

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

ÍNDICE

1. Finalidad
2. Medidas generales FGPA
3. Medidas específicas G. Artística
4. Medidas específicas G. Rítmica
5. Medidas específicas G. Trampolín
6. Medidas específicas Parkour
7. Medidas específicas G. Acrobática y Aerobic
8. Medidas especiales G. General
9. Medidas específicas Actividades Formativas

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

1. FINALIDAD

El objeto de este documento es establecer las medidas preventivas y actuaciones específicas para el desarrollo de actividades de gimnasia, deportivas y formativas, que combatan la propagación del Covid-19 generando entornos seguros.

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

2. MEDIDAS GENERALES DE LA FGPA^{TA}

La presente circular tiene por objeto adaptar los protocolos de prevención de la Covid-19, de las distintas modalidades deportivas, a la situación epidemiológica actual, flexibilizando las medidas que se impusieron en el momento de su aprobación; permitiendo, en consecuencia, una práctica deportiva más cercana a la normalidad, pero evitando o minimizando los riesgos de la COVID-19, en el inicio de la temporada deportiva 2021/2022.

Como norma general específica, durante el transcurso de los calentamientos y ejecución del o de los ejercicios, el uso de mascarilla no será obligatoria, puesto que hay una exigencia de aporte de oxígeno adicional; siendo obligatorio su uso antes, después de los mismos y en espacios comunes. Se puede hacer uso de los vestuarios, si se dispone de 2,25 m² y el uso de mascarilla será obligatorio.

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

OTRAS MEDIDAS

- Mantener la distancia interpersonal de al menos 2 metros.
- Uso obligatorio de mascarilla en el interior de las instalaciones
- Respetar los horarios asignados, tanto de entrada como de salida.
- Uso de toallas individualizado para limpiar sudor y evitar contacto.
- Respetar el distanciamiento social, evitando al máximo posible el contacto físico.
- Evitar contacto físico en saludos y/o despedidas.
- Prohibido la ingesta de alimento en las salas.
- El uso de las botellas de agua deberá ser individualizado.
- No se permite la entrada a las salas con calzado de la calle.
- Prohibido estar descalzos, es obligatorio el uso calcetines.
- Acudir con calzado adicional, debidamente desinfectado y de uso exclusivo para las salas.
- Los espacios de las instalaciones y material común se utilizarán guardando la distancia social.

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

- Con carácter general no se compartirá material, si esto no fuera posible, se garantizará la presencia de elementos de higiene.
- Nunca se accederá a las instalaciones sin la presencia de algún responsable de la actividad.
- No habrá desfiles, ni inicial ni final general.
- La entrega de premios se celebrará tras la finalización de la competición de cada Categoría.
- Solo participarán en la entrega los deportistas premiados.
- Se establecerán controles de accesos y aforos evitando aglomeraciones y se establecerán circuitos de entrada y salida.
- Obligatorio respetar las normas y protocolo sanitario, su vulneración será motivo de sanción y/o baja.
- Obligatoria la firma de conformidad y compromiso con el protocolo antes de iniciarla actividad.
- Se puede hacer uso de los vestuarios si se dispone de 2,25 m² por cada usuario y el uso de mascarilla será obligatorio.

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

- Se puede hacer uso de duchas, si son individuales (hay muro, pared o mampara por sus 4 lados) y cuentan con un sistema de ventilación. Si no cumplen estos requisitos. Las duchas podrán usarse de forma alterna, dejando una libre entre dos en uso, debiendo contar con sistema de ventilación. El uso de mascarilla será obligatorio.
- Las competiciones federadas y eventos (no multitudinarios) podrán desarrollarse con público, manteniendo un asiento de distancia en la misma fila entre distintos grupos de convivencia estable. Si no hay asientos en interior, debe haber una distancia de 1,5 metros y de 1 metro en exterior entre distintos grupos de convivencia
- Los entrenamientos se realizarán, preferentemente, sin público y en todo caso en las condiciones mencionadas anteriormente.
- Los aforos en las salas de las instalaciones donde se desarrollen eventos deportivos de gimnasia (entendiendo este por participantes) no podrá superar el 75% de lo establecido y se mantendrá la distancia de 2 metros entre participante.

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

3. PROTOCOLO DE ACTUACION G. ARTÍSTICA

1. Desarrollo de las actividades en pista

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y mantendrán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros/as. Una vez en pista, como siempre ha ocurrido, nadie podrá estar en ropa de calle – Gimnastas y Entrenadores (Los Jueces utilizarán “calzas” aportadas por la organización).
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores higienizantes.
- c. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para entrenadores, jueces y personal de la competición (solamente los gimnastas, en el momento que entren en movimiento podrán prescindir de ella, guardarla en su mochila o bolsa personal).
- d. Jurado con mascarilla y mantendrá la distancia de seguridad
- e. Miembros del jurado no compartirán utensilios ni materiales de escritura
- f. Las actas de notas se recogerán por una persona designada para ello y las llevará a la mesa de control
- g. Se precisa para las competiciones un “Comité de Competición” formado por 2/3 personas que tendrán la responsabilidad de coordinar la competición: Cumplimiento de horarios, rotaciones, desfiles, y cualquier incidencia que acontezca en la sala de competición...
- h. Higienización obligatoria de los aparatos entre cada subdivisión
- i. La entrega de medallas será con desfile individual, manteniendo las distancias; el medallero se entregará por categorías en una única bandeja, donde se colocarán las medallas, al llegar a pódium cada medallista cogerá la que le corresponde pudiendo ponérsela él mismo en el cuello...

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

4.PROTOCOLO DE ACTUACION G. RÍTMICA

1. Desarrollo de las actividades en pista

- a. Aforo limitado según indicaciones sanitarias intentando facilitar la retransmisión vía streamig
- b. Pertenencias de deportistas en bolsas de plástico identificadas y almacenadas en un lugar específico para ello
- c. La máxima autoridad en las competiciones será el Comité de Competición que designado por la FGPA
- d. Serán de aplicación las medidas generales de higiene y prevención.
- e. Jurado con mascarilla y manteniendo la distancia de seguridad, si no es posible se reducirá el número de jueces/as.
- f. Miembros del jurado no compartirán utensilios ni materiales de escritura. Se recomienda la utilización de dispositivos electrónicos individuales
- g. Personal auxiliar con mascarilla y manteniendo la distancia de seguridad
- h. Limpieza de aparatos y manos antes de iniciar y tras finalizar el ejercicio

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

5. PROTOCOLO DE ACTUACION G. EN TRAMPOLÍN

1. Desarrollo de las actividades en pista

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y mantendrán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros/as. Una vez en pista, como siempre ha ocurrido, nadie podrá estar en ropa de calle – Gimnastas y Entrenadores (Los Jueces utilizarán “calzas” aportadas por la organización).
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores higienizantes.
- c. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para entrenadores, jueces y personal de la competición (solamente los gimnastas, en el momento que entren en movimiento podrán prescindir de ella, guardarla en su mochila o bolsa personal).
- d. Solamente los técnicos/as podrán utilizar colchoneta de seguridad en los entrenamientos previos y en la propia competición. Los respectivos grupos de competición no serán superiores a 8 gimnastas.
- e. Se precisa para las competiciones un “Comité de Competición” formado por 2/3 personas que tendrán la responsabilidad de coordinar la competición: Cumplimiento de horarios, rotaciones, desfiles, y cualquier incidencia que acontezca en la sala de competición...
- f. El grupo de Jueces, ubicados en mesas individuales a 1,5 m. de distancia, estará compuesto por 2 Jueces de Ejecución y 1 de Dificultad que actuarán también de Juez-Arbitro (La nota de ejecución será la suma de los 2 jueces presentes + la nota media de las anteriores).
- g. La entrega de medallas será con desfile individual, manteniendo las distancias; el medallero se entregará por categorías en una única bandeja, donde se colocarán las medallas, al llegar a pódium cada medallista cogerá la que le corresponde pudiendo ponérsela él mismo en el cuello...

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

6.PROTOCOLO DE ACTUACION EN PARKOUR

1. Desarrollo de las actividades en pista

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y mantendrán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros/as. Una vez en pista, como siempre ha ocurrido, nadie podrá estar en ropa de calle – Gimnastas y Entrenadores (Los Jueces utilizarán “calzas” aportadas por la organización).
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores higienizantes.
- c. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para entrenadores, jueces y personal de la competición (solamente los gimnastas, en el momento que entren en movimiento podrán prescindir de ella, guardarla en su mochila o bolsa personal).
- d. Jurado con mascarilla y mantendrá la distancia de seguridad
- e. Miembros del jurado no compartirán utensilios ni materiales de escritura
- f. Las actas de notas se recogerán por una persona designada para ello y las llevará a la mesa de control
- g. Se precisa para las competiciones un “Comité de Competición” formado por 2/3 personas que tendrán la responsabilidad de coordinar la competición: Cumplimiento de horarios, rotaciones, desfiles, y cualquier incidencia que acontezca en la sala de competición...
- h. Higienización obligatoria de los aparatos entre cada subdivisión
- i. La entrega de medallas será con desfile individual, manteniendo las distancias; el medallero se entregará por categorías en una única bandeja, donde se colocarán las medallas, al llegar a pódium cada medallista cogerá la que le corresponde pudiendo ponérsela él mismo en el cuello...

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

7. PROTOCOLO DE ACTUACION EN G. ACROBÁTICA Y AEROBIC.

1. Desarrollo de las actividades en pista

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y guardarán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros/as. Una vez en pista, mantendrán sus pertenencias en los lugares asignados y por grupos de entrenamiento. En pista, nadie podrá estar en ropa de calle: Gimnastas, entrenadores y miembros de la organización.
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores higienizantes.
- c. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para entrenadores, jueces y personal de la competición (solamente los gimnastas, en el momento que entren en movimiento podrán prescindir de ella, guardarla en su mochila o bolsa personal).
- d. Los respectivos grupos de competición se realizarán por categorías. Si no hubiese espacio para calentamiento, los tiempos de calentamiento serán superiores. El grupo de Jueces, estarán ubicados en mesas individuales a 1,5 m. de distancia.
- e. Se precisa para las competiciones un “Comité de Competición” formado por 2/3 personas que tendrán la responsabilidad de coordinar la competición: Cumplimiento de horarios, rotaciones, desfiles, y cualquier incidencia que acontezca en la sala de competición...
- f. La entrega de medallas será con desfile individual, manteniendo las distancias, el medallero se entregará por categorías en una única bandeja, donde se colocarán las medallas, al llegar a pódium cada medallista cogerá la que le corresponde pudiendo ponérsela él mismo en el cuello...

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

8. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN GIMNASIA GENERAL

1. Desarrollo de las actividades en pista

Dependiendo de cómo se encuentre la situación social se plantea en la actualidad un listado de medidas que irán perdiendo validez a medida que transcurra el tiempo y según la evolución de la pandemia:

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y mantendrán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros en la entrada. Dejarán sus pertenencias en los lugares asignados y, una vez en pista, nadie podrá estar en ropa de calle: Gimnastas, entrenadores y miembros de la organización.
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores
- c. higienizantes.
- d. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para entrenadores, jueces y personal de la competición (solamente los gimnastas, en el momento que entren en movimiento podrán prescindir de ella, guardarla en su mochila o bolsa personal).
- e. Se precisa para las actividades un “Comité de organización” formado por 2/3 personas que tendrán la responsabilidad de coordinar la exhibición: Cumplimiento de horarios, desfiles, y cualquier incidencia que ocurra en la sala de exhibición...

FEDERACIÓN DE GIMNASIA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19

9. PROTOCOLO DE ACTUACION EN FORMACIÓN DEPORTIVA

1. Desarrollo de las actividades

- a. Los participantes en su llegada a la instalación vendrán previstos de mascarilla y mantendrán la distancia mínima correspondiente con sus compañeros/as.
- b. En la instalación estarán ubicados varios puntos con papeleras y dispensadores higienizantes.
- c. Será obligatorio en todo momento el uso de la mascarilla para alumnos y profesores. Solamente en la práctica de actividad física se podrá retirar la mascarilla.
- d. Se puede hacer uso de los vestuarios si se dispone de 2,25 m² por cada usuario y el uso de mascarilla será obligatorio.
- e. En las clases teóricas prevalece la utilización de material electrónico