

RESOLUCION 402 /2020, de 9 de junio , del Director Gerente del Instituto Navarro del Deporte por la que se concretan y aclaran medidas en la práctica de actividades físico deportivas en aplicación de la fase 3 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.

El Real Decreto 463/2020 de 14 de marzo, declara el estado de alarma en todo el territorio nacional con el fin de afrontar la crisis sanitaria provocada por la pandemia originada por el covid-19 y prorrogada en varias ocasiones. En un proceso hacia la nueva normalidad se plantean varias fases, desde la fase 0 hasta la fase 3.

A través de la Orden SND/387/2020, de 3 de mayo, se reguló el proceso de cogobernanza con las comunidades autónomas y ciudades de Ceuta y Melilla para la transición a una nueva normalidad.

De acuerdo con su punto octavo, corresponderá a las autoridades competentes de las comunidades autónomas y de las ciudades autónomas, así como a las entidades locales, la ejecución de las previsiones que se establezcan en las órdenes que dicte el titular del Ministerio de Sanidad al amparo de lo previsto en dicha norma.

Por su parte, la Orden ministerial SND 458/2020 de 30 de mayo regula la actividad de la Fase 3 de desescalada de la pandemia del Covid-19. Con motivo de la entrada de nuestra Comunidad en la Fase 3 desde el lunes 8 de junio de 2020, la misma tiene competencias para regular aspectos normativos.

Esta Orden establece las condiciones en las que debe desarrollarse la actividad deportiva. No obstante, respetando dichas condiciones mínimas, resulta necesario hacer referencia a aspectos técnicos de las diferentes actividades físico-deportivas así como de la variedad de espacios e instalaciones donde se realiza. Del mismo modo, conviene matizar y adaptar los aforos de dichos espacios en función del tipo de actividad y de las características de los mismos.

La citada norma tiene ámbito de aplicación la Comunidad Foral de Navarra en su faceta de actividad autonómica, no entrando a valorar actividades de carácter nacional y/o internacional.

En consecuencia, en virtud de las facultades que me han sido atribuidas por el Decreto Foral 326/2019, de 15 de noviembre, por el que se aprueban los Estatutos del Instituto Navarro del Deporte,

RESUELVO:

1º. Aprobar las medidas contempladas en los Anexos I y II de la presente Resolución reguladoras de la actividad física en aplicación de la fase 3 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, respetando en todo caso los criterios generales establecidos en la Orden SND 458/2020, de 30 de mayo.

2º. Publicar la presente Resolución en la página web del Instituto Navarro del Deporte, difundiéndola además en las redes sociales del Instituto Navarro del Deporte y en los diferentes medios de comunicación en general.

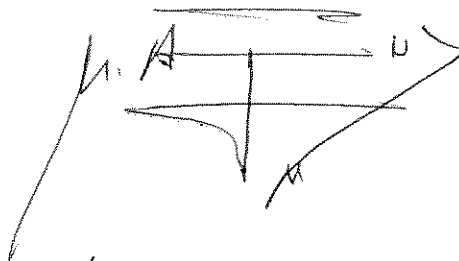
Contra la presente Resolución, que no agota la vía administrativa, cabe interponer recurso de alzada ante la Consejera de Cultura y deporte, en el plazo de un mes contado a partir del día siguiente a su publicación.

3º. Trasladar la presente Resolución a la Subdirección de Deporte y a la Sección de Administración y Gestión para los efectos oportunos

Pamplona, nueve de junio de dos mil veinte

EL DIRECTOR GERENTE DEL INSTITUTO

NAVARRO DEL DEPORTE

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'M. A. Pozueta Uribe-Echeverría', written over a faint, stylized graphic element that resembles a map of Navarre.

Miguel Ángel Pozueta Uribe-Echeverría

ANEXO I CONDICIONES EN LAS QUE DEBE DESARROLLARSE LA
ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LA FASE 3

Artículo 1. Consideraciones generales.

Se incluyen en este apartado unas pautas básicas a considerar de carácter general:

- Se eliminan las franjas horarias en esta fase, esto implica que se puede realizar actividad física en cualquier hora del día y cuantas veces se quiera.
- La provincia seguirá siendo el límite para la práctica deportiva.
- Se recomienda realizar la actividad físico deportiva al aire libre siempre que sea posible, minimizando así el riesgo de contagio.
- Se regulan de manera específica los aforos dentro de cada instalación para la práctica deportiva. Los aforos generales vendrán marcados por la limitación del 50% de capacidad. Aquellos complejos deportivos con varias instalaciones deportivas en su interior deberán cumplir con el aforo máximo global del 50% y el específico de cada instalación del 50% y además el planteado para la actividad concreta.
- Como norma general, respetar siempre los dos metros de distancia y ampliándose en función del desplazamiento que implique la práctica deportiva: 5 metros en actividades como carrera o 10 metros para la bicicleta o patines
- A mayor distancia entre las personas participantes en una actividad, mayor será la permisividad con carácter general. Así mismo, se permitirán con más facilidad las actividades realizadas a descubierto, bien en el medio natural o bien en instalaciones descubiertas.
- Las actividades de menores de 14 años se recomienda cuenten con la presencia de un/a adulto/a por cada 10 menores para garantizar que el tipo de actividad realizada se ajusta a lo contemplado en este documento.
- Las personas de la tercera edad tendrán especial sensibilidad a este paquete de medidas y disminuirán al máximo el riesgo por cercanía o uso de material común.
- Cada deportista llevará su propio material, que salvo necesidad por dicha actividad, no se compartirá. En el caso de que se comparta, se limpiará tras cada uso o sesión de trabajo.
- Las instalaciones deportivas se regirán por la normativa vigente sobre medidas preventivas para minimizar los riesgos de contagio del COVID-19.

- Las personas practicantes deberán seguir las indicaciones de higiene personal recomendadas por la autoridades sanitarias.
- Las entidades propietarias de las instalaciones deberán dar la mayor difusión posible de las medidas aquí anunciadas, en especial en las instalaciones deportivas cubiertas o semicubiertas.
- Se debe garantizar al máximo la constante ventilación en el caso de instalaciones cerradas.

Artículo 2. Entrenamiento de deportistas federados.

Los/las deportistas federados/as podrán realizar entrenamientos, consistentes en el ejercicio de tareas individualizadas de carácter físico y técnico, así como en la realización de entrenamientos tácticos no exhaustivos dirigidos a la modalidad deportiva específica, en pequeños subgrupos de máximo de 5 deportistas y hasta un máximo de veinte deportistas en el conjunto del equipo/grupo de entrenamiento, manteniendo las distancia de seguridad y evitando en todo caso, situaciones en las que se produzca contacto físico.

Con el objeto de mantener las distancias mínimas necesarias para la protección de la salud de los/las deportistas, las tareas de entrenamiento se realizarán siempre que sea posible por turnos, evitando superar el cincuenta por ciento de la capacidad que para deportistas tenga la instalación y respetando en el cálculo un mínimo de 8 metros cuadrados por persona en el caso de que no haya desplazamiento relevante y 20 metros cuadrados en el caso de prácticas deportivas que impliquen desplazamiento notable de los/las deportistas.

Podrá asistir a las sesiones de entrenamiento exclusivamente el personal técnico necesario para el desarrollo de las mismas. Entre dicho personal técnico se nombrará un responsable que informará de las incidencias al coordinador/a o gestor/a de la entidad deportiva.

Podrán realizarse reuniones técnicas de trabajo con un máximo de veinte participantes, y siempre guardando la correspondiente distancia de seguridad.

El/la responsable del grupo/club deberá cumplimentar el protocolo de inicio de actividad establecido para la práctica deportiva federada no profesional, así como informar de manera clara en la primera sesión de las medidas de higiene y seguridad a adoptar.

Se deberá realizar una limpieza y desinfección periódica de las instalaciones conforme a lo previsto en las condiciones de uso de las instalaciones deportivas. Asimismo, se limpiará y desinfectará el material

utilizado por los/las deportistas al finalizar cada turno de entrenamiento y a la finalización de la jornada.

Para el uso de materiales y gimnasios será necesario aplicar las adecuadas medidas de protección para deportistas y técnicos/as. Con carácter general, los/las deportistas no podrán compartir ningún material. Si esto no fuera posible, cualquier equipo o material utilizado para ejercicios tácticos o entrenamientos específicos o de mantenimiento mecánico y de material o equipación de seguridad, tendrá que ser desinfectado tras cada uso.

La actividad en instalaciones específicas (frontones, gimnasios, rocódromos, etc) se hará en función de lo regulado en el Artículo 2 de esta normativa.

Artículo 2. Actividad físico-deportiva no federada

Se guiará por la misma normativa establecida para la práctica deportiva federada. No será necesario cumplimentar el protocolo mencionado.

Se deberá remitir información a todos los/las usuarios/as sobre las condiciones de funcionamiento y las medidas preventivas de higiene y seguridad.

2.1.-Actividad físico-deportiva autónoma:

Se respetará en todo momento la distancia mínima de seguridad no permitiéndose prácticas de contacto ni de oposición directa. Si son de menores se requiere la presencia de un/a adulto/a responsable que garantice que la actividad desarrollada sigue las pautas marcadas en este documento.

Se recomienda el seguimiento de la actividad por profesionales que garanticen su desarrollo en condiciones de seguridad y salud. En el caso de seguir Apps de ejercicio es aconsejable sean supervisadas por un/a profesional y en caso contrario asegurarse de la capacitación profesional de los creadores.

2.2- Actividades dirigidas en grupo.

Se regulan en este apartado las actividades físico-deportivas dirigidas por un/a técnico/a especialista.

Se permite la enseñanza, hasta un máximo de 20 personas y asegurando un mínimo de 8 metros cuadrados por participante en aquellas actividades que impliquen poco desplazamiento de los/as participantes, por ejemplo: Pilates, Yoga, ciclo Indoor, etc. Y asegurando 20 metros cuadrados

por participante en las que la actividad implique un desplazamiento notable de los/as participantes.

Cada participante deberá llevar su propio material y en el caso de no ser posible se deberá desinfectar tras cada uso.

2.3 Actividades físico-deportivas no dirigidas en salas de fitness.

Para las salas de musculación y máquinas cardiovasculares, como criterio general se respetará los metros cuadrados mínimos para cada usuario/a contempladas para las actividades dirigidas (8 o 20 metros cuadrados en función de la actividad).

Será obligatoria la presencia permanente de una técnico/a u otra persona responsable de sala que garantice las correctas medidas de seguridad y higiene. El material deberá ser desinfectado tras cada uso.

Si la distancia entre las máquinas no es suficiente para asegurar la distancia de seguridad no podrá ser utilizada simultáneamente, para lo cual se deberá precintar y prohibir uso en algunas u organizar turnos de utilización. Es recomendable en el caso de tener posibilidad, el ganar espacios anexos para una utilización que garantice las distancias de seguridad.

Será obligatorio el uso de calzado diferenciado y toalla de uso personal.

2.4 Actividades en Piscinas,

Uso deportivo:

Natación: se recomienda que la ida se realice por una calle y la vuelta por otra. En este caso como máximo se permite la participación de 6 nadadores/as por cada 2 calles en piscina de 25 metros y hasta 12 en la piscina de 50 metros. En el caso de que la ida la vuelta se realice en la misma calle se permite a 2 nadadores/as por calle en la piscina de 25 metros y 4 nadadores/as en la piscina de 50 metros.

Otros usos deportivos con otras distribuciones espaciales: no está permitida la práctica de actividades deportivas que impliquen contacto físico. Se garantizará un espacio mínimo de 10 metros cuadrados por participante por cada lámina de agua, por ejemplo: natación sincronizada, situaciones de técnica o táctica básica en waterpolo, etc.

Uso de ocio y recreativo:

Se aconseja que la fecha de apertura de estas instalaciones para un uso recreativo se realice siguiendo las recomendaciones de salud. El aforo máximo de la instalación se calculará asegurando un mínimo de 10 metros cuadrados por bañista en cada lámina de agua.

2.5 Actividades en otras instalaciones

2.5.1. Abiertas en espacios públicos: Se permitirá la práctica de grupos de hasta 5 personas sin contacto alguno en pistas. No se permite práctica alguna en los gimnasios al aire libre.

2.5.2. Frontones: Se permite el juego a pelota de dos contra dos como máximo.

Se deberá realizar un turno de reserva y se respetarán los metros marcados para instalaciones cubiertas, en el caso de que la instalación se use para otra actividad diferente a la pelota, y con subgrupos de máximo 5 personas.

2.5.3. Rocódromos en recintos cerrados: será obligatoria la desinfección de calzado y manos con gel hidroalcohólico y uso de magnesio líquido y se garantizará una distancia de 4 metros entre participantes. Se asegurará que un mínimo de 10 metros cuadrados por deportista.

2.5.4. Pistas de tenis y pádel: Se permite el uso de hasta cuatro personas por pista más un técnico/a u entrenador/a, independientemente de tratarse de clases u otra actividad como juego libre.

2.5.6 Otras: Se debe respetar siempre el criterio de no contacto, no uso de material común y respetando los 20 metros cuadrados en actividades de gran movilidad y 8 en los de escasa movilidad, así como las medidas de higiene y ventilación en espacios cerrados.

2.6. Medidas relativas a la práctica deportiva en espacios naturales.

Se permite la práctica físico-deportiva en espacios naturales sin contacto y en grupos menores de 20 personas con distancia mínima de 4 metros en todo momento.

Se podrán realizar actividades de turismo activo y de naturaleza para grupos de un máximo de hasta 30 personas, por empresas registradas como empresas de turismo activo en la correspondiente administración competente,

Artículo 3. *Celebración de espectáculos y actividades deportivas.*

No se contempla salvo excepcionalidad, la celebración de espectáculos y/o actividades deportivas al aire libre o en instalaciones deportivas abiertas o cerradas. De permitirse, será en todo caso sin público y a puerta cerrada y se deberá solicitar en todo caso autorización al IND, en la que consten todas las condiciones para esa celebración, incluyendo el número de personas asistentes.

Artículo 4. *Celebración de competiciones deportivas federadas.*

En esta fase 3 no está autorizada la celebración de ninguna competición deportiva federada, a excepción de aquellas que se pudieran celebrar de forma online, y, en casos muy específicos, de competiciones en las que no hubiera posibilidad de contactos directos entre los participantes en ninguna de las fases organizativas de la misma. En todo caso, se deberá solicitar la autorización al IND, especificando el protocolo de actuación previsto.

Artículo 5: *Deportistas de Alto Nivel y de Alto Rendimiento de Navarra y profesionales.*

Los/las Deportistas de Alto Nivel y de Alto Rendimiento de Navarra que se incorporen al Centro de Tecnificación Estadio Larrabide así como los/las deportistas profesionales o aquellos/as aficionados/as que compitiendo en categoría nacional compitan en esta fase, deberán pasar el protocolo médico que para este grupo de deportistas hace referencia la orden Ministerial SND 399/2020 de 9 de mayo.

Artículo 6. *Medidas del uso de instalaciones deportivas.*

1. En las instalaciones deportivas al aire libre a las que se refiere el artículo 41 de la Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, se podrá realizar actividad deportiva en grupos de hasta veinte personas, sin contacto físico, y siempre que se asegure el cincuenta por ciento del aforo máximo permitido y el espacio mínimo por participante establecido en esta normativa según el tipo de actividad.

A estos efectos, será de aplicación el régimen de acceso, turnos y limpieza establecido en el artículo 41 de la Orden SND/399/2020, de 9 de mayo. No obstante, los deportistas podrán acceder a las instalaciones acompañados de una persona distinta de su entrenador.

2. En las instalaciones y centros deportivos a los que se refiere el artículo 42 de la Orden SND/399/2020, de 16 de mayo, así como en el artículo 42 de la Orden SND/414/2020 (instalaciones deportivas cubiertas), de 16 de mayo, se podrá realizar actividad deportiva en grupos de hasta veinte personas, sin contacto físico y siempre que no se supere el cincuenta por ciento del aforo máximo permitido y el espacio mínimo por participante en función de la actividad.

A estos efectos, será de aplicación el régimen de acceso, turnos y limpieza establecido en el artículo 42 de la Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, y en el artículo 42 de la Orden SND/414/2020, de 16 de mayo. No obstante, los deportistas podrán acceder a las instalaciones acompañados de una persona distinta de su entrenador.

3. Siempre que sea posible, durante la práctica de la actividad deportiva a la que se refiere este artículo deberá mantenerse una distancia de seguridad de dos metros.

4. Queda permitida la utilización de los vestuarios y zonas de duchas. A tal efecto, se estará a lo dispuesto en el artículo 6.5 SND 458/2020, del 30 de mayo..

Artículo 7: Vigencia y puesta en disposición: Lo dispuesto en esta normativa entra en vigor desde el lunes 8 de junio de 2020, fecha en las que la Comunidad Foral de Navarra entra en Fase 3 de la desescalada y hasta la finalización de la misma.

ANEXO II

CLASIFICACIÓN ACTIVIDADES:

Se trata de clasificar todas las actividades físico-deportivas dentro de una catalogación determinada, donde tenga encaje cada modalidad deportiva y las correspondientes especialidades.

Partimos de un esquema diferenciador de las diferentes actividades en base a estas variables:

- Deporte y otras actividades físico-deportivas.
- Actividades al aire libre, en instalaciones al aire libre y en instalaciones cubiertas.
- Alto nivel de contacto, medio y bajo nivel de la actividad. (se incluye el riesgo por contacto con material común)
- Piscinas.

	Actividades al aire libre en el medio natural. 1	Actividades en instalaciones al aire libre. 2	Actividades en instalaciones cubiertas. 3	Piscinas
Deporte	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto
	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio
	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto
Otras actividades físicas	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto	-Actividad física sin contacto o bajo contacto
	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio	-Actividad con contacto medio
	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto	-Actividad con alto contacto

Deberemos valorar en que grupo se encuentra cada modalidad y/o especialidad y crear los requisitos a cumplir en cada uno, en cuanto al número de personas permitidas, % aforo, tipo de actividades, uso de material, nivel y protocolo de desinfección... aportaremos ejemplos de cada catalogación.

Así mismo, diferenciaremos tres etiquetas: permitido, con restricciones y no permitido. También podríamos dar alguna recomendación más.

Como norma general, a mayor contacto menor permisividad. Cuanta menor distancia entre participantes, menor permisividad, y lo mismo con el uso e intercambio de material común.

A mayor desplazamiento en la actividad que se realiza, menor permisividad.

Si la actividad se desarrolla en espacio abierto mayor permisividad.

Lógicamente, mayor permisividad con menor riesgo de contagio.

	Actividades al aire libre en el medio natural. 1	Actividades en instalaciones al aire libre. 2	Actividades en instalaciones cubiertas. 3	Piscinas 4
Deporte Permitido	<i>Golf, Hípica Motociclismo</i>	-Patinaje,	Tenis, padel, pelota	Natación
<i>Con restricciones</i>	- Escalada	-Atletismo carreras grupo, automovilismo parejas,	-halterofilia	Sincronizada, waterpolo táctica básica
<i>No permitido</i>		-Rugby, balonmano, <i>No permitido</i>	-Judo, Lucha <i>No permitido</i>	Waterpolo partido
Otras actividades físicas Permitido	Senderismo, cicloturismo, carrera, todo individual...	Acuaerobic, spinning,	Yoga, Pilates,	Nado y baño individual
<i>Con restricciones</i>	Actividad en grupo carrera, cicloturismo	Entrenamiento físico	Cross.fit	Clases de natación
<i>No permitido</i>	Juegos con contacto	Juegos colectivos con oposición	Bailes salón, cardiobox	Juegos acuáticos con contacto y/o uso material

DEPORTES:

Artes marciales, lucha boxeo y similares: judo, kárate, Kick.boxing, taekwondo, luchas, sambo, asociadas...

No permitido. Sólo se permite actividad individual a distancia, sin contacto, trabajo de técnica individual: Ejemplos: katas, poomsae...

Deportes colectivos: baloncesto, balonmano, hockey, fútbol, rugby, voley, béisbol.

No se permite situaciones con oposición: partidos, 1x1, 2x2, etc, con cercanía. Sólo se permite trabajo de técnica individual y táctica colectiva básica sin contacto ni oposición.

Deportes individuales al aire libre: Atletismo, triatlón, montaña, patinaje, ciclismo, hípica, Golf, tiro con arco, tiro olímpico.

Se permite, con la única restricción de aquellas que se realizan en grupo (carreras medio fondo, ir en pelotón...) o sin respetar la distancia o aquellas en las que se usa un mismo material: lanzamientos en atletismo, saltos altura, ...con continua desinfección.

Deportes individuales indoor: Halterofilia, gimnasia rítmica, gimnasia deportiva, esgrima.

Se permite excepto grupos que no respeten la distancia y con estricta desinfección del uso de material común después de cada uso, siempre sin contacto.

Caza y pesca:

Permitido sin agrupamientos de personas en organización de la actividad.

Acuáticos: Natación, waterpolo, sincronizada, salvamento y socorrismo, actividades subacuáticas.

Permitido todo lo que no tenga contacto, no permitiéndose prácticas de salvamento o waterpolo con oposición o contacto, y salvando la distancia estipulada.

Deportes de Embarcaciones: Remo, piragüismo, vela, surf.

Permitido todo lo que se desarrolle de manera individual o con una distancia de más de 2 metros entre participantes de un mismo equipo o grupo. Uso de mascarilla cuando la distancia no se cumpla y no exista contacto ni se comparta material.

Deportes de golpeo con implemento: Tenis, padel, pelota, tenis de mesa, badminton, squash.

Se permite la práctica individual y de parejas si se respeta como norma general los 2 metros de distancia con el compañero. No se permite tenis de mesa por parejas.

Deportes de motor: Automovilismo, motociclismo, aéreos con motor. Se permite todo lo que sea individual, no permitido copiloto.

Ajedrez, billar:

Se permite con restricciones, uso de mascarilla y desinfección de los materiales.

Herri-kirolak:

Sólo se permiten prácticas individuales con la distancia de seguridad. Desinfección de material común tras cada uso. No se permite la sokatira

Deportes de invierno:

Permitido excepto prácticas grupales, (hockey, artístico parejas, ...)

