

## **MODEL BÀSIC DE PROTOCOL PER A LA MINORIACIÓ DEL RISC DE CONTAGI DE LA COVID – 19 EN LA CELEBRACIÓ DE COMPETICIONS DE GIMNÀSTICA**

Mitjançant aquest document volem presentar les mesures i recomanacions per garantir la seguretat a les competicions organitzades per la Federació Catalana de Gimnàstica, en endavant FCG, i complir amb el Pla d'Acció pel desconfinament esportiu de Catalunya presentat per la Secretaria General de l'Esport i Activitat Física aprovat pel PROCICAT, basant-se en la Resolució SLT/1429/2020, de 18 de juny. Les mesures previstes en el protocol s'aplicaran mentre duri l'estat de pandèmia sanitària, amb independència de l'espai on es desenvolupi l'activitat i de qui sigui l'organitzador d'aquesta. A l'efecte, s'entendrà estat de pandèmia sanitària el període durant el qual les autoritats sanitàries competents mantinguin les mesures escaients de prevenció per evitar el contagi de la COVID-19 tal i com s'estableix a l'article 2 del Reial Decret llei 21/2020 de 9 juny.

### **Factors de risc en el desenvolupament de l'activitat esportiva:**

- Nombre d'assistents: a major nombre d'assistents major risc de contagi.
- Durada de la pràctica: a major temps d'exposició més risc de contagi.
- Proximitat al domicili: a més proximitat amb el domicili menys contacte amb l'entorn, menor risc i millor control en cas de contagi.
- Dimensió de l'espai: instal·lacions grans faciliten l'aforament i la separació interpersonal.
- Tancament del recinte: espais tancats i coberts major risc de contagi.
- Control d'accés: controlar els accessos facilitat la identificació dels assistents per reduir contagis.
- Neteja i seguretat: protocols d'higiene i seguretat i equips de protecció personal redueixen el risc de contagi.

### **Mesures generals**

- S'organitzarà els calendaris de competicions i les competicions segons la participació confirmada per part dels clubs per garantir la seguretat dels/ de les gimnastes, tècnics/ques, jutges/ses, públic i personal organitzador.
- L'organitzador es posarà en contacte amb el gestor de la instal·lació per garantir el compliment del protocol de la instal·lació i el protocol de la competició.
- El gestor de la instal·lació haurà d'assegurar les normes de prevenció, desinfecció i aforament de les seves instal·lacions per tal de donar compliment a totes les mesures sanitàries i d'higiene que adopti el

Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i/o el Ministerio de Sanidad com s'estableix a l'article 15.1 del citat Reial Decret.

- S'assignarà una persona responsable del compliment del protocol d'higiene i seguretat juntament amb el/la responsable de competició que serà designat per la FCG.
- El club col·laborador o coorganitzadors haurà de garantir el personal voluntari suficient per controlar els accessos al pavelló.
- S'enviarà als clubs participants un plànol d'accessos i el protocol a seguir a cada competició.
- A la preparació del pavelló per a la competició s'haurà de senyalitzar els accessos i les diferents àrees del pavelló.
- Tota persona assistent a la competició o activitat gimnàstica haurà **d'emplenar un formulari de registre amb les seves dades i contacte i la declaració responsable**. Aquest registre només es guardarà un màxim de 30 dies i complirà amb la Llei Orgànica 3/2018, de 5 desembre de protecció de dades personals i garantia dels drets digitals. Aquest registre estarà a disposició de les autoritats sanitàries en cas que sigui requerit com a conseqüència de positius per contagi de la COVID-19.
- La organització de participació a les competicions es farà mantenint els **grups** el més **estable** possible per garantir la traçabilitat en cas de contagis.
- Es reserva el dret de prohibir l'accés a la instal·lació a tota persona que indiqui que ha estat en contacte amb una persona amb la COVID-19.

## Mesures d'higiene i seguretat

---

- El pavelló s'haurà de desinfectar abans i després de la competició.
- Per evitar aglomeracions s'establiran horaris d'entrada d'esportistes, tècnics/ques, personal organització, voluntaris, jutges/ses i públic.
- L'entrada i la sortida del pavelló de públic i participants es realitzarà per espais diferents i s'establiran circuits de circulació.
- Es disposarà de dispensadors de solució hidroalcohòlica:
  - A l'entrada del pavelló per els/les gimnastes i tècnics/ques i públic
  - A l'entrada de la zona d'escalfament
  - A l'entrada de l'àrea de competició
  - A les taules de jutges/ses, megafonia, gestió de resultats, sala de jutges/ses
- Tots els participants (tècnics/ques, personal organització, jutges/ses i gimnastes) s'hauran de canviar de calçat abans d'accedir a la pista o fer servir "peücs". En el cas d'haver catifa per desinfectar el calçat, s'haurà de desinfectar la sola a la catifa.

- La **mascareta** és **obligatòria** per tothom (esportistes, tècnics/ques, voluntaris, jutges/ses, públic). Els i les gimnastes que l'hauran de portar mentre no estan realitzant activitat física o competint.
- S'haurà de mantenir la **distància de seguretat** d'1.5 metres o de 2.5m<sup>2</sup> per persona.
- Els **vestuari NO** es podran fer servir excepte els lavabos en cas de que no hi hagi fora dels vestuaris, aquests es recomanen netejar al menys un cop durant la competició i al finalitzar aquesta.
- Els esportistes **NO** podran anar descalços per la pista . Hauran de fer servir xanquetes o sabatilles per desplaçar-se per el pavelló.
- Tots i totes els/les gimnastes hauran de portar una **tovallola** per poder fer l'escalfament general i seure.
- Cada gimnasta **haurà de portar la seva magnèsia (líquida preferentment)**.
- **Netejar -se gel hidroalcohòlic** mans i peus abans de fer l'exercici.
- Entre competicions es deixarà un espai prudent de temps per ventilar i netejar l'espai de competició. Sempre que les condicions climatològiques i segons la competició es mantindran les portes obertes dels accessos per la renovar l'aire.
- Les graderies es netejaran abans de l'inici de la competició, un cop durant el dia i a la finalització de la competició. També es senyalitzaran els seients on es podran seure.

## Agents implicats

---

### 1. Personal d'organització a pista i voluntaris/es

- Es recomana que els desplaçaments a les competicions es facin de forma individual o exclusivament amb familiars i convivents.
- En el cas de desplaçament col·lectiu cada persona haurà de fer ús individual de la mascareta.
- Hauran d'arribar a l'activitat amb l'uniforme.
- Se'ls hi facilitarà gel hidroalcohòlic a les taules d'organització i jutges/ses, entrades i sortides del pavelló i espai de competició.
- A l'arribar a la pista hauran de fer servir peücs.
- Hauran d'aportar una declaració responsable conforme no presenten símptomes de tenir la COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones de risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.

- El personal voluntari i d'organització de la competició hauran d'estar distribuïts per franges horàries per evitar més persones de les necessàries a pista i al pavelló. S'haurà de reforçar el personal voluntari per el control d'accessos i controlar el flux de trànsits en les entrades i sortides així com controlar l'aforament.
- En els desplaçaments es mantindrà la distància de seguretat en els desplaçaments i s'haurà de fer ús de la mascareta personal durant tota l'activitat esportiva.
- Quan correspongui el dinar es servirà individual o es prepararà una bosseta pícnic o plats individuals en espais que es pugui mantenir la distància de seguretat i ventilació de sala.
- Hauran de facilitar les dades de contacte per el registre de les persones assistents a l'activitat esportiva que garanteixi la traçabilitat.

## 2. Gimnastes i Tècnics/ques

- Es recomana que els desplaçaments dels/de les gimnastes es faci de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. En cas que no sigui així hauran de portar la mascareta durant els desplaçaments.
- **Per poder accedir al pavelló i pista de competició només ho podran fer els/les gimnastes i els /les tècnics/ques** que estiguin al llistat d'inscripció. Ho hauran de fer l'hora estipulada al programa general portant la **llicència federativa impresa i la declaració responsable**.
- Les/Els gimnastes i tècnics/ques no podran anar a les grades. Els/les gimnastes hauran d'entrar per l'accés indicat per esportistes amb el seu/va tècnic/a i seran recollits/des a l'accés habilitat per tal efecte.
- Els/les gimnastes i els/les tècnics/ques hauran de portar el seu gel hidroalcohòlic i mascareta.
- Els/les gimnastes i tècnics/ques s'hauran de **canviar de calçat** a l'entrada. En el cas dels tècnics/ques si hi ha utilitzar peücs o catifa desinfectant.
- Es recomana que els/les gimnastes vinguin vestits/des i pentinats/des. **NO** es podran fer servir els vestidors.(excepte si s'han de fer servir els lavados).
- Gimnastes i tècnics de cada club, un cop arribin al pavelló, hauran d'anar a **l'espai destinat per al seu club a la pista**.
- Els clubs amb els/les seus/seves gimnastes disposaran d'un espai determinat (amb cartells indicadors) per estar durant tota l'activitat esportives. Les cadires dels/de les gimnastes i tècnics/ques hauran d'estar separades i no es podran moure.
- Anteriorment els clubs hauran rebut un plànol de la ubicació dels seus esportistes a l'espai de competició.
- S'haurà de mantenir la distància de seguretat en tot moment.

- Tot el material necessari de cada esportista per l'activitat esportiva haurà d'estar guardat a una bossa d'ús personal i només es traurà de la bossa en el moment del seu ús. Aquesta bossa haurà d'estar al seu espai de club.
- Quan el o la gimnasta hagi de competir anirà directament a l'aparell amb el seu tècnic/a (si és necessari) per presentar-se al jurat i realitzar l'exercici prèvia desinfecció de mans i peus. Una vegada acabat l'exercici haurà de retornar el més aviat possible a l'espai destinat al seu club.
- Els/les gimnastes NO podran anar descalços per la pista. Hauran de fer ús de xancletes/mitjons per desplaçar-se.
- Escalfament general es farà a la seva zona de club i a sobre de la tovallola.
- Els/les tècnics/ques hauran de desinfectar-se les mans abans de tocar qualsevol material (matalassos, trampolins...) i portar la mascareta durant tota l'activitat.
- Els aparells de la competició s'hauran de desinfectar de la següent manera
  - Gimnàstica artística femenina/masculina - trampolí: abans de cada rotació i per clubs.
  - Gimnàstica Rítmica: cada gimnasta haurà de desinfectar el seu aparell personal abans de la realització de l'exercici.
- Gimnàstica Estètica – Gimnàstica aeròbica: s'haurà de desinfectar la pista i/o tapis
- Està prohibit l'ús de la saliva en els aparells i a les mans. En el cas d'haver d'humidificar les mans, es podrà fer ús d'esprais individuals.
- Estan prohibits els petons, les abraçades i les encaixades de mans.

### 3. Judges i jutgesses:

- Es recomana que els desplaçaments a les competicions es facin de forma individual o exclusivament amb familiars i convivents.
- En el cas de desplaçament col·lectiu cada persona haurà de fer ús individual de la mascareta.
- Per accedir al pavelló hauran d'estar en el llistat de jutges/ses i a la franja horària establerta en el programa de la competició.
- Hauran d'arribar a l'activitat amb l'uniforme.
- L'ús de la mascareta serà obligatori en tot moment.
- A l'arribar s'hauran de canviar el calçat i posar-se el calçat de jutge/ssa dins del pavelló o bé si hi ha utilitzar peus o catifa desinfectant.
- Se'ls hi facilitarà gel hidroalcohòlic a l'entrada, a les taules de jutges i sortida.
- Hauran d'aportar una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir la COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte

amb persones infectades o s'ha viatjat a zones de risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.

- NO hi haurà assistents a les taules de jutges/ses (secretaries, cronos...)
- En el cas d'haver-hi més d'un jutge/ses per taula hauran d'estar separades al menys 1.5 metres i portar la mascareta.
- Els i les jutgesses no es mouran de la seva cadira durant la competició.
- Les actes seran col·locades a les taules de jutges/ses abans de la competició.
- Les actes de notes només les toquen (depenent de la modalitat): els/les jutges/ses, gestió de resultats i direcció de competició.
- El/la responsable de competició serà l'encarregat/da de portar i recollir les actes.

#### 4. Públic

- Es recomana que els desplaçaments del públic es faci de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. En cas que no sigui així hauran de portar la mascareta durant els desplaçaments.
- Mantindrà la distància de seguretat.
- Només es podran seure junts les unitats familiars en el cas que el decretat per les autoritats en aquell moment sigui possible més d'un acompanyant per gimnasta.
- Només podrà assistir un **acompanyant per participant o fins que l'aforament estigui complert. Dependrà del pavelló i s'informarà abans de cada competició.**
- Es marcaran els seients on està permès seure per garantir la distància de seguretat i l'aforament.
- Farà ús de la mascareta durant tota la competició.
- Es recomana que les persones amb algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que sigui de grup de risc no vingui de públic a les competicions al ser un espai tancat.
- Facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.
- El públic no es podrà moure del seient i haurà de portar mascareta. En el cas que es permeti bar s'habilitarà una zona en concret. Si és possible millor que el bar estigui a l'exterior del pavelló.
- Es desinfectarà les mans amb el gels hidroalcohòlics de l'entrada i amb d'altres que hi haurà distribuïts per el pavelló.
- Seguirà els circuits de circulació marcats per entrades i sortides.

- Les persones d'organització o voluntaris del control d'accessos portaran el control d'aforament mitjançant les entrades venudes.

### **Organització Competició:**

---

- Les reunions tècniques, de jutges/ses i funcionament de la competició s'enviaran per correu electrònic juntament amb el protocol i plànols i horaris d'accés al pavelló.
- **Número de gimnastes a l'aparell:**
  - **Gimnàstica Artística Masculina** - fins a sis - vuit gimnastes per aparell. Es mantindran les subdivisions estables. Variarà la franja horària de competició però no els grups.
  - **Gimnàstica Artística Femenina** – fins a sis - vuit gimnastes per aparell. Es mantindran les subdivisions estables. Variarà la franja horària de competició però no els grups.
  - **Gimnàstica Rítmica** – de 3 a 5 gimnastes en el tapís previs. 1 -2 conjunts en el tapís previ.
  - **Trampolí** - de sis a vuit gimnastes per aparell.
  - **Aeròbic** – de 3 a 5 si és individual. Parelles i tríos màxim 4 i grups i aerodance 1 a la pista prèvia.
  - **Gimnàstica Estètica** - 1 -2 conjunts en el tapís previ.
- **Número Tècnics a pista durant la competició:**
  - **Gimnàstica artística** - Només es permetrà **UN/A tècnic/a per club per aparell, per rotació i subdivisió.**
  - **Gimnàstica rítmica** – Només es permetrà “*Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat individual, quan la inscripció del club sigui només d'un/a gimnasta per nivell i categoria. En el cas de que el mateix club tingui inscrites més d'un/a gimnasta per nivell i categoria, es permet la inscripció de dos/dues (2) tècnics/ques. Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat de conjunt, quan la inscripció del club sigui només d'un conjunt per nivell i categoria. En el cas que un club tingui inscrit més d'un conjunt en una mateixa categoria i nivell, es permet la inscripció de dos/dues (2) tècnics/ques*”. Tal i com indica la normativa tècnica 2020 de gimnàstica rítmica.
  - **Trampolí** - Només es permetrà **UN/A tècnic/a per club per aparell per rotació i subdivisió.**
  - **Aeròbic** - Només es permetrà **UN tècnic/a per club**
  - **Gimnàstica estètica** – Només es permetrà **UN/A tècnic/a per club**
- **Desfilades:** NO es realitzaran desfilades de participants. No hi haurà desfilades de presentació de gimnastes ni prèvia a la competició. Tampoc hi haurà desfilada davant del jurat ni de guardons.
- **Resultats i Guardons**



- Es seguirà el protocol marcat per la Secretaria General de l'Esport
- A l'acabar la competició el responsable de megafonia anomenarà l'ordre de sortida dels clubs. Sempre mantenint totes les mesures d'higiene i seguretat (mascareta, distància....)