

## ANEXO

### MEDIDAS ESPECÍFICAS DE PREVENCIÓN, DE CARÁCTER EXTRAORDINARIO, EN LAS QUE DEBE DESARROLLARSE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA DENTRO DE LA COMUNIDAD FORAL DE NAVARRA, COMO CONSECUENCIA DE LA EVOLUCIÓN DE LA SITUACIÓN EPIDEMIOLÓGICA DERIVADA DEL COVID-19

#### 1. CONSIDERACIONES GENERALES

-Mantener las medidas preventivas generales para disminuir la transmisión del virus: uso de mascarilla en todo momento (especialmente antes y después de la actividad), lavado de manos frecuente, uso y disponibilidad de geles hidroalcohólicos...etc.

-Realizar preferentemente la actividad físico-deportiva al aire libre o en espacios abiertos y de gran superficie.

-Evitar agrupamientos innecesarios, en especial antes y durante la realización de la propia actividad deportiva.

-Todos los entrenamientos y competiciones se llevarán a cabo sin presencia de público, con independencia de la categoría de la competición.

-No está permitido el entrenamiento total específico ni las situaciones de oposición directa, contacto o duelo en las que no pueda respetarse la distancia de seguridad, tales como, 1x1, 3x3...etc. Esta medida no será de aplicación a las categorías nacionales, que podrán realizar entrenamientos completos.

-Las instalaciones deportivas cerradas deberán ventilarse lo más frecuentemente posible y, en todo caso, un mínimo de tres veces al día.

-Será obligatorio el uso de mascarilla en todas las actividades de baja o media intensidad. A este respecto, se entenderán actividades de baja o media intensidad aquellas donde la frecuencia respiratoria no es muy alta y, por tanto, el uso de mascarilla puede dificultar una respiración mínima saludable sin que ello implique riesgos para la salud.

-No se permitirá el uso de vestuarios en ningún entrenamiento o competición, a excepción de las piscinas cubiertas. En ningún caso estará permitido el uso de duchas.

- Solamente se podrán realizar entrenamientos en grupo completo (tanto al aire libre como en instalaciones cerradas) en el ámbito de la actividad federada correspondiente a competiciones oficiales no profesionales de ámbito estatal o interautonómico, un mes antes del inicio de la competición.

Los Deportistas de Alto Nivel y Deportistas de Alto Rendimiento de modalidades de contacto u oposición podrán realizar entrenamientos completos desde un mes antes a la celebración de los Campeonatos de España o de sus

fases de sector, siempre con un mismo sparring o rival de entrenamiento, que no se podrá cambiar en ningún momento.

-En las referencias que se hacen en el presente Anexo al número de participantes en los grupos de participantes en cualquier actividad deportiva (excluyendo los cursos de natación) se entenderán incluidos de dicho número los/las entrenadores/as y/o monitores/as.

## **2. ACTIVIDAD DEPORTIVA**

Se considera actividad deportiva aquella que se desarrolla en base a una modalidad deportiva concreta, sea federada o no, quedando incluidas dentro de esta clasificación las escuelas deportivas de las diferentes modalidades, con independencia de la edad de los participantes.

### **2.1 ENTRENAMIENTOS AL AIRE LIBRE**

En los entrenamientos al aire libre podrán participar un máximo de 15 personas por grupo de entrenamiento, a excepción de las modalidades de Fútbol y Rugby, en las que podrán participar un máximo de 25 personas por grupo de entrenamiento. Además, en todo caso será necesaria la división de las personas participantes en subgrupos de, como máximo, 6 personas. En cada uno de estos subgrupos deberá garantizarse un espacio mínimo de 20 metros cuadrados por practicante y de 250 metros cuadrados por subgrupo.

### **2.2 ENTRENAMIENTOS EN INSTALACIONES CERRADAS**

Los entrenamientos en instalaciones cerradas se realizarán, con carácter general, en grupos de hasta 6 personas, pudiéndose constituir más de un grupo si la superficie es superior a los 500 metros cuadrados. Esto implica que será necesario un mínimo de 250 metros cuadrados para cada grupo de hasta 6 personas. A modo de ejemplo, en un polideportivo con una pista reglamentaria de fútbol-sala o balonmano de 40x20 metros, se permitirán hasta 3 grupos de 6 personas, sin contacto y con un espacio claramente diferenciado.

### **2.3 COMPETICIONES**

No están autorizadas las competiciones deportivas de ámbito autonómico de deportes con contacto u oposición.

En el caso de las competiciones deportivas de ámbito nacional, correspondientes a deportes con contacto u oposición, su celebración es competencia de las Federaciones Deportivas Españolas, así como del Consejo Superior de Deportes. No obstante, el Instituto Navarro del Deporte recomienda el aplazamiento de las competiciones deportivas no profesionales de ámbito estatal, correspondientes a deportes con contacto u oposición, siempre y cuando todos los equipos participantes pertenezcan a la Comunidad Foral de Navarra, hasta que la situación epidemiológica lo aconseje.

Únicamente los deportistas de Alto Nivel y de Alto rendimiento de la Comunidad Foral de Navarra podrán participar en los campeonatos de España y en sus Fases de Sector.

En competiciones al aire libre de ámbito navarro cuya realización esté permitida (por no corresponder a deportes con contacto u oposición) y que cuenten con un gran índice de participación, tales como pruebas ciclistas, carreras atléticas, carreras de montaña, patinaje, triatlón, etc..., no podrá superarse el número máximo de 50 participantes.

#### **2.4 EVENTOS DEPORTIVOS**

Durante el periodo de vigencia de la presente Resolución, no estará permitida la realización de eventos deportivos, con excepción de las etapas correspondientes a la Vuelta Ciclista a España, por su interés y repercusión social.

### **3. ACTIVIDADES DIRIGIDAS**

A los efectos de la presente Resolución, se entenderá por Actividades Dirigidas todas aquellas actividades físicas relacionadas con el ocio, la preparación física y la salud, con independencia del rango de edad de sus participantes. No se incluyen dentro de estas actividades los entrenamientos de una modalidad deportiva, o las escuelas de iniciación deportiva.

La realización de actividades dirigidas se limitará a un máximo de 6 personas por grupo. Podrá constituirse más de un grupo si cada uno de ellos dispone de un mínimo de 250 metros cuadrados de superficie, con una participación máxima total de 20 participantes en el conjunto de dichos grupos.

Se incluyen en este apartado los cursos de natación, que tendrán un límite de 6 personas con independencia de su edad. En el caso de los cursos impartidos a bebés o niños/as de muy corta edad, se permite la asistencia de un familiar conviviente (siempre el mismo), que computará dentro del número máximo de 6 participantes. Sin embargo, el/la monitor/a no computará en ese número máximo. Además, no se permitirá el contacto con el monitor, por lo que se deberán buscar las metodologías de trabajo que garanticen la ausencia de dicho contacto.

### **4. ACTIVIDAD AUTÓNOMA EN GIMNASIOS.**

Será obligatorio el uso de mascarilla. La actividad se realizará con un máximo de 6 personas usuarias por cada 100 metros cuadrados, con una participación máxima total de 20 personas. Así mismo, deberá respetarse la distancia por cada usuario de 20 metros en actividades de alta movilidad y de 8 metros por las de baja movilidad. Para diferenciar las actividades de alta y baja movilidad, se estará a lo dispuesto en el punto 3 del Anexo I la Resolución 551/2020 de 27 de agosto del Director Gerente del IND.