

PROTOCOLO DE UTILIZACIÓN DE LAS INSTALACIONES Y MATERIAL DEL SERVICIO DE DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE VALÈNCIA Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL COVID-19

El presente documento recoge las medidas generales y específicas para la participación en las actividades deportivas que se realizan y/o organizan en el Servicio de Deportes de la Universitat de València, con el objeto de minimizar el riesgo de contagio del COVID-19, teniendo en cuenta las recomendaciones y asesoramiento del Servei de Prevenció i Medi Ambient de la UV así como la normativa específica aprobada por las diferentes administraciones públicas.

Este documento debe entenderse como un marco general preventivo, debido a:

- La variedad y especificidad de las actividades deportivas
- La concurrencia de distintas empresas y entidades y colectivos.

Por otra parte, todas las medidas propuestas se guían por el principio de autorresponsabilidad, en virtud del cual todas las personas implicadas deberán actuar siempre procurando evitar la transmisión del virus SARS-CoV-2 y desarrollando una postura proactiva en dicha dirección. Para ello, se pondrán a disposición de las mismas los medios necesarios, con un especial énfasis en la presencia de mensajes y objetos de comunicación de fácil comprensión.

A) PROTOCOLO GENERAL PARA USUARIOS/AS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

1.-Acceso a las instalaciones del Servicio de Deportes:

- 1.1 No podrán acceder al Servicio de Deportes aquellas personas con síntomas compatibles con COVID-19, o a quienes se les haya diagnosticado la enfermedad y que no hayan finalizado el periodo de aislamiento, o aquellas que se encuentren en periodo de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.
- 1.2 Es obligatorio el uso de mascarilla higiénica o quirúrgica, homologada, durante toda la permanencia en las instalaciones del Servicio de Deportes, salvo mientras se esté realizando actividad deportiva en espacios abiertos. Por tanto, la realización de actividades deportivas en espacios cerrados también exigirá el uso de mascarilla. No se permitirá el uso de mascarillas con válvula exhalatoria.
- 1.3 Es obligatoria la desinfección de manos con gel hidro-alcohólico para acceder a las instalaciones, salas y espacios del Servicio de Deportes. En los accesos a las instalaciones y salas del Servicio de Deportes hay dispensadores de gel hidro-alcohólico.
- 1.4 El tránsito por los pasillos y accesos se realizará con la máxima rapidez y diligencia, sin pararse ni entorpecer el tránsito de los demás usuarios/as, manteniendo siempre la distancia mínima de seguridad de 2 metros.
- 1.5 Se deberá respetar siempre el aforo máximo de salas, baños y vestuarios, que está debidamente indicado en la cartelería dispuesta.
- 1.6 El acceso a las instalaciones del Servicio de Deportes implica la aceptación tácita de este protocolo. Su incumplimiento podrá comportar la expulsión de la actividad y la prohibición de acceso a las instalaciones de este Servicio.

2.-Entrada y salida a la salas y espacios cerrados:

- 2.1 La entrada y salida a salas y espacios cerrados se hará por los lugares indicados, priorizando siempre la salida de los usuarios/as que en ese momento estén en dicha sala o espacio.
- 2.2 Los/las deportistas que vayan a entrar a una sala o espacio cerrado guardarán la debida distancia con la entrada, permitiendo la salida de los deportistas que han finalizado su actividad y mantendrán correctamente colocada la mascarilla.

3.-Durante la realización de la actividad deportiva:

- 3.1 Es obligatorio el uso de la mascarilla en aquellas actividades deportivas que se realicen en espacios cerrados. Se recomienda su uso en las actividades que se realicen en espacios abiertos.
- 3.2 Se recomienda acudir ya vestido con la ropa deportiva y evitar el uso de vestuarios y duchas.
- 3.3 No se podrá utilizar el calzado de calle.
- 3.4 Se deberán seguir las instrucciones que indique el monitor/a de la actividad, en su caso.
- 3.5 Se deberá respetar siempre la distancia de seguridad y realizar la actividad dentro del espacio marcado, en su caso.
- 3.6 No se podrá compartir material.
- 3.7 Se recomienda a los usuarios/as traerse su propio material (esterilla etc).
- 3.8 Uso obligatorio de toalla grande o pequeña por parte de los usuarios/as. En el caso de usar esterillas del centro, poner siempre una toalla encima.
- 3.9 Uso individual de la botella de agua.

4.-Finalización de la actividad:

- 4.1 Se deberá finalizar la actividad en el horario programado o cuando así lo indique el monitor/a.
- 4.2 En caso de utilizar material del centro, los usuarios/as deberán desinfectar por completo el material, así como el suelo en caso de sudoración al terminar la actividad.
- 4.3 Recoger el material utilizado una vez desinfectado.
- 4.4 Seguir las instrucciones de uso en vestuarios y zonas comunes.
- 4.5 Abandonar las instalaciones del Servicio de Deportes con rapidez y sin pararse en pasillos ni accesos.

B) PROTOCOLO GENERAL PARA MONITORES/AS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

1. Supervisará que los usuarios/as cumplen las instrucciones establecidas por el Servicio de Deportes. En caso de incumplimiento podrá expulsar al usuario de la sala o actividad, y lo comunicará al coordinador que corresponda.
2. Comprobará los listados de los usuarios con asiduidad.
3. Garantizará la ventilación continua de la sala, en lo posible.
4. Es obligatorio el uso de mascarilla en todo momento.
5. Comprobará que en todo momento se respeta el aforo máximo de la sala.
6. Comprobará que las distancias de seguridad se cumplen.
7. Finalizará la clase en el horario programado.
8. Comprobará que el material utilizado se ha desinfectado y recogido.
9. Moderará el volumen de audio en las actividades que requieran música.
10. Informará a los coordinadores del Área de Actividades de las incidencias que puedan darse.
11. Informará con la mayor inmediatez al coordinador correspondiente si se sospecha de algún caso positivo
12. La realización de una actividad en modo “prueba” deberá ser autorizada mediante “cita previa” por el coordinador correspondiente de cada campus.

C) PROTOCOLO PARTICULAR PARA USUARIOS/AS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

1.-Sala Ciclo Indoor:

-El usuario deberá desinfectar la bicicleta por completo, así como el suelo en caso de sudoración.

2.-Sala Musculación:

-Es obligatorio el uso de dos toallas: una para el sudor y otra para colocar encima de la maquinaria.

-Se recomienda el uso de guantes cortos, así como muñequeras y cintas/pañuelos para la cabeza.

-Ningún usuario/a podrá entrenar junto a una estación que esté siendo utilizada por otro usuario/a a menos de 2 metros de distancia.

-Se deberá desinfectar la máquina y material utilizados, así como el suelo en caso de sudoración.

3.-Artes Marciales:

-Se trabajará la técnica individual sin contacto.

- Antes de iniciar la actividad es obligatoria la desinfección con gel hidroalcohólico de manos, y también de pies, si éstos no están protegidos con calzado adecuado. En este caso, los/las usuarios/as se asegurarán de entrar al tatami con los pies perfectamente secos.

4.-Actividades de Danza y Baile:

-Se realizarán de manera individual o en pareja, siempre respetando la distancia de seguridad.

-Solo se permitirá la actividad en pareja a convivientes familiares y/o sociales, que así lo manifiesten por escrito al monitor/a.

D) PROTOCOLO PARTICULAR PARA PARTICIPANTES EN ESCUELAS Y SELECCIONES DEPORTIVAS

1.-Control individual y Declaración Responsable:

1.1 Todos los participantes en la Selección Universitaria, sean deportistas, entrenadores, fisioterapeutas, médicos o personal externo, deberán firmar una declaración responsable como que:

- No está diagnosticado/a como positivo en coronavirus.
- No ha tenido un contacto reciente con alguna persona con positivo por coronavirus o con síntomas del mismo.
- No presenta sintomatología compatible con la enfermedad, como tos seca, fiebre, alteración de olor y olfato, etc.

2.-Acceso a las instalaciones y vestuarios:

- 2.1 Sólo podrán acceder a la pista los y las deportistas que pertenecen a la selección y sus responsables.
- 2.2 Se recomienda NO utilizar los vestuarios. Por propia seguridad, es preferible que los y las deportistas asistan ya cambiados/as a las instalaciones.
- 2.3 Se respetarán las normas de utilización que establezca el Servicio de Deportes para cada una de las instalaciones.
- 2.4 Tanto deportistas como responsables, deben de limpiarse las manos con gel hidroalcohólico o con jabón antes de entrar a la instalación de juego.

3.-Banquillos y asientos:

- 3.1 Los y las deportistas dejarán todo su material dentro de su bolsa deportiva y cuando se sienten para la hidratación, deberán respetar siempre la distancia de seguridad.

4.-Mascarillas y material:

- 4.1 Los entrenadores y las entrenadoras deberán de entrenar con la mascarilla puesta.
- 4.2 Los y las deportistas deberán de acudir a la sesión con la mascarilla y su utilización durante el entrenamiento es voluntario. Una vez acaba la sesión, hay que utilizar la mascarilla.
- 4.3 Está absolutamente prohibido compartir ningún tipo de material, en especial botellas de agua. Tampoco se pueden compartir petos, camisetas, etc.

Los entrenadores y entrenadoras serán responsables del cumplimiento de este protocolo en cada sesión. En caso de incumplimiento podrá expulsar al deportista de la o de sesión, y lo comunicará al coordinador que corresponda.

E) PROTOCOLO PARTICULAR PARA PARTICIPANTES EN COMPETICIONES INTERNAS

1.-Control individual y Declaración Responsable:

1.1 Todos y todas los participantes en la Competición Interna de la Universitat de València, en el curso 2020-2021, deberán firmar una declaración responsable indicando que el/la deportista:

- No está diagnosticado/a como positivo en coronavirus.
- No ha tenido un contacto reciente con alguna persona con positivo por coronavirus o con síntomas del mismo.
- No presenta sintomatología compatible con la enfermedad, como tos seca, fiebre, alteración de olor y olfato, etc.

2.-Acceso a las instalaciones y vestuarios:

- 2.1 Sólo podrán acceder a la pista los y las deportistas que pertenecen los equipos que participan en la competición interna.
- 2.2 Se recomienda NO utilizar los vestuarios. Por propia seguridad, es preferible que los y las deportistas asistan ya cambiados/as a las instalaciones.
- 2.3 Se respetarán las normas de utilización que establezca el Servicio de Deportes para cada una de las instalaciones.
- 2.4 Los y las deportistas deberán limpiarse las manos con gel hidroalcohólico o con jabón antes de entrar a la instalación de juego.

3.-Banquillos y asientos:

- 3.1 Los y las deportistas dejarán todo su material dentro de su bolsa deportiva y cuando se sienten para la hidratación, deberán respetar siempre la distancia de seguridad. La colocación de los banquillos o asientos durante el encuentro dependerá del deporte y la instalación

4.-Mascarillas y material:

- 4.1 Los y las deportistas deberán de acudir a la sesión con la mascarilla y su utilización durante el encuentro es voluntaria.
- 4.2 Una vez acabado el partido, hay que utilizar la mascarilla. También es obligatoria su utilización mientras se está en el banquillo.
- 4.3 Se desinfectarán los dos balones oficiales para cada partido en deportes colectivos.
- 4.4 Está absolutamente prohibido compartir ningún tipo de material, en especial botellas de agua. Tampoco se pueden compartir petos, camisetas, etc.

El delegado o la delegada del equipo será responsables del cumplimiento de este protocolo en la competición.

F) PROTOCOLO PARTICULAR PARA DEPORTES DE LUCHA EN ESCUELAS DEPORTIVAS Y ENTRENAMIENTOS DE LAS SELECCIONES UNIVERSITARIAS.

1. Normas generales

- 1.1 Se respetarán en todo momento los protocolos de seguridad establecidos por la Universitat de València y el Servicio de Deportes, conforme a las medidas adoptadas por el Servicio de Prevención y Medio Ambiente de la UV.
- 1.2 Quedan suprimidos los saludos físicos (estrechar manos, abrazos, etc.) y los saludos generales de las diferentes disciplinas, al inicio y al final de la clase.
- 1.3 Es obligatorio el uso de la mascarilla higiénica cuando no se pueda mantener la distancia de seguridad. Además, se recomienda su utilización en todo momento. No se permitirá la utilización de mascarillas de tela. Se recomienda llevar varias mascarillas por si se mojan, ensucian,...etc.
- 1.4 Los entrenamientos serán preferentemente individuales, con distancia de seguridad entre personas (mínimo dos metros).
- 1.5 Se establecerán turnos de trabajo que permitan respetar con facilidad esta distancia, procurando que la movilidad en el tatami sea la mínima posible (por ejemplo, no se hará trabajo de carrera alrededor del tatami al iniciar el calentamiento). Cada deportista y técnico/a deberá de tener claro cuál es “su espacio” dentro del tatami, siempre respetando la distancia de seguridad.
- 1.6 Las distancias de seguridad deberán respetarse también durante los períodos de descanso.
- 1.7 Se recomienda no utilizar ningún material durante el entrenamiento. En cualquier caso, una vez un deportista ha comenzado a utilizar cualquier tipo de material de entrenamiento, no podrá ser utilizado por otro/a deportista hasta que éste haya sido correctamente desinfectado. No se podrá compartir ningún otro tipo de material (teléfono móvil, crono, toalla, etc.).
- 1.8 Antes de iniciar la actividad deportiva, es obligatoria la desinfección, con gel hidro-alcohólico, de mano, y también de pies, si estos no están protegidos con calzado adecuado. En este caso, los/las deportistas y entrenadores/as se asegurarán de entrar al tatami con los pies perfectamente secos.

2. Normas específica de Karate y Taewondo

- 2.1 Las protecciones serán, preferentemente, las propias y personales de cada deportista; no se podrán compartir protecciones de ningún tipo.
- 2.2 El trabajo de parejas, si es el caso, se podrá realizar manteniendo la distancia de seguridad; si esto no fuera posible, se deberá utilizar obligatoriamente la mascarilla higiénica y se procurará trabajar siempre con la misma pareja.
- 2.3 El material de entrenamiento que utilice la pareja deberá ser desinfectado correctamente al finalizar su uso, se guardará, y no se volverá a utilizar por ningún/a deportista más durante esa misma sesión de entrenamiento.

3. Normas específicas de Aikido

- 3.1 El comienzo de las clases se hará utilizando el trabajo específico de armas.
- 3.2 El trabajo de parejas, si es el caso, se podrá realizar manteniendo la distancia de seguridad; si esto no fuera posible, se deberá utilizar obligatoriamente la mascarilla higiénica y se procurará trabajar siempre con la misma pareja. Posteriormente, se podrá ampliar el tipo de trabajo, una vez el grupo esté consolidado y estabilizado, a criterio del entrenador/a y con la conformidad del técnico/a responsable de la escuela.

4. Normas específicas de Judo

- 4.1 Se recomienda que el trabajo sea individualizado, realizando trabajo técnico en las fases iniciales.
- 4.2 Se recomienda no realizar *randori* al comienzo en los primeros días del inicio de la escuela; posteriormente, cuando el grupo esté estabilizado, a criterio del entrenador/a y con la conformidad del técnico/a responsable de la escuela, se podrá realizar el trabajo de *randori* con el mismo *Uche*.

5. Normas específicas de Kendo

- 5.1 No se podrá utilizar la armadura hasta que se pueda usar con las medidas de seguridad adecuadas.