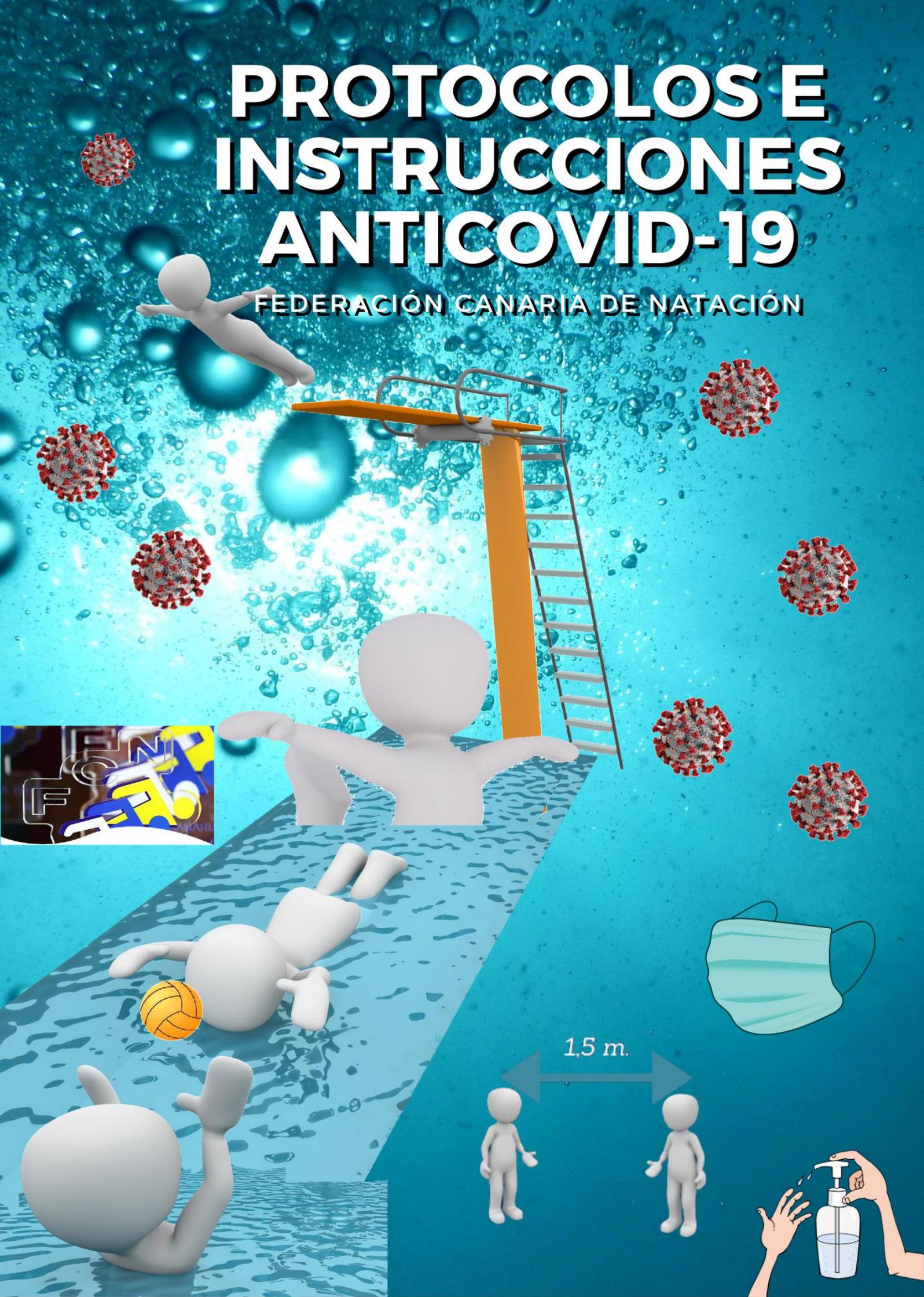


PROTOCOS E INSTRUCCIONES ANTICOVID-19

FEDERACIÓN CANARIA DE NATACIÓN





Índice de contenidos

 Introducción.....	3
 Necesidades a satisfacer en Competiciones COVID19.....	4
 Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado.....	6
 Protocolo de contingencia en caso de tener síntomas.....	9
 Documento de aceptación de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” para los clubes.....	10
 Documento de aceptación de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” para los deportistas, técnicos, directivos y delegados.....	11
 Formulario de localización personal (FLP).....	12
 Certificado de Responsable de Equipo.....	13
 Recomendaciones para entrenamientos.....	14
 Recomendaciones para los participantes, los miembros de los equipos y delegaciones deportivas:.....	15
 Protocolo de organización de los eventos de Natación.....	16
 Protocolo de organización de los eventos de Waterpolo.....	17
 Protocolo de organización de los eventos de Saltos.....	18
 Protocolo de organización de los eventos de Natación Artística.....	19
 Modelo de plantilla de distribución de instalaciones en Natación.....	20
 Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Natación COVID-19.....	21
 Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Waterpolo COVID-19.....	22
 Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Saltos COVID-19.....	24
 Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Natación Artística COVID-19.....	25
 Compromisos adquiridos por la FCN.....	26
 Compromisos adquiridos por los organizadores de eventos.....	26
 Compromisos adquiridos por las personas y entidades participantes pertenecientes a los diferentes estamentos.....	27
 Información útil Gel hidroalcohólico y su uso.....	28
 Información útil mascarillas y su uso.....	29
 Modelos de cartelería.....	31
 Reglas de organización del uso de las calles para entrenar y/o calentar.....	34
 Referencias.....	38



Introducción

La situación generada por la transmisión de la COVID 19 hace necesario tomar nuevas medidas en el entorno de la práctica deportiva de competición con el ánimo de evitar la propagación de la pandemia. Ante la inexistencia de una medida médica o profilaxis que inmunice a las personas de este contagio en el momento de publicación de esta Guía, y la consideración de la práctica deportiva como algo que proporciona bienestar y salud a las personas, se deben instaurar e implementar nuevas medidas de prevención que eviten el contagio y reduzcan los riesgos para las personas.

Por este motivo, la Federación Canaria de Natación, atendiendo a las consideraciones y normas que rigen en el momento de su publicación en Canarias, así como los protocolos de ámbito nacional ofrecidos tanto por el Consejo Superior de Deportes, así como la Real Federación Española de Natación, plantea en este documento las medidas preventivas y actuaciones específicas para el desarrollo de los eventos competitivos oficiales de ámbito Regional y Provincial (COAR) que sirvan para convertir las competiciones en entornos seguros tanto para todos aquellos intervinientes en las mismas como para terceros, que de manera indirecta puedan sufrir las consecuencia de conductas no adecuadas según las autoridades sanitarias pertinentes.

Al mismo tiempo, se establecen los protocolos a seguir para la organización de las competiciones oficiales, así como que se incorporan los modelos de los diferentes carteles informativos que se utilizarán en los COAR's, y que de igual manera se podrían trasladar a las sesiones de entrenamientos en cada uno de los clubes de las Islas Canarias.

Todas estas recomendaciones podrían servir de referencia para los organizadores de competiciones de Natación, Waterpolo, Aguas Abiertas, Natación Artística y Saltos en Canarias y se adaptarán, si existieran, a las disposiciones y recomendaciones de las autoridades sanitarias locales, regionales, nacionales y de la Unión Europea.

No obstante, nada de lo aquí contenido tiene utilidad si no existe complicitad entre todos los actores intervinientes en el escenario de cada una de las modalidades que integran la Federación Canaria de Natación. Deportistas, técnicos, directivos, árbitros, familiares, seguidores, medios de comunicación, empleados de las instalaciones y todos aquellos que participan de una manera u otra de un interés común se deben comprometer a cumplir con las directrices que aquí se proponen, así como contribuir si fuera necesario, a motivar la implementación de las mismas tanto por su parte como de su entorno cercano.



Necesidades a satisfacer en Competiciones COVID19

Según las instrucciones de la Resolución de 19 de junio de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo por el que se establecen medidas de prevención para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, del gobierno de Canarias, así como sus sucesivas modificaciones, y el "COVID-19. Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional" del Consejo Superior de Deportes, se han de tener en consideración las siguientes necesidades a cubrir en las convocatorias de las competiciones deportivas que se deberán realizar por parte de la FCN, sirviendo además de guía para aquellas que los clubes pudieran organizar de manera privada y oficial:

Control de aforo:

Un responsable del organizador de la competición se encargará de realizar el control del aforo (1.300 personas al aire libre y 500 en recintos cerrados).

Se debe de indicar en lugar visible el aforo de la instalación incluyendo el de los empleados de la misma.

Se colocarán carteles de comunicación de distancia interpersonal, lavado de manos y uso de mascarillas.

Establecer espacios para deportistas:

Se establecerán espacios para los deportistas, agrupados por clubes.

Establecer itinerarios dentro de la instalación:

Se debe indicar claramente los itinerarios que han de seguirse dentro de la instalación.

Indicar asientos disponibles y no disponibles:

En el caso de que existan gradas o asientos, deberán estar señalados los espacios disponibles para su uso.

Indicar el aforo disponible en el vestuario en cada momento y controlar el aforo:

Tanto a la entrada de los vestuarios como en la información general deberá indicarse el aforo de los vestuarios y baños.

Turnos de entrada y salida a la instalación:

En caso de no disponer de una entrada y salida que asegure la distancia interpersonal, se deberán establecer turnos de entrada y salida a la instalación.

Establecer turnos de calentamiento:

Cuando el número de participantes supere el del aforo permitido dentro de la piscina, se establecerán turnos de calentamiento que serán controlados por el director de la competición.

Limpieza del material a usar:

Cronómetros, Bolígrafos, Ordenadores, Micrófonos, Tablas de apoyo, Sillas, Mesas.

Los poyetes se deberán limpiar tras cada serie disputada. En las salidas de Espalda no es necesaria porque los nadadores se lavan las manos con hidrogel.

Hacer plano de ubicación de gel hidroalcohólico:

Documento de descarga de responsabilidad para los clubes, directivos, delegados y árbitros,:

Información accesible y destacada en la web de la Federación:

Reclamaciones durante la competición:

Solo el delegado podrá acceder a la zona de competición para reclamar motivos de una descalificación.

No están permitidas las consultas de marcas.

Establecer espacios para dejar las bolsas o mochilas deportivas.

Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario.

Se deberá indicar espacios para ubicar las mochilas. Todo el material, bañadores, toallas, etc. deberán estar siempre dentro de las mochilas.

Prohibir la posibilidad de compartir material (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, comidas, etc.):

Cada deportista deberá contar con su material personal (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, comidas, etc.).



 **Uso de mascarillas cuando no se pueda garantizar la distancia de seguridad:**

Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas.

 **Crear la figura del Delegado de Cumplimiento de Protocolo (DCP).**

Persona responsable en cada club/equipo de que los miembros de este cumplan con las normas de comportamiento en las competiciones/partidos. Deberá de ser una persona con autoridad en el grupo o en el club. Deberá firmar un documento de responsabilidad.

 **Recomendación a deportistas, técnicos, árbitros y directivos de activar en su dispositivo móvil la herramienta "Radar Covid-19", con el fin de observar y vigilar el control de la pandemia.**



Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado (CPOC)

La crisis sanitaria de la COVID-19 requiere de una serie de medidas tendentes a cumplir los protocolos marcados por las autoridades sanitarias. El establecimiento y cumplimiento de estas medidas hace indispensables el compromiso por parte, fundamentalmente, de organizadores y participantes. La lectura y aceptación del presente documento es condición indispensable para tomar parte en las competiciones de la Federación Canaria de Natación (a partir de ahora, FCN). De esta manera, y a través del documento de aceptación pertinente, el club participante, lo/as deportistas, lo/as técnico/as, lo/as directivo/as y componentes del comité de árbitros asistentes a las competiciones organizadas por la FCN, de manera voluntaria, declararán y manifestarán:

1. Que es conocedor/a del protocolo y guía que tiene publicado la FCN en relación con la presencia y participación en pruebas deportivas generados con ocasión de la crisis sanitaria de la COVID-19.
2. Que es conocedor del protocolo y la guía y que él/ella, o sus tutores en el caso de menores de edad, firman su pertinente descarga de responsabilidad tanto hacia la FCN como al club.
3. Que, en el caso de los clubes, mantiene en custodia los documentos de aceptación de estas condiciones para cuando les puedan ser requeridos tanto por la Federación Canaria de Natación como por las autoridades pertinentes.
4. Que los directivos que asisten de manera voluntaria a las competiciones que se organizan por parte de esta son conocedores de esta guía y firman su pertinente descarga de responsabilidad tanto hacia la FCN como al organizador de los eventos a los que asistan.
5. Que los árbitros de la FCN que asisten de manera voluntaria a las competiciones que se organizan por parte de esta son conocedores de esta guía, así como del "Protocolo de medidas Covid-19", y firman su pertinente descarga de responsabilidad tanto hacia la FCN como al organizador de los eventos a los que asistan tras ser designados por el comité de árbitros de la FCN.
6. Que tanto el club como sus deportistas, técnicos, directivos y árbitros, se comprometen a cumplir todas las exigencias o simples recomendaciones que se contengan en tal protocolo o guía, así como las instrucciones que sean dadas por las autoridades deportivas o personal de organización presentes en la competición en relación con las medidas para evitar contagios por la COVID-19.
7. Que tanto el club como sus deportistas, técnicos, directivos y/o árbitros se comprometen a no acudir ni tomar parte en el evento o competición, aún habiéndose inscrito dentro de los plazos de tiempo pertinentes, en el caso de que presente síntomas que pudieran ser compatibles con la COVID-19 (tos, fiebre superior a 37,5 grados, mal estar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones, en el día de la competición o evento o en días precedentes. Para hacer una autoevaluación empleará la aplicación de Sanidad del Gobierno de Canarias (<https://asistencia.covid19.gob.es/>).
8. Que no asistirá a las competiciones en el caso de que existiera alguna recomendación médica de mantenerse confinado o confinada por sospecha de poder padecer la COVID-19.
9. Que no asistirá a las competiciones por un espacio de al menos 14 días en el caso de haber estado en contacto estrecho (toda persona que haya estado en contacto con una persona con COVID-19 confirmada sin medidas de protección, a menos de 2 metros y durante más de 15 minutos. Desde 48 horas antes del inicio de los síntomas) con alguna persona afectada por COVID-19, debiendo realizar, durante ese periodo, un seguimiento de los posibles síntomas de la enfermedad.
10. Que, caso de estar o haber estado contagiado por el virus de la COVID-19 se compromete a no acudir ni tomar parte en el evento o competición en tanto en cuanto las autoridades sanitarias no manifiesten que la participación no entraña un riesgo, bien para su persona, bien para el



- resto de asistentes con los que pudiera tener contacto.
11. Que me comprometo a informar al club y a la Federación (antes de cualquier partido) de cualquier síntoma que tenga compatible con el COVID-19, el hecho de haber dado positivo o la existencia de cualquier presunto o confirmado caso de covid-19 en el entorno familiar o próximo y me comprometo a mantener puntualmente informado de la evolución de los mismos a los responsables del club.
 12. Que soy consciente y acepto que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración antes de cada evento o entrenamiento de haber dado positivo o no haber declarado el hecho de haber tenido una relación próxima con personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y la pérdida de la licencia deportiva por toda la temporada.
 13. Que reconoce la recomendación de activar en su dispositivo móvil la herramienta “Radar Covid-19”, con el fin de observar y vigilar el control de la pandemia.
 14. Que, con los medios a su alcance, y en todo caso cuando se hayan dado circunstancias que lo aconsejen, se ha sometido a los test existentes para comprobar si está o ha estado contagiado por la COVID-19.
 15. Que es conocedor/a y acepta y asume que, en el actual estado, existe un objetivo riesgo de contagio de la COVID-19 con las consecuencias que de ello se pudieran derivar para su persona en términos de salud o problemas que, incluso, pudieran ocasionarle la muerte.
 16. Que acepta que la FCN adopte las medidas que se indican en el protocolo y guía que tiene publicado con el fin de establecer un razonable escenario de seguridad en la competición. En tal sentido, se hace constar que la FCN, en el curso de la competición, podrá adoptar las medidas o decisiones que sean precisas en relación con el establecimiento o aplicación de las medidas que se contienen en su protocolo y guía publicada o cualesquiera otras que tuviesen por finalidad el dotar a la prueba de un entorno seguro en términos de evitar contagios por la COVID 19.
 17. Que acepta que la FCN pueda actualizar los protocolos y normativas referentes a la organización de competiciones para cumplir con las normas y leyes que puedan surgir en cada momento.
 18. Que, en caso de resultar contagiado por COVID 19, el o la participante, técnico, árbitro delegado o directivo, exonera a la FCN de cualquier responsabilidad en relación con los posibles daños o perjuicios que pudieran derivarse para su persona.
 19. Que acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la FCN con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones, o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación o costes en que hubiese incurrido el o la deportista y/o su club.
 20. Que acepta que si se mostrase por su parte una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones del personal de organización en relación con las medidas de seguridad evitar contagios por COVID-19 podrá ser expulsado/a, o excluido/a o descalificado/a del evento (aunque ya haya tomado parte en la misma) por decisión de quien actúe como autoridad deportiva (juez/a árbitro o delegado/a técnico/a), debiendo abandonar inmediatamente la instalación.
 21. Que acepta que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades que aquel o aquella pudiera llegar a asumir ante las autoridades competentes (incluidos los órganos disciplinarios federativos) como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación, bien en el ámbito deportivo federativo, bien en otros ámbitos diferentes.
 22. En el caso de ser una persona vulnerable o conviviente con una persona que sea vulnerable



por ser mayor de 60 años de edad, haber sido diagnosticado de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares, cáncer, inmunodeficiencias, padecer afecciones médicas anteriores o estar embarazadas; y desea tomar parte en las competiciones, deja constancia del riesgo que corren tanto él como sus familiares.

23. Que comprobará, él/ella o sus representante legal, a diario su estado de salud y la ausencia de síntomas de Covid-19 antes de incorporarse a la actividad, tanto de entrenamiento como de competición.
24. Que antes de acudir a una competición o entrenamiento, se compromete a informarse y reconocer las normas de cumplimiento para el desarrollo de la actividad en dicho centro, así como de interacción con otras personas, leyendo en su momento los protocolos de seguridad y las medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 dispuestas por el organizador de la competición y del evento y las acepto cumplir de manera responsable, en su totalidad, con las pautas de conducta y comportamiento que allí se establecen, aceptando que el Responsable de Higiene del evento puede acordar motu proprio mi exclusión de la competición y de la instalación o zona acotada del espacio deportivo en caso de incumplirlas.
25. Que acepta y cumplirá las normas de conducta en los eventos que se establecen para cada modalidad deportiva.



Protocolo de contingencia en caso de tener síntomas

-  Se seguirán las medidas que indique el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales o en su caso la autoridad sanitaria.
-  Protocolo de notificación (teléfono, datos del lugar) y derivación ante la sospecha de un caso (información a transmitir, rastreo del grupo de personas con posible contagio, etc.). Para estos casos se podrá hacer uso de la información recabada en la inscripción con el formulario de localización.
-  Se contactará con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales y en su caso con las autoridades sanitarias a través del centro de salud correspondiente o del teléfono COVID-19 para Canarias (900112061)
-  Aislamiento de la persona afectada: indicar el espacio o local donde permanecerá hasta su traslado asegurando medidas básicas como una buena ventilación del espacio, el uso de EPIs, gestión de residuos, etc.
-  Identificación preliminar de contactos: a través de los datos de registros diarios e incidencias, formularios de localización, clasificaciones, etc., se podrá realizar una identificación de posibles contactos de la persona con síntomas.
-  Protocolo de actuación en caso de suspensión de la actividad o cierre de la sede por parte de la autoridad sanitaria.
-  Si el centro dispone de residencia con pernocta, prever actuaciones a seguir con los casos sospechosos o confirmados.
-  Se deberá informar además que los deportistas o personal técnico que sea caso confirmado, o haya tenido contacto estrecho con caso confirmado, o este en aislamiento o cuarentena, no podrá acudir ni a los entrenamientos ni a las competiciones, y no solo aquellos que presenten síntoma febril.



Documento de aceptación de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” para los clubes (DCPOCC)

Representante del club

Apellidos y Nombre:

DNI:

Fecha de nacimiento:

Tfno:

Dirección:

CP:

Correo electrónico:

En calidad de (tachar lo que no proceda): Presidente/Gerente

Declaración responsable y consentimiento

Quien firma este documento y el club al que representa manifiestan ser conocedores de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” (CPOC) de la Federación Canaria de Natación para las competiciones en el entorno Covid-19, a la vez que manifiestan la conformidad y aceptación de las mismas por parte de su club para poder tomar parte en las Competiciones que organice la FCN a lo largo de la temporada 2020-21, así como en las que organicen otros clubes asociados a la misma y a las que fueran invitados. Además manifiestan que realizarán la inscripción en las competiciones de aquellos deportistas que han firmado el “Documento de aceptación de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado para los deportistas, técnicos, directivos y delegados” que a su vez mantiene bajo su custodia y pondrá a disposición de la FCN en el caso de que les sea reclamada.

De la misma manera, hace una declaración responsable de que si alguno de los deportistas de su club formara parte de grupos de riesgo o han convivido o entrenado con otro grupo de riesgo, no les inscribirá o les dará de baja en la misma.

En _____, a ____ de _____ de 202_

Leído y de acuerdo,

Presidente/Gerente

Sello del Club



Documento de aceptación de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” para los deportistas, técnicos, directivos y delegados (DCPOCD)

Interesado

Apellidos y Nombre: DNI:
Fecha de nacimiento: Tfno:
Dirección: CP:
Correo electrónico:
En calidad de (tachar lo que no proceda): deportista/técnico/delegado/directivo

En el caso de menores de edad

Apellidos y Nombre: DNI:
Fecha de nacimiento: Tfno:
Dirección: CP:
Correo electrónico:
En calidad de (tachar lo que no proceda): padre/madre/tutor-a/representante legal

Apellidos y Nombre: DNI:
Fecha de nacimiento: Tfno:
Dirección: CP:
Correo electrónico:
En calidad de (tachar lo que no proceda): padre/madre/tutor-a/representante legal

Declaración responsable y consentimiento

Quien firma este documento manifiesta ser conocedores de las “Condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado” (CPOC) de la Federación Canaria de Natación para las competiciones en el entorno Covid-19, a la vez que manifiestan su conformidad y aceptación de las mismas para poder tomar parte en las Competiciones que organice la FCN a lo largo de la temporada 2020-21, así como en las que organicen otros clubes asociados a la misma y a las que fueran invitados.

De la misma manera, hace una declaración responsable de no formar parte de grupos de riesgo ni convivir con grupo de riesgo y asume el compromiso de comprobar a diario su estado de salud y de ausencia de síntomas de Covid-19.

En _____, a _____ de _____ de 202_

Leído y de acuerdo,

Deportista/Técnico/Delegado/Directivo

Representante legal

Vº Bº del Club



Formulario de Localización Personal (FLP)

Debe ser completado por todos los participantes en cada evento

Nombre tal como aparecen en DNI o en el Pasaporte u otro documento de identidad válido:

Dirección durante la competición (calle/apartamento/ciudad/número postal/país):

Número de teléfono:

Correo electrónico:

Países/CCAA que visitaste o donde estuviste en los últimos 7 días

Responder a las preguntas siguientes en relación con los últimos 14 días:

	PREGUNTA	SI	NO
1	¿Tuvo contacto cercano con alguien Diagnosticado con la enfermedad COVID- 19?		
2	¿Proporcionó atención directa a pacientes de COVID- 19?		
3	¿Visitó o permaneció en un ambiente cerrado con algún paciente con la enfermedad COVID-19?		
4	¿Trabajó/estudió de forma cercana o compartiendo el mismo ambiente laboral o de clase con pacientes de COVID- 19?		
5	¿Ha viajado con un paciente COVID- 19 en cualquier medio de transporte?		
6	¿Ha vivido en la misma casa que un paciente COVID- 19?		

Esta información se podrá compartir con las autoridades locales de Salud Pública para permitir un rápido rastreo de contactos si un participante en el evento sufre la enfermedad COVID-19 o llegó en contacto con un caso confirmado.

Por medio de la firma del presente autorizo al registro de temperatura corporal, adecuado al fin expreso de las medidas de prevención COVID19 para las actividades del organizador.

Fdo. El/la Deportista y Tutor (en caso de menores de edad)

En _____ a _____ de _____ 202__



Certificado de Responsable de Equipo (CRE)

Debe ser completado por el Delegado de Cumplimiento de Protocolo en cada partido/evento

Yo, Sr/a., mayor de edad y con DNI....., con el número de teléfonoy domicilio en calle número En calidad de Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP) del equipo en la competición/partido a celebrar en el día a las horas.

CERTIFICO

1- Que ningún participante presenta sintomatología compatible con el Coronavirus SARS- CoV-2 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones.

2- Que ningún participante ha dado positivo ni ha tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento.

3- Que se ha garantizado documentalmente y puesto a disposición de todos los participantes del encuentro los protocolos de seguridad y medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 y que se le ha informado de la exclusión del partido y de la instalación deportiva para cualquiera de los participantes que incumpla dichas normas.

4- Que es consciente y acepta que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de casos positivos confirmados o personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y, en su caso, pérdida de la categoría deportiva.

5- Que el organizador del encuentro ha registrado a todos los participantes en el mismo a los efectos de poder tener una trazabilidad en caso de que se diera un positivo o síntomas de positivo entre alguno de los participantes que haya tenido contacto estrecho con los demás con ocasión del encuentro.

Al mismo tiempo declara estar informado de las medidas específicas de protección e higiene establecidas en los protocolos "Covid_19. Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional" del Consejo Superior de Deportes, de la Federación Española de Natación y de la Federación Canaria de Natación cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de Natación/Saltos/Waterpolo/Natación Artística y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes y del club o entidad que organiza el encuentro, sin que exista responsabilidad alguna por parte de la Federación Española de Natación o de la Federación Canaria de Natación de los contagios que con ocasión de la disputa del partido se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos, expido este certificado en el de de 202....

Firma



Recomendaciones para entrenamientos

Al margen de todas las recomendaciones generales que se realizan a nivel sanitario por parte de las administraciones públicas competentes, se recomienda, como mínimo seguir diariamente las siguientes recomendaciones:

-  **Control de temperatura:** todos los deportistas antes de entrenar a diario.
-  **Cambio de calzado al entrar en la Instalación, ya sea al Gimnasio o Piscina.**
-  **Cambio de ropa:** la deportiva sólo y exclusivamente para entrenar.
-  **Siempre lavar toda la ropa utilizada en entrenamientos.**
-  **Desinfección de Material de entrenamiento, ya sea colectivo o material individual.**
-  **Ropa de “calle” guardada:** No mezclada con la de entrenamiento. La toca solo el/la interesado/a.
-  **Repartir a los/las deportistas en diferentes vestuarios. Si no es posible, alternar el uso, y siempre respetando distancias.**
-  **Cambiar, y si no fuera posible limpiar, el calzado de calle con el que se accede a las instalaciones deportivas.**
-  **No utilizar nunca el mismo calzado utilizado en la calle para disputar la competición y/o entrenamientos. Obligatorio el cambio de calzado.**
-  **Mantener la higiene de manos al ir a cambiarse.**
-  **Colocar la ropa de calle en una bolsa y tocarla exclusivamente por el interesado. No dejar la ropa de calle colgada en el vestuario o espacio habilitado. Guardarla toda ella dentro de una bolsa.**
-  **Usar en cada sesión de entrenamiento o competición ropa limpia, recogiénola y lavando toda la usada.**
-  **Es recomendable el lavado individual de la ropa de uso deportivo.**
-  **Colaborar en la limpieza y desinfección de todo el material utilizado para el desarrollo de la actividad deportiva.**
-  **En situaciones de ejercicio físico la distancia aconsejada cuando existen momentos de hiperventilación (respirar mayor número de veces y con una mayor intensidad) sería de 5-6 metros con los compañeros.**
-  **Después de finalizar los entrenamientos se debe evitar coincidir con otros participantes, estableciendo un margen de tiempo suficiente para realizar las tareas de limpieza o desinfección.**
-  **No compartir bebidas, ni botellas de agua, así como todos aquellos utensilios de uso personal (móvil, tablets, bolsas de deporte, etc.).**
-  **Establecer una secuenciación en la programación de las sesiones. En el caso de los deportes de equipos iría desde individual física, técnica, mini grupal física, técnica, táctica, a pequeños grupos física, técnica, táctica, hasta poder entrenar todo el grupo, sin contacto, y si la situación lo permite con él.**
-  **Ser muy cuidadosos con los tratamientos médicos y fisioterápicos a aplicar a los deportistas.**
-  **Mantener un estricto control médico de cada deportista.**
-  **Desinfección higiénica (agua + lejía) de superficies comunes (duchas, vestuarios, accesos,...).**
-  **Dotación de geles hidroalcohólicos. Soluciones desinfectantes siempre a mano.**
-  **No contacto. Trabajar en pequeños grupos. Guardar distancias.**
-  **Desinfección de los materiales que se deben compartir (balones, etc.) antes y después de su uso. Si es posible, uno para cada uno/a. Si fuera posible, siempre el mismo elemento para el mismo deportista.**
-  **Hacer una autoevaluación personal periódicamente y empleará la aplicación de Sanidad del**



Gobierno de Canarias (<https://asistencia.covid19.gob.es/>).

 Que cada componente de los equipos (deportistas, técnicos, directivos, delegados), utilicen la aplicación Radar Covid-19.

CRITERIOS DE PRUDENCIA Y SENTIDO COMÚN. NO DAR MARCHA ATRÁS. CUMPLIR SIEMPRE.

 Si un deportista está con síntomas:

 No debe ir a entrenar.

 Debe comunicarlo al Club.

 Debe ponerse en contacto con su Médico de Atención Primaria.

 Si un deportista ha tenido un contacto estrecho con un caso confirmado:

 Igual que el punto anterior.

 Seguir las recomendaciones que le formulen.

 Cumplir escrupulosamente las medidas.

 Cumplir recomendaciones formuladas que sean de aplicación.

 Mantener vigilancia activa y apelar a la responsabilidad individual fuera de la actividad deportiva: domicilio, actos sociales,...

Recomendaciones para los participantes, los miembros de los equipos y delegaciones deportivas:

A nivel familiar y social:

 Cumplir con el distanciamiento social.

 Evitar muestras de afecto y cariño que impliquen contacto físico con terceros ajenos al ámbito de convivencia habitual susceptibles de pertenecer a un grupo de riesgo.

 Reducir el número de contactos al círculo habitual y disminuir el número de personas en reuniones sociales (recomendable menos de 10 personas)

 Uso de la mascarilla individual obligatoria en todo momento.

 Mantener una exquisita higiene de manos con lavados frecuentes con agua y jabón de manera correcta.

 Uso de soluciones hidroalcohólicas si el lavado de manos con agua y jabón no es posible.

 Evitar tocarse con las manos los ojos, nariz y boca.

 Si sufriera de estornudos, o tos, apartarse de cualquier persona y taparse con el brazo aun llevando mascarilla o usar pañuelos desechables, con lavado de manos posterior

 Sustituir la mascarilla si está humedecida.

 Extremar la prudencia en lugares públicos concurridos, guardando la distancia de 1,5-2 metros.

 Evitar, en tanto en cuanto no mejore la situación sanitaria, locales públicos donde el cumplimiento de las medidas preventivas puede resultar más difícil de cumplir.

 Mantener una comunicación fluida con convivientes y contactos estrechos por si surgiera algún contagio no deseado.



Protocolo de organización de los eventos de Natación

Competición:	
Lugar	
Fecha	
Horas:	

El qué	Quién	Cuándo	Cómo	Observaciones
Cartel Información Ppal	Comunicación	Desde que se conozca la sede de cada competición.	Usar plantilla de Canva. Cambiar los campos específicos. Enviar a la oficina, director técnico y delegados de cada Isla.	Se cuelga en la web Se coloca a la entrada de la instalación
Carteles informativos	Oficina y Delegados administrativos de cada isla.	Desde que se conozca la sede de cada competición.	La oficina y/o delegados elaborarán los carteles necesarios para la competición, siguiendo las plantillas propuestas.	Se envía al director de la competición que será el encargado de su colocación.
Gel hidroalcohólico	Delegado administrativo de cada Isla.	Desde el inicio de la temporada deben contar con stock necesario y hacerlo llegar a cada instalación el día de la competición.		
Toallitas desechables	Delegado administrativo de cada Isla.	Desde el inicio de la temporada deben contar con stock necesario y hacerlo llegar a cada instalación el día de la competición.		
Mascarillas	Delegado administrativo de cada Isla.	Desde el inicio de la temporada deben contar con stock necesario y hacerlo llegar a cada instalación el día de la competición.		
Protocolo de la instalación	Delegado técnico de cada Isla en cada parcela.	Desde el momento en el que se conozca la sede de la competición.	Completar plantilla de protocolo. Enviar al director de competición. Enviar a Comunicación para publicar. Realizar planos en blanco para enviar a los directores de competición.	
Listados de salidas y Resumen de participación	Areacompeticiones	Desde el cierre de las inscripciones y hasta tres días antes de la celebración de la competición.	Imprimir en pdf. Enviar a Comunicación. Enviar al director técnico. Enviar al director de competición.	
Spray desinfectante, paño de limpieza y bolsa de cierre.	Dtor. Competición	Durante la competición	Colocará los sprays y un paño junto a cada plataforma de salida.	Los nadadores se encargan de pasar el spray en caso de que lo consideren necesario. Cada spray y paño se retirará al finalizar dentro de una bolsa con cierre.
Distribución de espacios	Dtor. Competición	Dos días antes de la competición	Redacción de planos	Con las listas de salidas ofrecerá un resumen de participación en la competición. El director contará con un plano limpio en el que ya estarán indicados los espacios. Solo necesita ubicar en ellos a los participantes.
Control cumplimiento normas	Dtor. Competición	Durante la competición	Vigilancia activa	Se emitirán informes de incidencias al terminar cada sesión de competición.
Colocación de Geles.	Dtor. Competición	Durante el calentamiento	Se colocará una botella de gel en la cámara de salida.	
Colocación de carteles	Dtor. Competición	Antes de la entrada de los participantes	Colocará los carteles necesarios para la organización de la prueba.	
Colocación alfombra	Dtor. Competición	Durante la competición	Se colocará una alfombra con zona húmeda (desinfectante) y seca	
Colocación marcas de situación de grupos	Dtor. Competición	Antes del Calentamiento	Se usará cinta americana de color amarillo o naranja demarcando las zonas	
Control de aforo	Persona designada para eso. Puede ser un árbitro u otra persona con licencia federativa o contratada para cada caso.	Desde el acceso a la instalación y hasta la finalización de la Competición.	Control de los participantes y técnicos. Dispondrá de un listado de personas autorizadas. Solicitará identificación con DNI si fuera necesario para comprobar identidad. En caso de conflicto, lo comunica al director de competición.	
Limpieza de poyetes	Cada club dispondrá de una persona.	Durante la competición	Cada persona limpiará entre tres y cuatro poyetes.	Se irán relevando lo largo de la competición.



Protocolo de organización de los eventos de Waterpolo

-  Deberá haber en la mesa de anotadores-cronometradores gel hidroalcohólico para lavado de manos tras tocar cualquier elemento: un balón, recogida de material de mesa para el encuentro.
-  El equipo informático a facilitar al equipo arbitral por parte del club local para llevar las actas digitales, se deberá entregar limpio.
-  **BALONES DE JUEGO:** Se dispondrá para cada encuentro de balones limpios.
-  Los balones se recogerán tras su uso y se limpiarán para su reacondicionamiento.
-  Se recomienda utilizar un balón limpio al inicio de cada periodo del encuentro.
-  No será necesario el uso de vestuarios, salvo en el caso de las chicas que no puedan cambiarse en la zona de su equipo. Entonces acudirán al Delegado Covid del encuentro, quien se encargará de controlar entrada y salida de vestuario que disponga la instalación.
-  Los itinerarios serán los que hayan sido establecidos por la instalación. Si no lo tienen establecido, lo deberá realizar el Delegado Covid de la Federación y el delegado de campo de esa jornada. En Santa Cruz de Tenerife, el delegado de campo será asignado por los clubes de Tenerife.
-  El Área de Waterpolo de la FCN será la encargada de designar qué club será el encargado de proporcionar el Delegado Covid y Delegado de Campo en cada jornada en los eventos celebrados por concentración.
-  Cada club comunicara a la FCN tres días antes de la jornada, quien será su Delegado Covid y quien será su delegado de campo.
-  Los partidos de waterpolo se disputarán sin público en las gradas ni en los aledaños de la piscina.
-  La entrada a la instalación se realizará por equipos, controlada por el Delegado Covid de esa jornada y contando con la ayuda del Delegado de Campo.
-  Los calentamientos se realizarán en el mismo orden de los partidos que les toque jugar. Como hasta ahora.
-  El calentamiento en seco se realizará en la zona asignada a su equipo. Ese será el lugar donde deban dejar las bolsas de deportes.
-  Los árbitros recibirán el material a usar desinfectado. Al finalizar, los Jueces los devolverán desinfectados.
-  Los balones se deben desinfectar antes de cada encuentro por el delegado del club que le corresponda.
-  Los balones y banquillos serán desinfectados por los delegados de cada Club, justo al finalizar cada encuentro que disputen, supervisados por el Delegado de Campo o del Delegado Covid.



Protocolo de organización de los eventos de Saltos

-  Se establecerá un control de entrada a la instalación.
-  Se comunicarán los recorridos dentro de la instalación, tanto durante las competiciones como para acceder o salir de la instalación.
-  Se habilitará una zona de agua únicamente para los deportistas que vayan a competir, zona que será también la del calentamiento.
-  Para los técnicos o delegados se habilitará una zona lo más cercana posible a la zona agua.
-  Se les asignará una silla a cada técnico o delegado acreditado que no podrá intercambiar durante la competición.
-  Colocación del material de higiene en la instalación.



Protocolo de organización de los eventos de Natación Artística

CALENTAMIENTO

-  Los equipos se tratarán como burbujas. Evitar interrelación entre equipos.
-  Se habilitarán espacios para los equipos cuando no estén calentando o compitiendo, donde habrá un espacio para dejar la ropa y material necesario durante el calentamiento y la competición (toallas, pesas, zapatillas, etc.).
-  Se delimitará una zona para entrenadores para poder dirigir el entrenamiento, evitar deambular por la piscina.

COMPETICIÓN

-  Cámara de salidas - sólo un equipo, combo, Highlight, dúo, dúo mixto, sólo.
-  En todas las competiciones se realizarán con gorro, no se utilizará gelatina
-  Para todas las entradas de rutinas, la salida se hará desde posición en pie, no se podrán hacer entradas con manos u otras partes del cuerpo que no sean los pies apoyados en el suelo, otra opción es empezar las rutinas desde el agua
-  La Competición se realizará en bloques, si es necesario según el número de participantes:
 -  Rutinas
 -  Calentamiento + competición de un número de participantes. (Si es necesario)
-  Figuras:
 -  Los nadadores deben mantener la distancia de seguridad mientras esperan fuera y dentro del agua.
 -  Según número de participantes la competición se realizará por grupos de deportistas
-  En la competición de figuras, las entrenadoras estarán situadas en una zona fija con las deportistas que no estén participando en ese momento.
-  En la competición de rutinas, las entrenadoras formarán parte del equipo en la cámara de salida en la que permanecerá hasta que finalice la rutina y vuelva con su equipo a su zona habilitada.
- 

ENTREGA DE PREMIOS

-  No se realizarán entrega de medallas individualmente, se entregarán las medallas a los delegados, Se intentará tener un photocall para poder hacerse fotos.

FOTOGRAFOS

-  Se intentará tener un fotógrafo oficial que saque las fotos y después las comparta.

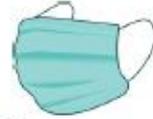


Modelo de plantilla de distribución de instalaciones en Natación

A	Secretaría de competición
B	Cámara de salidas
C	Cámara de salidas lado opuesto
D	Cronometradores
E	
F	Equipo
G	Equipo
H	Equipo
I	Equipo
J	Equipo
K	Equipo
L	Equipo
M	Equipo
N	Equipo
O	Equipo
P	Equipo
Q	Equipo
R	Equipo
S	Equipo
T	Equipo



Acude a la cámara de salida con mascarilla



Lávate las manos con gel hidroalcohólico antes de entrar a tu serie



Introduce tu ropa en una bolsa de plástico e higienízala antes de pasar a la prueba

Uso de vestuarios: Si/No

Respetar la distribución de espacios





Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Natación COVID-19

-  Cada club podrá acceder a la competición con un técnico o delegado por cada 15 deportistas presentes en la competición.
-  Cada club designará un Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP), quién será el responsable que los componentes de su club cumplan con las normas en las competiciones. Esta persona estará a disposición del Director de Competición durante toda la sesión de la competición y atenderá a sus sugerencias o reclamaciones de manera inmediata. El DCP podrá ser un entrenador o un delegado del club en esa competición.
-  Los clubes emitirán en cada competición una relación de personas (técnicos y delegados) que acudirán a la competición sin sobrepasar en ningún momento el número de ellos permitidos según esta misma normativa. En esa relación indicará quién será el DCP.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.
-  Para el uso de los vestuarios se deberá atender al aforo permitido y nunca superarlo.
-  La entrada y salida a la instalación deberá ser escalonada. Los deportistas accederán a la misma atendiendo a los turnos de calentamiento en los que hayan sido asignados. Una vez que se ha tomado parte en las pruebas en las que están inscritos, los deportistas deberán abandonar lo más rápidamente posible la instalación, sin superar los 15 minutos después de la disputa de su última prueba.
-  Los deportistas accederán a la cámara de salida provistos sólo con una prenda de vestir (toalla o chaqueta del chándal), zapatillas de playa y mascarillas. Acudirán como máximo dos series antes de la suya, nunca antes.
-  Los deportistas podrán acceder a la zona de salidas provistos con una bolsa que será desinfectada en la cámara de salida y en la que introducirán sus prendas antes de tomar parte en la prueba.
-  Cada deportista deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico en la cámara de salidas.
-  Solo el delegado podrá acceder a la zona de competición para reclamar motivos de una descalificación. No se permiten las consultas de marcas.
-  Las bolsas y/o mochilas deportivas se deberán dejar en las zonas establecidas por la organización. Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario. Todo el material, bañadores, toallas, etc. deberán estar siempre dentro de las mochilas.
-  No se podrá compartir material (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, etc.).
-  Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas durante el calentamiento y para hacer consultas a la dirección de competición o juez árbitro.
-  Antes de entrar a la instalación se deberá desinfectar la bolsa deportiva en el control de acceso.
-  Está expresamente prohibido escupir y expulsar secreciones nasales en todas las instalaciones. En caso de necesidad deberá hacerse utilizando un pañuelo desechable, depositarlo en el contenedor de un punto de higiene, e higienizarse las manos después.
-  Sólo deberán usar los vestuarios cuando estos estén disponibles en cada competición.
-  Los deportistas, técnicos y delegados que acudan a una competición deberán firmar y presentar el Formulario de Localización Personal.

El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación de las pruebas en las que se haya tomado o vaya a tomar parte.



Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Waterpolo COVID-19

-  Cada club podrá acceder a cada partido con un técnico, un delegado y 14 jugadores.
-  Cada club designará un Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP), quién será el responsable que los componentes de su club cumplan con las normas en las competiciones. Esta persona estará a disposición del Director de Competición durante toda la sesión de la competición y atenderá a sus sugerencias o reclamaciones de manera inmediata. El DCP podrá ser un entrenador o un delegado del club en esa competición.
-  Los clubes emitirán en cada competición una relación de personas (técnicos y delegados) que acudirán a la competición sin sobrepasar en ningún momento el número de ellos permitidos según esta misma normativa. En esa relación indicará quién será el DCP.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.
-  Para el uso de los vestuarios se deberá atender al aforo permitido y nunca superarlo.
-  La entrada y salida a la instalación deberá ser escalonada. Los deportistas accederán a la misma atendiendo a los turnos de llegada. Si un equipo llega primero, entrarán todos sus componentes al mismo tiempo, y el otro equipo esperar fuera hasta que el primero haya entrado al completo a la instalación. Una vez que se ha tomado parte en la competición, saldrá de la instalación primero el equipo visitante como mucho 15 minutos después de acabado el partido y luego el local.
-  Los deportistas que se encuentren en el banquillo permanecerán en el mismo provistos sólo con una prenda de vestir (toalla o chaqueta del chándal), zapatillas de playa y mascarillas.
-  Los deportistas tendrán en el banquillo una bolsa que será desinfectada previamente y en la que introducirán sus prendas antes de entrar al agua. La mascarilla deberá ir en otra bolsa diferente dentro de la bolsa mayor.
-  Cada deportista deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico antes de cada partido.
-  Solo el delegado podrá acceder a la zona de mesa.
-  Las bolsas y/o mochilas deportivas se deberán dejar en las zonas establecidas por la organización. Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario. Todo el material, bañadores, toallas, etc. deberán estar siempre dentro de las mochilas.
-  No se podrá compartir material (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, etc.).
-  Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas durante el calentamiento y para hacer consultas a la dirección de competición o juez árbitro.
-  Todos los equipos realizaran el calentamiento en seco en la zona designada para cada equipo, fuera del tránsito de circulación de personas que no participen en el encuentro, siendo obligatorio el uso de mascarilla para todos los deportistas.
-  Al inicio del partido los Capitanes acudirán a la llamada de los Árbitros con Mascarilla. No se realizaran presentaciones, y solo se podrán saludar con el codo.
-  En los cambios de campo, deberán mantener las distancias, cambiando todo el equipo a la vez al otro banquillo.
-  Finalizado el encuentro, todos deberán ponerse las mascarillas, para saludar con el codo en fila al equipo contrario. (Siempre y cuando la situación sanitaria este permitido.)
-  Mesa de anotadores-cronometradores y delegado federativo: deberán llevar mascarilla en todo momento, se deberá disponer de gel hidroalcohólico para lavado de manos tras tocar cualquier elemento: un balón, recogida de material de mesa para el encuentro.
-  Se deberán evitar los saludos con árbitros, oficiales, etc.
-  Antes de entrar a la instalación se deberá desinfectar la bolsa de deportes en el control de acceso.
-  Está expresamente prohibido escupir y expulsar secreciones nasales en todas las



instalaciones. En caso de necesidad deberá hacerse utilizando un pañuelo desechable, depositarlo en el contenedor de un punto de higiene, e higienizarse las manos después.

 Sólo deberán usar los vestuarios cuando estos estén disponibles en cada partido.

 Los deportistas, técnicos y delegados que acudan a una competición deberán firmar y presentar el Formulario de Localización Personal.

El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación del partido.



Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Saltos COVID-19

-  Cada club podrá acceder a cada partido con un técnico o delegado por cada 15 deportistas.
-  Se accederá a la instalación deportiva de manera ordenada y escalonada, esperando a que el grupo de 15 saltadores esté completo al entrar.
-  Hasta que no esté acomodado un grupo es su zona no podrá entrar el siguiente.
-  Cada club designará un Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP), quién será el responsable que los componentes de su club cumplan con las normas en las competiciones. Esta persona estará a disposición del Director de Competición durante toda la sesión de la competición y atenderá a sus sugerencias o reclamaciones de manera inmediata. El DCP podrá ser un entrenador o un delegado del club en esa competición.
-  Los clubes emitirán en cada competición una relación de personas (técnicos y delegados) que acudirán a la competición sin sobrepasar en ningún momento el número de ellos permitidos según esta misma normativa. En esa relación indicará quién será el DCP.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.
-  Para el uso de los vestuarios se deberá atender al aforo permitido y nunca superarlo.
-  Los deportistas deberán utilizar la zona de agua que les haya sido asignada, esta zona será también la del calentamiento.
-  El material que podrán tener los saltadores en la zona agua será:
 - Bayeta
 - Toalla o cualquier otra prenda de abrigo.
 - Zapatillas para zona húmeda.
 - Mascarilla.
 - Este material debe estar en una pequeña mochila/bolsa.
-  Será obligatorio el uso de la mascarilla mientras se espera el turno para saltar.
-  Los técnicos o delegados permanecerán en la zona lo que les ha sido asignada.
-  Los técnicos y/o delegados deberán hacer uso obligatorio de la mascarilla.
-  Los técnicos o delegados acreditados no podrá intercambiar sus sillas durante la competición.
-  Antes de entrar a la instalación se deberá desinfectar la bolsa de deportes en el control de acceso.
-  Está expresamente prohibido escupir y expulsar secreciones nasales en todas las instalaciones. En caso de necesidad deberá hacerse utilizando un pañuelo desechable, depositarlo en el contenedor de un punto de higiene, e higienizarse las manos después.
-  Sólo deberán usar los vestuarios cuando estos estén disponibles en cada competición.
-  Los deportistas, técnicos y delegados que acudan a una competición deberán firmar y presentar el Formulario de Localización Personal.

El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación de la competición.



Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en los eventos de Natación Artística COVID-19

-  Cada club podrá acceder a cada partido con un técnico, un delegado y 10 deportistas.
-  Cada club designará un Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP), quién será el responsable que los componentes de su club cumplan con las normas en las competiciones. Esta persona estará a disposición del Director de Competición durante toda la sesión de la competición y atenderá a sus sugerencias o reclamaciones de manera inmediata. El DCP podrá ser un entrenador o un delegado del club en esa competición.
-  Los clubes emitirán en cada competición una relación de personas (técnicos y delegados) que acudirán a la competición sin sobrepasar en ningún momento el número de ellos permitidos según esta misma normativa. En esa relación indicará quién será el DCP.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
-  Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.
-  Para el uso de los vestuarios se deberá atender al aforo permitido y nunca superarlo.
-  La entrada y salida a la instalación deberá ser escalonada. Los deportistas accederán a la misma atendiendo a los turnos de llegada. Si un equipo llega primero, entrarán todos sus componentes al mismo tiempo, y el otro equipo esperar fuera hasta que el primero haya entrado al completo a la instalación. Una vez que se ha tomado parte en la competición, saldrá de la instalación como mucho 15 minutos después de haber terminado su participación.
-  Los deportistas que no estén participando permanecerán en sus espacios asignados.
-  Cada deportista deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico antes de iniciar su participación.
-  Solo el/la delegado/a podrá acceder a la zona de mesa.
-  Las bolsas y/o mochilas deportivas se deberán dejar en las zonas establecidas por la organización. Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario. Todo el material, bañadores, toallas, etc. deberán estar siempre dentro de las mochilas.
-  No se podrá compartir material ni bebidas ni alimentos.
-  Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas durante el calentamiento y para hacer consultas a la dirección de competición o juez árbitro.
-  Antes de entrar a la instalación se deberá desinfectar la bolsa de deportes en el control de acceso.
-  Está expresamente prohibido escupir y expulsar secreciones nasales en todas las instalaciones. En caso de necesidad deberá hacerse utilizando un pañuelo desechable, depositarlo en el contenedor de un punto de higiene, e higienizarse las manos después.
-  Sólo deberán usar los vestuarios cuando estos estén disponibles en cada competición.
-  Los deportistas, técnicos y delegados que acudan a una competición deberán firmar y presentar el Formulario de Localización Personal.

El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación de la competición.



Compromisos adquiridos por la FCN

-  Considerar la elaboración de un “Protocolo propio de refuerzo” para ser validado por la RFEN, la DGD de Canarias y el CSD en las condiciones generales que se marca este protocolo.
-  Implementar y cumplir todas las medidas necesarias que se contienen en este Protocolo cuando la organización corresponda a la FCN.
-  Exigir la implementación y cumplimiento de todas las medidas necesarias que se contienen en este Protocolo cuando la puesta en marcha y desarrollo (organización fáctica o material) de un evento corresponda a una persona o entidad distinta a la FCN dentro de sus disciplinas.
-  Exigir a las entidades y las personas participantes en las COAR -y en el caso de los menores de edad: padre/madre/tutor legal- la firma o suscripción obligatoria de un documento (DCPOCC y DPCOCD) en el que se comprometan a cumplir la totalidad de medidas que se encuentren previstas en el protocolo establecido al efecto y en el que se manifestará la correspondiente exoneración de responsabilidad para eventuales casos de contagio en los que no mediase ni culpa ni negligencia organizativa y que sean los propios del actual riesgo objetivo existente que cada persona deba asumir.
-  Exigir a los Delegados de Cumplimiento de Protocolo de los clubes, la firma del Certificado de Responsabilidad de Equipo (CRE).
-  Disponer de un/a Delegado/a de Cumplimiento del Protocolo (DCP) que será el o la responsable de asegurar el cumplimiento de las medidas establecidas. En el caso de las COAR que sean directamente organizadas por las FCN la persona que actué como DCP será directamente nombrada por aquella.
-  Recomendar el uso de la aplicación RADAR COVID a todos los implicados en las competiciones.

Compromisos adquiridos por los organizadores de eventos

-  Implementar y cumplir todas las medidas necesarias que se contienen en los “Protocolo de organización de eventos” de la modalidad deportiva pertinente.
-  Exigir a quienes participen la implementación y cumplimiento de todas las medidas necesarias que se contienen en “Protocolo de organización de eventos”, así como en las “Normas de conductas para deportistas, técnicos y delegados en los eventos” de la modalidad deportiva pertinente.
-  Exigir a las entidades y las personas participantes en las COAR -y en el caso de los menores de edad: padre/madre/tutor legal- la firma o suscripción obligatoria del Documento un documento en el que se comprometan a cumplir la totalidad de medidas que se encuentren previstas en el protocolo establecido al efecto y en el que se manifestará la correspondiente exoneración de responsabilidad para eventuales casos de contagio en los que no mediase ni culpa ni negligencia organizativa y que sean los propios del actual riesgo objetivo existente que cada persona deba asumir.
-  Disponer de un/a Delegado/a de Cumplimiento del Protocolo (DCP) que será el o la responsable de asegurar el cumplimiento de las medidas establecidas.



Compromisos adquiridos por las personas y entidades participantes pertenecientes a los diferentes estamentos

-  **Cumplir todas las medidas necesarias que se contienen en este Protocolo.**
-  **Cumplir de forma estricta todas las medidas que sean dictadas por las autoridades sanitarias; y, en especial, en los casos relacionados con posibles casos de contagio, sintomatología, contacto estrecho, etcétera que requieran de aislamiento, sometimiento a test, facilitar información para rastreos, u otras medidas establecidas por los profesionales de la medicina.**
-  **Firmar el documento en el que se comprometan a cumplir la totalidad de medidas (DCPOCC, DCPOCD, FLP Y CRE) que se encuentren previstas en el protocolo establecido al efecto y en el que se manifestará la correspondiente exoneración de responsabilidad para eventuales casos de contagio en los que no mediase ni culpa ni negligencia organizativa y que sean los propios del actual riesgo objetivo existente que cada persona deba asumir.**



Información útil Gel hidroalcohólico y su uso

Según la Organización Mundial de la Salud, "las personas pueden ser contagiadas por la COVID-19 de otras personas que ya tengan el virus. La enfermedad se expande primeramente de persona a persona a través de pequeñas gotas procedentes de la nariz o de la boca, las cuales son expelidas cuando una persona contagiada por COVID-19 tose, estornuda o habla. Estas gotas son relativamente pesadas y no viajan muy lejos y caen rápidamente al suelo. Las personas pueden contagiarse si respiran en esas gotas de una persona infestada con el virus. Es por esto por lo que hay que situarse al menos a un metro de distancia unos de otros. Las gotas pueden aterrizar en objetos y superficies alrededor de las personas tales como mesas. Las personas se pueden infectar al tocar esos objetos o superficies, luego tocando sus ojos, nariz o boca. Por esto es importante lavarse las manos regularmente con jabón y agua o gel hidroalcohólico".

Pero hay que prestar mucha atención al gel hidroalcohólico que se utilice para la higienización de las manos. El fluido recomendado debe contener una porcentaje de alcohol que debe estar comprendido entre el 70 y el 90%. De esta manera se convierte en un producto desinfectante. Todo aquel con contenido entre el 60% y 70% solo se trata de un producto higienizante. La diferencia entre uno y otro es que los primeros son capaces de desinfectar, eliminando los virus, mientras que los segundos solo sirven para limpiar la piel y no cuentan con propiedades desinfectante, antisépticas o viricidas.

Cómo elegir y usar el hidrogel de forma correcta

Concentración de alcohol

- 70%:** Ideal para eliminar bacterias y virus. Se evapora rápidamente, y no permite suficiente tiempo de contacto con virus y bacterias para eliminarlos.
- 60%:** No es efectivo.
- 90%:** No es efectivo.

IMPORTANTE: El hidrogel más eficaz frente al coronavirus es el que tiene un 70-90% de alcohol y es viricida.

Precauciones, dudas o aclaraciones

- Evitar aplicar en zonas sensibles o dañadas de la piel o mucosas.
- Tienen un alto porcentaje de etanol y son inflamables, por lo que deben estar alejados de focos de calor como: flamas abiertas, cigarras o cualquier fuente de ignición.
- Evita fumar inmediatamente después de su uso o en lugares donde estén almacenados.

Cómo elegir el producto:

- Higienizante/ desinfectante: No es lo mismo higienizar que desinfectar.
- Revisar el etiquetado: Los productos con actividad viricida deben cumplir con la norma UNE EN 14476.

Cuándo realizarla

- Si no se dispone de agua limpia y jabón.
- Después de tocar cualquier superficie que pueda estar contaminada.
- De manera frecuente en reuniones (especialmente cuando hay no convivientes).

Cómo usar el gel:

- La correcta higiene de manos con hidrogel debe durar entre 20 y 30 segundos.
- Esperar a que se seque, para que sea efectivo.
- Toca solo tu envase personal.
- Pasos de higiene de manos con hidrogel.

Tipos de hidrogel:

- Bactericida (UNE EN 13727)**
- Levaduricida (UNE EN 13624)**
- Fungicida (UNE EN 1275)**
- Viricida (UNE EN 14476)** - VIRUS SARS-CoV-2
- Microbactericida (UNE EN 14348)**

Organización Colegial de Enfermería

Fuente: <http://www.diarioenfermero.es>



Información útil mascarillas y su uso

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA HIGIÉNICA DE TELA DE FORMA SEGURA

who.int/epi-win

LO QUE DEBE HACERSE →



Lávese las manos antes de tocar la mascarilla



Compruebe que la mascarilla no está dañada, sucia o mojada



Ajústese la mascarilla a la cara de modo que no queden aberturas por los lados



Cúbrase la boca, la nariz y la barbilla



Evite tocar la mascarilla



Lávese las manos antes de quitarse la mascarilla



Quítese la mascarilla por las tiras que se colocan tras las orejas o la cabeza



Al quitarse la mascarilla, manténgala alejada de la cara



Guarde la mascarilla en una bolsa de plástico limpia y de cierre fácil si no está sucia o mojada y tiene previsto reutilizarla



Extraiga la mascarilla de la bolsa por las tiras



Lave la mascarilla con jabón o detergente, preferiblemente con agua caliente, al menos una vez al día



Lávese las manos después de quitarse la mascarilla

LO QUE NO DEBE HACERSE →



No utilice una mascarilla que parezca dañada



No lleve una mascarilla que le quede suelta



No se ponga la mascarilla por debajo de la nariz



No se quite la mascarilla cuando haya alguien a menos de un metro de distancia



No utilice mascarillas que dificulten la respiración



No utilice mascarillas sucias o mojadas



No comparta su mascarilla con otras personas

Las mascarillas de tela pueden proteger a quienes estén a su alrededor. Para protegerse e impedir la propagación de la COVID-19, recuerde mantenerse al menos a un metro de distancia de otras personas, lávese las manos a fondo y con frecuencia y evite tocar la cara y la mascarilla.

EPI·win

Organización Mundial de la Salud

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA MÉDICA DE FORMA SEGURA

SÍ →



Localice en la parte superior la pieza de metal o el borde rígido



Compruebe que la parte coloreada dé al frente



Coloque la pieza de metal o el borde rígido sobre la nariz



Lávese las manos antes de tocar la mascarilla



Compruebe que no esté rasgada ni agujerada



Cubrase la boca, la nariz y la barbilla



Ajustese la mascarilla a la cara de modo que no queden aberturas por los lados



Evite tocar la mascarilla



Quitese la mascarilla desde detrás de las orejas o la cabeza



Al quitarse la mascarilla, manténgala alejada de usted y de toda superficie



Deseche la mascarilla inmediatamente tras su uso, preferiblemente en un cubo de basura cerrado



Lávese las manos después de desechar la mascarilla

Recuerde que, por sí sola, una mascarilla no lo protegerá de la COVID-19. Manténgase al menos a 1 metro de distancia de otras personas y lávese las manos con frecuencia y a fondo, incluso si lleva la mascarilla puesta.

[who.int/epi-win](https://www.who.int/epi-win)



Organización Mundial de la Salud

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA MÉDICA DE FORMA SEGURA

NO →



No utilice una mascarilla rasgada o húmeda



No se ponga la mascarilla solo sobre la nariz o la boca



No lleve una mascarilla que le quede suelta



No toque la parte frontal de la mascarilla



No se quite la mascarilla para hablar con alguien ni haga nada que requiera tocar la mascarilla



No deje la mascarilla al alcance de otras personas



No reutilice la mascarilla

Recuerde que, por sí sola, una mascarilla no lo protegerá de la COVID-19. Manténgase al menos a 1 metro de distancia de otras personas y lávese las manos con frecuencia y a fondo, incluso si lleva la mascarilla puesta.

[who.int/epi-win](https://www.who.int/epi-win)



Organización Mundial de la Salud



Modelos de cartelería



Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en las competiciones de Natación COVID-19

Generales

- Cada club podrá acceder a la competición con un técnico o delegado por cada 15 deportistas presentes en la competición.
- Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
- Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.

Técnicos y delegados

- Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas durante el calentamiento y para hacer consultas a la dirección de competición o juez árbitro.
- Solo el delegado podrá acceder a la zona de competición para reclamar motivos de una descalificación. No se permiten las consultas de marcas.

Quédate en casa si...

- Te sientes mal.
- Crees tener síntomas de la Covid-19.
- Alguno de los familiares con quien convives está enfermo.
- Alguna persona de tu entorno está enferma o ha dado positivo en un test de la Covid-19.

Deportistas



- Antes de entrar a la instalación deberás desinfectar tu bolsa de deportes.
- La entrada y salida a la instalación deberá ser escalonada. Los deportistas accederán a la misma atendiendo a los turnos de calentamiento en los que hayan sido asignados. Una vez que se ha tomado parte en las pruebas en las que están inscritos, los deportistas deberán abandonar lo más rápidamente posible la instalación, sin superar los 15 minutos después de la disputa de su última prueba.
- Los deportistas accederán a la cámara de salida provistos sólo con una prenda de vestir (toalla o chaqueta del chándal), zapatillas de playa y mascarillas. Acudirán como máximo dos series antes de la suya, nunca antes.
- Cada deportista deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico en la cámara de salidas.



- Los deportistas podrán acceder a la zona de salidas con una bolsa que será desinfectada en la cámara de salida y en la que introducirán sus prendas antes de tomar parte en la prueba.
- Las bolsas y/o mochilas deportivas se deberán dejar en las zonas establecidas por la organización. Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario. Todo el material deberá estar siempre dentro de las mochilas.
- No se podrá compartir material (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, etc.).



El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación de las pruebas en las que se haya tomado o vaya a tomar parte.



Normas de conducta para deportistas, técnicos y delegados en las competiciones de Waterpolo COVID-19

Generales

- Cada club podrá acceder a cada partido con un técnico, un delegado y 14 jugadores.
- Los deportistas, técnicos y delegados deberán permanecer en los espacios que se les haya asignado previamente.
- Los deportistas, técnicos y delegados deberán respetar los itinerarios dentro de la instalación y nunca se acercarán a los componentes del equipo arbitral.

Técnicos y delegados

- Los entrenadores y delegados deberán usar mascarillas durante el calentamiento y para hacer consultas a la dirección de competición o juez árbitro.
- Solo el delegado podrá acceder a la zona de mesa.

Deportistas



- Antes de entrar a la instalación deberás desinfectar tu bolsa de deportes.
- La entrada y salida a la instalación deberá ser escalonada. Los deportistas accederán a la misma atendiendo a los turnos de llegada. Si un equipo llega primero, entrarán todos sus componentes al mismo tiempo, y el otro equipo esperar fuera hasta que el primero haya entrado al completo a la instalación. Una vez que se ha tomado parte en la competición, saldrá de la instalación primero el equipo visitante como mucho 15 minutos después de acabado el partido y luego el local.
- Los deportistas que se encuentren en el banquillo permanecerán en el mismo provistos sólo con una prenda de vestir (toalla o chaqueta del chándal), zapatillas de playa y mascarillas.
- Cada deportista deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico antes de iniciar cada partido.

Quédate en casa si...

- Te sientes mal.
- Crees tener síntomas de la Covid-19.
- Alguno de los familiares con quien convives está enfermo.
- Alguna persona de tu entorno está enferma o ha dado positivo en un test de la Covid-19.



- Los deportistas que se encuentren en el banquillo permanecerán en el mismo provistos sólo con una prenda de vestir, zapatillas de playa y mascarillas.
- Las bolsas y/o mochilas deportivas se deben dejar en las zonas establecidas por la organización. Los deportistas deberán acudir con el mínimo material necesario. El resto del material deberá estar dentro de las mochilas.
- Los deportistas tendrán en el banquillo una pequeña bolsa que será desinfectada previamente y en la que introducirán sus prendas antes de entrar al agua. La mascarilla deberá ir en otra bolsa diferente dentro de la bolsa mayor.
- No se podrá compartir material (gorros, gafas, bañadores, toallas, bebidas, etc.).

El incumplimiento de alguna de estas normas puede suponer la expulsión, exclusión y descalificación del partido y/o de la competición.



AHOQUEMOS A LA COVID-19

FEDERACIÓN CANARIA DE NATACIÓN

WWW.FEDECANAT.ES



Respetar las normas y el deporte te devolverá vida

MODALIDAD: NATACIÓN ARTÍSTICA
JORNADA INTERSOCIAL MULTIPLÁSTICA
PISCINA MUNICIPAL DE LA CALLE VIEJA

30/30/2020
26:00 HORAS

AFORO: 1.300 DEPORTISTAS
USO DE VESTUARIOS: SI/NO



Usa mascarilla

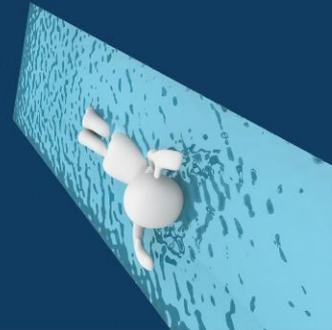


Límpiate habitualmente las manos con jabón o gel hidroalcohólico

1,5 m.



Mantén la distancia





Reglas de organización del uso de las calles para entrenar y/o calentar

Para un uso adecuado de las calles de una piscina y con la intención de reducir las situaciones de riesgo de contagio durante las sesiones de entrenamiento y/o calentamiento de competiciones, se deberán seguir una serie de instrucciones para salvar las situaciones de máximo riesgo, que son aquellas en las que no se podrá mantener la distancia de 1,5 metros cuando se naden con la piscina fragmentadas por calles de al menos 2 metros de ancho:

1.- Todos los nadadores usarán el lado derecho de la calle.

2.- Cuando un nadador va a ser rebasado:

2.1.- El nadador rebasado tendrá la obligación de aminorar notablemente su velocidad.

2.2.- El nadador que adelanta deberá, si es posible, aumentar aún más la velocidad de nado.

2.3.- El nadador rebasado respirará por el lado derecho o evitará tomar aire durante la situación.

2.4.- El nadador que adelanta intentará respirar por el lado izquierdo.

2.5.- Si viniera otro nadador de frente a poca distancia, el nadador adelantado parará su marcha totalmente o se hundirá en el agua.

3.- En el uso de la misma calle se prohíbe hacer ejercicios que posibiliten expirar aire fuera del agua, tales como piernas con tablas, nadar con la cabeza fuera del agua para tomar y expulsar aire.

4.- Entrenarán un máximo de 4 nadadores por calle en piscina de 25 metros y de 8 nadadores por calle en piscina de 50 metros.

5.- Si es necesario parar para descansar más de un minuto, estos descansos se deberán hacer fuera del agua, manteniendo una distancia mayor a 1,5 metros con otras personas.

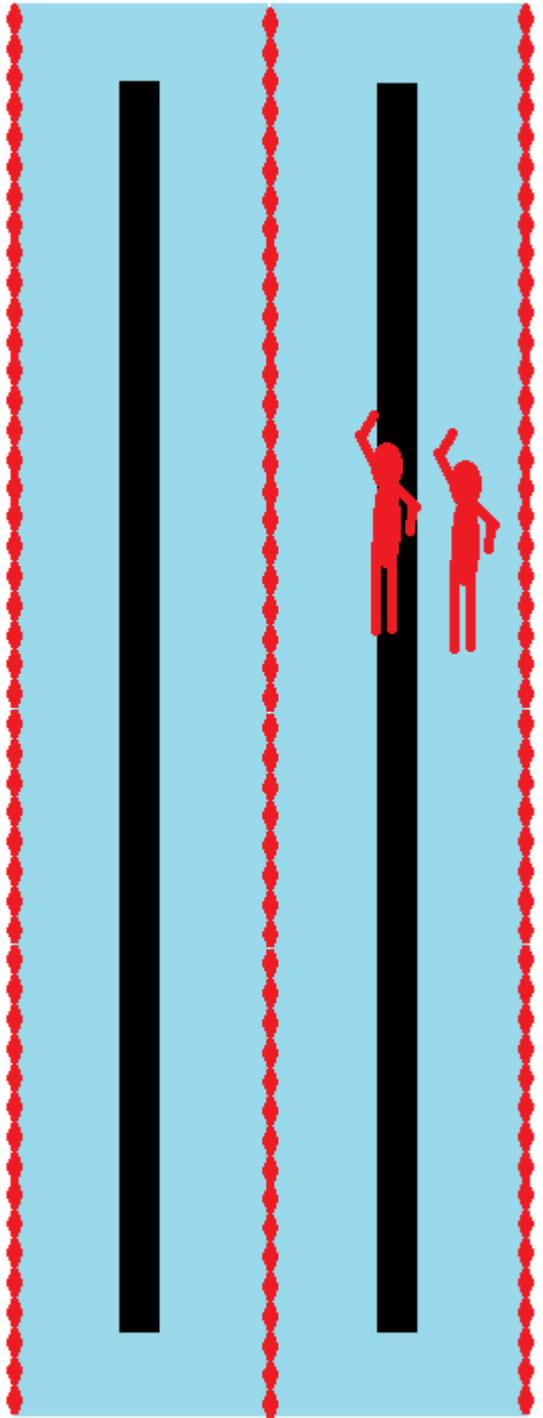
6.- Para los descansos en grupos dentro del agua, un nadador se colocará en la pared por el lado derecho de la calle; y el resto, en la corchera del lado contrario a un metro u medio de distancia uno del otro. El primero de esa fila se colocará a 1,5 metros de distancia de la pared.

7.- Cuando haya deportistas en periodo de descanso dentro de la piscina, estos deberán expirar el aire dentro del agua.

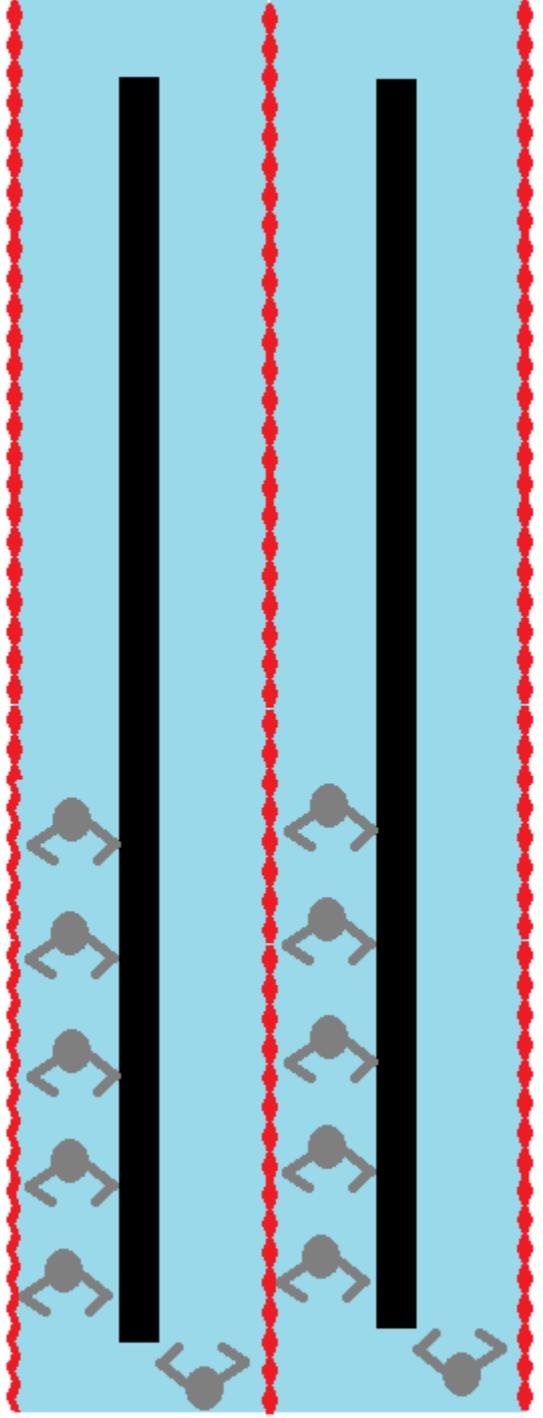


Distancia interpersonal menor a 1,5 m.	Situación tipo	Duración de la situación y riesgo asociado	Medidas de precaución a tomar
<p>Cruce en el Nado Marcados en rojo, los nadadores implicados</p>		<p>Teniendo en cuenta una velocidad baja en nadadores (0,83 m/s, lo que implica hacer 100 metros en dos minutos).</p> <p>Al ir los dos nadadores en dirección opuesta, tardarían en estar a una distancia de dos metros uno del otro un total de (1,2 segundos).</p> <p>En los casos de nadar en estilos con expiración del aire en el agua (todos a excepción de la espalda), el riesgo de inhalar el aire del otro nadador es nulo.</p> <p>Después de ese tiempo, además, la clorina del agua se encargaría de la desactivación del virus en caso de su existencia.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.- Evitar nadar espaldas en esta disposición. 2.- Prohibir el trabajo de piernas en esta disposición. 3.- Prohibir los estilos o ejercicios que requieran expirar aire en esta disposición. 4.- Hacer que los nadadores respiren al lado derecho cuando se crucen con los de la misma calle y al lado izquierdo cuando lo hagan con los de la calle contraria. (Esta medida es más complicada de implementar)



Distancia interpersonal menor a 1,5 m.	Situación tipo	Duración de la situación y riesgo asociado	Medidas de precaución a tomar
Adelantamiento		<p>Teniendo en cuenta una velocidad baja en nadadores (0,83 m/s, lo que implica hacer 100 metros en dos minutos).</p> <p>Al ir los dos nadadores en la misma dirección, se hace necesario recorrer una distancia de 4 metros, dos para acercarse y dos para separarse. Esto implica cerca de 5 segundos.</p> <p>En los casos de nadar en estilos con espiración del aire en el agua (todos a excepción de la espalda), el riesgo de inhalar el aire del otro nadador es nulo.</p> <p>Después de ese tiempo, además, la clorina del agua se encargaría de la desactivación del virus en caso de su existencia.</p>	<ol style="list-style-type: none">1.- Evitar nadar espalda en esta disposición.2.- Prohibir el trabajo de piernas en esta disposición.3.- Prohibir los estilos o ejercicios que requieran expirar aire en esta disposición.4.- Hacer que el nadador que es adelantado detenga su nado cuando está siendo adelantado a la vez que mantenga la cara dentro del agua.5.- Hacer que el nadador que adelanta acelere el ritmo para disminuir el tiempo de posible exposición.6.- En el caso de tener a otro nadador que venga de frente muy cercano, evitar esta maniobra.



Distancia interpersonal menor a 1,5 m.	Situación tipo	Duración de la situación y riesgo asociado	Medidas de precaución a tomar
Paradas en la pared		Puede ser un periodo largo de tiempo. En el descanso entre series o en el momento de explicación de las tareas.	<ol style="list-style-type: none">1.- Los nadadores, una vez terminada la tarea o serie anterior deberán ocupar su posición ordenada lo antes posible y tratando de mantener la distancia de 1,5 m. con el resto.2.- Se situarán en la corchera a una distancia de 1,5 m. del precedente en el orden de salidas.3.- En caso de tratarse de periodos de descanso largos, más de 1 minutos, se sugiere que el descanso se haga fuera del agua.4.- En los descansos expirar el aire dentro del agua.



Referencias

Resolución de 19 de junio de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo por el que se establecen medidas de prevención para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la fase III del plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

Resolución de 9 de julio de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo que aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo del Gobierno de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

Resolución de 3 de julio de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo que aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

Resolución de 4 de agosto de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo por el que se aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo del Gobierno de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

Resolución de 13 de agosto de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo que aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo del Gobierno de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

Protocolo de prevención y organización para el desarrollo de la actividad educativa presencial en centros educativos no universitarios de Canarias. Curso académico 2020-2021.

https://www.gobiernodecanarias.org/cmsweb/export/sites/educacion/web/_galerias/descargas/centros/protocolo-covid-19-actividad-presencial/protocolo-covid-19-centros-educativos-20200723.pdf

“COVID-19. Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional” del Consejo Superior de Deportes.

“Protocolo Relativo a la Protección y prevención de la salud frente a Covid-19 en entrenamiento y/o competición” de la Federación Andaluza de Natación.

“Protocolo de Adecuación de la Actividad/competición con motivo del COVID” de la Federación Madrileña de Natación.

Consejos de la OMS para la prevención del Contagio de la Covid-19.

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Recomendaciones de la Real Federación Española de Natación para el reinicio de la actividad de los



deportistas en el Medio Acuático.

<https://cdn.leverade.com/files/DFq8cyQymx.pdf>

Guía de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias.

<https://www.gobiernodecanarias.org/principal/coronavirus>

Plan de actuación Preventivo – Covid 19 v3 de la Federación Española de triatlón.

https://triatlon.org/wp-content/uploads/2020/07/2020.FETRI_Plan-de-actuaci%C3%B3n-COVID19-rev30.07.pdf

Medidas correctoras contagio COVID-19 (act. 4 de mayo de 2020) de la Federación Española de Triatlón.

https://triatlon.org/wp-content/uploads/2020/05/2020.FETRI_Medidas-correctoras-contagio-COVID-19-rev04.05.xlsx

Guía de Prevención del Covid-19 de la Federación internacional de Triatlón.

https://www.triathlon.org/uploads/docs/20200430_Covid19_Guidelines.pdf

Protocolo para la prevención de contagios por Covid-19 en los entrenamientos y competiciones de la Federación de Baloncesto de Madrid.

<https://www.fbm.es>

Protocolo Sanitario de la vuelta a los entrenamientos y torneos de la Real Federación Española de Balonmano.

https://www.rfebm.com/sites/default/files/documentos/2020_protocolo_sanitario_entrenamientos_torneos_0.pdf

Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-5895

Resolución de 4 de mayo de 2020, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se aprueba y publica el Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones federadas y profesionales.

https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4837

Agencia Española para la protección de la Salud en el Deporte, AEPSAD:

<https://aepsad.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:048dee70-666b-42e5-8ae6-7f019baad7e0/aepsad-cmd-recomendaciones-covid-19-para-viajes-y-competiciones.pdf>

Guía Sanitaria Real Federación Española de Balonmano.

<https://www.rfebm.com/noticia/gu%C3%ADa-sanitaria-pandemia-covid-19-y-balonmano-ep%C3%ADlogo>

<http://www.diarioenfermero.es>

Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int>



Federación Canaria de Natación

Calle León y Castillo, 230
35004, Las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas
7fno: 928244967

