

D) PROTOCOLS PARTICULARS REFERENTS A ESPORTS DE LLUITA PER A ESCOLES ESPORTIVAS I ENTRENAMENTS DE LES SELECCIONS UNIVERSITÀRIES.

1. Normes generals

- 1.1 Es respectaran en tot moment els protocols de seguretat establerts per la Universitat de València i el Servei d'Esports, que fan referència a les mesures adoptades per el ministeri de Sanitat i de la Conselleria de Sanitat de la GVA.
- 1.2 Queden suprimides les salutacions físiques (estretes de mà, abraçades, etc.) i les salutacions generals de les diferents disciplines, a l'inici i final de la classe.
- 1.3 És obligatori l'ús de la mascareta higiènica mentres no es realitze l'activitat esportiva. A més, es recomana la seua utilització en tot moment. No es permetrà la utilització de mascaretes de tela. Es recomana portar diverses mascaretes per si es banyen, taquen...etc.
- 1.4 Els entrenaments seran preferentment individuals, amb distància de seguretat entre persones (mínim dos metres).
- 1.5 S'establiran torns de treball que permeten respectar amb facilitat aquesta distància, procurant que la mobilitat en el tatami siga la mínima possible (per exemple, no es farà treball de carrera al voltant del tatami en iniciar-se el escalfament). Cada esportista i tècnic haurà de tindre clar quin és "el seu espai" dins del tatami, sempre respectant la distància de seguretat.
- 1.6 Les distàncies de seguretat hauran de respectar-se també durant els períodes de descans.
- 1.7 Es recomana no fer us de cap material durant l'entrenament. En qualsevol cas, una vegada un esportista ha començat a utilitzar qualsevol tipus de material d'entrenament no podrà ser utilitzat per un altre esportista fins que aquest haja sigut correctament desinfectat. No es podrà compartir qualsevol altre tipus de material (telèfon mòbil, crono, tovallola, etc.).
- 1.8 Abans d'iniciar l'activitat esportiva és obligatòria la desinfecció amb gel hidroalcohòlic de mans, i també de peus, si aquests no estan protegits amb calçat adequat. En aquest cas, els/les esportistes i entrenadors s'asseguraran d'entrar al tatami amb els peus perfectament secs.

2. Normes específiques de Karate i Taewondo

- 2.1 Les proteccions seran, preferentment, les pròpies i personals de cada esportista; no es podran compartir proteccions de cap tipus.
- 2.2 El treball de parelles, si és el cas, s'haurà de realitzar, preferentment mantenint la distància de seguretat; si açò no fora possible, s'haurà d'utilitzar obligatòriament la mascareta higiènica. Es procurarà treballar sempre amb la mateixa parella.
- 2.3 El material de entrenament que utilitze la parella haurà de ser desinfectat correctament al finalitzar el seu ús, es guardarà, i no es tornarà a utilitzar per cap esportista més durant eixa sessió d'entrenament.

3. Normes específiques d'Aikido

- 3.1 El començament de les classes es farà utilitzant el treball específic d'armes.
- 3.2 El treball de parelles, si és el cas, s'haurà de realitzar, preferentment, mantenint la distància de seguretat; si açò no fora possible, s'haurà d'utilitzar obligatòriament la mascareta higiènica; es procurarà treballar sempre amb la mateixa persona.
- 3.3 Posteriorment, es podrà ampliar el tipus de treball, una vegada el grup estiga consolidat i estabilitzat, a criteri del entrenador/a i amb la conformitat del tècnic responsable de l'escola.

4. Normes específiques de Judo

- 4.1 Es recomana que el treball siga individualitzat, realitzant treball tècnic en les fases inicials.
- 4.2 Es recomana no fer *randori* al començament en els primers dies de l'inici de l'escola; posteriorment, quan el grup estiga estabilitzat, a criteri del entrenador/a i amb la conformitat del tècnic responsable de l'escola, es podrà realitzar el treball de *randori* amb el mateix *Uche*.

5. Normes específiques de Kendo

- 5.1 No es podrà utilitzar la armadura fins que es puga fer-la servir amb les mesures de seguretat adequades.