador deberá llegar con la vestimenta deportiva y retirarse inmediatamente terminado su turno de cancha.
- V. Protocolo para el entrenamiento y juego. AASR Protocolo COVID-19**
- Los jugadores no deben permanecer fuera de la cancha antes o después de un partido o entrenamiento.
 - Los jugadores deben desinfectar manos, bola, raqueta y lentes antes de comenzar el juego.
 - Se debe desinfectar el calzado de calle, las zapatillas de squash deben transportarse en el bolso y utilizarlas para ingresar a la cancha.
 - Las pertenencias del jugador y/o entrenador deben ubicarse en extremos opuestos de la cancha.
 - Los jugadores deben evitar tocarse la cara y los ojos durante la sesión. Si las gafas necesitan ser limpiadas, debe usarse el kit de desinfección apropiado traído por el jugador.
 - Se deberá mantener la ventilación en las áreas de squash abriendo ventanas y puertas.
 - No se debe usar el vidrio o las paredes para secarse las manos.
 - No se deben colocar toallas, ropa transpirada ni cualquier otro objeto de uso personal en bancos, sillas, mesas o el perímetro cercano a la cancha, deberán permanecer en todo momento dentro del bolso de cada jugador.

VI. Escuelas de Menores y Entrenamientos.

Para la apertura de escuelas de menores, en la primera fase de retorno a la práctica del Squash se recomienda:

- Clases de máximo un profesor y un alumno en cancha; a no ser que los mismos formen parte del mismo hogar, conviven bajo el mismo domicilio, y/o cumplieren la cuarentena juntos.
- Las escuelas se registrarán bajo los mismos protocolos del presente documento, y en concordancia con las disposiciones del Gobierno Nacional, el entrenador deberá encargarse del cumplimiento estricto del mismo.

VII. Recomendaciones.

- Cuando fuera necesario el traslado para llegar al club, se deberá evitar en la medida de lo posible el transporte público. En el caso que el recorrido se realizare en vehículo particular el mismo deberá ser sin acompañantes
- No compartir botellas o vasos de líquidos entre los jugadores y/o entrenadores independientemente del círculo familiar. AASR Protocolo COVID-19
- Se debe Evitar el contacto físico con sus compañeros/as: eliminar apretón de manos, abrazos y cualquier otro tipo de contacto.
- En la entrada de cada cancha utilizar dos trapos de piso: uno con agua con lavandina y uno seco.
- **No dejar ningún tipo de objeto de uso personal o desuso en las instalaciones, como ser, ropa, botellas, grip usado, bola pinchada, etc**



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

21) PROTOCOLO DE REINICIO DE ACTIVIDADES DE CICLISMO EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

A-Requisitos del ciclista: Con la finalidad de ser incluido en el Registro Único de Ciclistas Deportivos se debe presentar a la Entidad Reguladora:

- Fotocopia DNI constando domicilio en Apóstoles (MISIONES)
- Bicicleta en condiciones de circulación (frenos y estado general)
- Casco ciclista
- Número de celular del ciclista.
- Firma y aclaración en planilla de declaración jurada adjunta (Planilla 1) tomando conocimiento del presente Protocolo.

B-Regulaciones de la actividad del ciclista:

- La actividad del ciclista debe ser INDIVIDUAL.
- No se habilita a circular de a dos o más personas.
- El horario habilitado para realizar la actividad es de 6 a 18 hs.
- La distancia entre ciclistas que avanzan en una misma dirección debe ser de 20 o más metros (de acuerdo a estudios efectuados por Blocken, B., Malizia, F., van Druene, T. y Marchal, T. en un túnel de viento en la Universidad de Tecnología de Eindhoven, Holanda ^{1,2,3}).
- En caso de adelantar un ciclista a otro, de las mismas investigaciones se desprende que la distancia mínima debe ser de 1,5 metros.

C-Respecto de la Entidad Reguladora:

- La entidad Reguladora y Habilitante de los ciclistas interesados será la responsable de disponer actualizado el Registro Único de Ciclistas Deportivos (Planilla 1).
- La Entidad debe disponer del registro de Ciclistas Autorizados en caso que sea requerido por alguna Entidad o Fuerza de Seguridad hasta un (1) año después de haber sido levantado el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio.

22) KITESURF / WINDSURF EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

Este Protocolo pretende desde siempre respetar las normativas que se dictan a nivel Mundial

OMS, Nacional Ministerios de Salud y Deportes y Provincial Ministerio de Salud, y Deportes.

Dados que los deportes de vela enunciados anteriormente son practicados **individualmente** y se desarrollan en lugares al aire libre se garantiza el distanciamiento y la práctica individual deportiva. Por lo que detallamos a continuación la siguiente propuesta de protocolo:

1 - DISTANCIAMIENTO SOCIAL: La distancia a la que se solicita permanecer siempre se respeta en nuestros deportes, incluso llegando a duplicar el perímetro sugerido atendiendo a las características de los deportes y a las medidas de seguridad establecidas para su práctica, garantizando así evitar la propagación del denominado virus COVID 19.

2 - ACCESO AL LUGAR DE NAVEGACIÓN: El acceso al lugar de navegación se realizará en automóvil con 1 (UNA) persona máxima en su interior, el vehículo deberá quedar estacionado a una distancia que respete el DISTANCIAMIENTO SOCIAL establecido, utilizando tapabocas y guantes, debiendo contar también con alcohol en gel para la desinfección.

3 - PRÁCTICAS: En cuanto al KITESURF la distancia mínima para el despegue y el aterrizaje en caso de necesidad de asistencia es de 15 metros mínimo, deportistas experimentados pueden realizar las maniobras de manera autónoma, en lo que al WINDSURF respecta es un deporte que no requiere asistencia.

Al momento de ingresar al espejo de agua para la navegación, los deportistas cumplirán con todas las medidas de seguridad recomendadas por las autoridades competentes, organizaciones deportivas nacionales e internacionales velando en todo momento por la práctica segura de los deportes y el cuidado del medioambiente.

Tal como se expone anteriormente, en el momento de la navegación los deportistas respetarán en todo momento el DISTANCIAMIENTO SOCIAL establecido, no solo para evitar la propagación del virus COVID-19 sino porque los deportes así son practicados.

Terminada la sesión de entrenamiento, al egreso del espejo de agua se retornará a las prácticas sugeridas de protección, desarmarán su equipamiento, realizarán el guardado del mismo dentro de bolsas y retornan a su domicilio sin parada intermedia alguna, al llegar a su domicilio deberá lavar adecuadamente la ropa utilizada y ducharse para luego volver a su rutina de cuarentena habitual.

Se destaca que las actividades solo se realizan los días y horarios que hay viento adecuado para su desarrollo y que los deportistas sólo realizarán las prácticas estrictamente deportivas y en vista del entrenamiento para diferentes fechas del calendario de regatas provinciales y nacionales cuando estas estén habilitadas.

Desde las Asociaciones nos comprometemos que la práctica cumplirá las premisas de practica segura que norman el deporte a nivel nacional e internacional y como expresamos anteriormente son siempre respetadas estando estas en un todo de acuerdo con lo que temporalmente en la actualidad se dispone para evitar la propagación del COVID-19.

Que la excepcionalidad solicitada es solo para el acceso al lugar de entrenamiento, destacando que esta activación pequeña pero necesaria, no solo colabora con los navegantes a que vuelvan a sus actividades deportivas, sino que también ayuda desde el ámbito de la salud a fortalecer el sistema inmunológico al desarrollar actividades físicas que promueven el desarrollo físico atacando al sedentarismo enemigos número uno de la salud física y mental.

4 - SOLICITUD: Por lo expuesto solicitamos a Uds., o por vuestro intermedio ante quien corresponda **HABILITAR** la práctica de estos deportes, incorporando a nuestras actividades dentro de las excepciones previstas del DNU 297/2020.



MUNICIPALIDAD
DE ELDORADO

*"2020 Año del Bicentenario del Paso a la Inmortalidad
del General Manuel Belgrano; de la Donación de Sangre,
Órganos y Tejidos y de la Enfermería Misionera"*

23) PROTOCOLO MARCHA NORDICA EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

- ✓ Tanto los instructores como alumnos, deberán utilizar tapa boca durante las clases.
- ✓ La duración de cada clase será de 1:15 hs.
- ✓ Los bastones a ser utilizados se desinfectarán completamente con alcohol a 70% en el momento de ser utilizados y en presencia del alumno que los utilizará.
- ✓ Se contará con alcohol, agua y jabón en las proximidades del circuito de trabajo.
- ✓ Se exigirá a cada alumno como indispensable portar su hidratación personal y el respectivo tapabocas.
- ✓ No habrá contacto físico alguno en ningún momento entre los alumnos ni con los instructores.
- ✓ Todos los ejercicios se harán con el concepto de estaciones, se comienza y termina cada uno en su estación, asegurando un distanciamiento seguro de 3 mts entre los alumnos. Dichos espacios estarán previamente delimitados, por ejemplo con conos indicadores de cada ejercicio o actividad.
- ✓ No se permitirán las charlas grupales durante las clases, ni antes o después de las mismas.
- ✓ Se les remitirá vía whatsapp a cada alumno tanto el protocolo como el cronograma de trabajo que se llevará a cabo cada día, de manera de evitar las explicaciones, estando los instructores presentes para entregar el equipamiento, asegurar las desinfecciones y el cumplimiento del protocolo y brindarles recordatorios de los ejercicios a realizar en cada estación a quienes no los recuerden correctamente. Los instructores se hacen responsables de hacer cumplir el protocolo.

24) PROTOCOLO PARA ENTRENAMIENTO DE DEPORTISTAS EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19

UNICAMENTE PARA JUGADORES MAYORES DE 17 AÑOS

SOLICITUD:

Cada club deberá presentar ante las autoridades municipales una solicitud de autorización para entrenamientos, especificando la ubicación del predio donde se realizaran los mismos.

En esa solicitud deberán indicar cual será el acceso al predio asignado para ingreso de los participantes. Ese acceso será el único habilitado.

Los días de lluvia no se realizaran actividades.

TURNOS:

Se comunicara a las autoridades municipales locales, los días y horarios en que se llevaran a cabo los entrenamientos.

Se establecerán turnos de entrenamiento

En dicha comunicación se deberá agregar el listado de las personas, con Nombres y Apellidos. Fecha de Nacimiento y Numero de DNI que participaran del mismo.

Establecer la cantidad de personas participantes POR TURNO a las imprescindibles (un máximo de 5 jugadores, un entrenador y un utilero)

Los turnos tendrán una duración máxima de una hora

Fijar un minimo de 15 minutos entre un turno y el siguiente para facilitar la salida del predio de los participantes y proceder a la higiene, desinfección y ventilación de baños y vestuarios.

ENTRENAMIENTO:

Al arribar al predio evitar abrazos y/o estrechar las manos de compañeros entrenadores directivos y/o trabajadores del club.

Controlar la temperatura de todos antes de iniciar el entrenamiento

Si alguno de los participantes del entrenamiento tiene síntomas, llamar inmediatamente al 147.

Mantener una distancia ante cualquier persona de 2metros en todo el predio, y en el campo de juego de 4 metros.

Se permitirán movimientos y rutinas para mantener la condición física y/o ejercicios individuales con pelota.

Los movimientos, rutinas y ejercicios se realizarán únicamente en los espacios destinados a campo de juego (cancha)

NO SE PERMITE LA DISPUTA DE PARTIDOS NI LA PRACTICA DE JUGADAS EN FORMA COLECTIVA (MAS DE DOS PARTICIPANTES)

Usar toallas individuales para la sudoración. Debe evitar tocarse la cara

RECOMENDACIONES PARA EL USO DEL BAÑO

Desinfectar con mayor periodicidad picaportes y puertas; barandas pasamanos y puerta de ingreso al local en forma frecuente.

Limpiar pisos y paredes utilizando cloro (lavandina) y derivados

Revisar que todas las zonas de lavado de manos y utensilios estén abastecidos con jabon desinfectante y papel secamanos

Ventilar todas las zonas después de cada turno.

VARIOS:

Usar ropa y calzados exclusivos para el entrenamiento y lavarlos una vez finalizado el entrenamiento.

No acudir al entrenamiento en caso de tener síntomas

Capacitar a todos los participantes en el uso correcto de elementos de protección personal (barbijos, tapabocas, alcohol etc)

Desarrollar un plan dirigido a mejorar las condiciones higienicas de elementos utilizados para el entrenamiento (conos, pelotas. Etc)