

A detailed scanning electron micrograph of a coronavirus particle, showing its characteristic spherical shape and the crown of surface proteins. The image is rendered in a blue monochrome palette. A semi-transparent white circle is overlaid on the right side of the image, containing the title text.

PLAN GENERAL DE ACCIÓN

Pandemia Covid-19

INTRODUCCIÓN

Ante la constante incertidumbre de los últimos meses y la cantidad de información que recibimos de diferentes entidades, estamos a la espera de una normativa generalizada para el deporte, no sólo en el ámbito de entrenamiento sino de organización de eventos competitivos. Aún así, desde la FNCV nos hemos propuesto continuar con la actividad deportiva de nuestra comunidad en cualquier escenario. La pandemia de la Covid-19 ha hecho que tengamos que adaptarnos a una nueva situación, especialmente compleja en el ámbito competitivo de nuestros deporte, y probablemente vayamos a tener que hacerlo a lo largo de una gran parte de la temporada.

En base a la resolución publicada por la *Consellería de Sanidad Universal y Salud Pública* el 26 de junio de 2020, sobre la adopción de medidas adicionales complementarias de prevención y protección en materia de actividad deportiva, en aplicación del Acuerdo de 19 de junio, del Consell, frente a la Covid-19. [2020/5003], la FNCV ha desarrollado una serie de recomendaciones para la realización de las competiciones de las 3 disciplinas: natación artística, waterpolo y natación.

Entendiendo que la situación a la que nos enfrentaremos será complicada debemos hacer un esfuerzo entre todas las partes para poder llevar a cabo la actividad deportiva.

Con esta filosofía proponemos las siguientes medidas generales para las 3 disciplinas y unas a tener en cuenta para cada una de ellas.

RECOMENDACIONES GENERALES DE ORGANIZACIÓN DIARIA

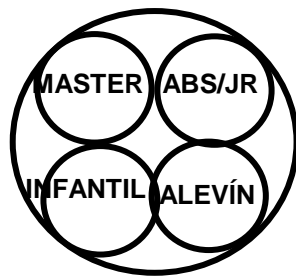
La FNCV propone a todos los clubes y entidades de la natación valenciana trabajar sobre 2 aspectos:

1. Medidas referentes a la prevención de riesgos: se trata de adaptarnos a las propuestas de aforos hechas por la Consellería de Sanidad Universal y Salud pública y asegurarnos de seguir con las medidas de salud general (distancia interpersonal, uso de mascarilla, higiene de manos frecuentemente y la máxima ventilación posible).

2. Medidas de trazabilidad ante un posible rebrote o situación de contagio: se trata de desarrollar una serie de procesos que nos permita controlar la ubicación de los posibles rebrotes para así tomar las medidas oportunas junto con las entidades competentes y sanidad.

Para ello aconsejamos una **organización sinérgica entre clubes y federación:**

EQUIPOS DENTRO DE LOS CLUBES



Cada grupo de entrenamiento debe de tener una persona **responsable del cumplimiento de las medidas preventivas (RCM)** descritas en la siguiente página. Es aconsejable que sea alguien con el suficiente prestigio y autoridad dentro del equipo para garantizar que todos los integrantes del club cumplan con las obligaciones establecidas

CLUBES/ INSTALACIONES



Responsable de Higiene (RH): cada club/ instalación debe de tener una persona encargada de controlar que todas las medidas preventivas se cumplan, además de ser la primera persona a la que los RCM deben de informar en caso de algún problema. El RH de cada club será el punto de comunicación con el secretario técnico de la FNCV en el caso de que se hubiera identificado alguna cadena de contacto, además de avisar inmediatamente al centro de salud más cercano.

FEDERACIÓN



Secretario técnico FNCV de cada disciplina: el RH de cada club mantendrá informado vía telefónica y por e-mail al secretario técnico de la FNCV de cada disciplina si se detectara algún problema.

RECOMENDACIONES GENERALES DE ORGANIZACIÓN DIARIA

Los clubes conjuntamente con el gestor de su instalación deberán adecuar los protocolos oficiales que se publiquen a sus recursos y medios. La FNCV propone una serie de recomendaciones para que los clubes puedan asegurar los dos tipos de medidas (preventivas y actuación ante contagios):

Recomendaciones para la prevención de riesgos:

- A. A nivel familiar y social: se recomienda a los clubes transmitir a las familias de sus deportistas y a éstos las siguientes ideas generales a intentar llevar a cabo en su día a día:
- Cumplir con el distanciamiento social fuera de casa
 - Evitar muestras de afecto y cariño que impliquen contacto físico con terceros ajenos al ámbito familiar o susceptibles de pertenecer a un grupo de riesgo.
 - Evitar aglomeraciones.
 - 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.
 - Evitar tocarse con las manos los ojos, nariz y boca.
 - 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.
- Respecto a esto:

RECOMENDACIONES GENERALES DE ORGANIZACIÓN DIARIA



SITUACIÓN 1. Si tienes alguno de los síntomas descritos clínicamente (fiebre, fatiga, dolor muscular, pérdida de olfato y/ o gusto, y especialmente, dificultad respiratoria, debes ponerte en contacto inmediatamente con el centro de salud más cercano. En el caso de que decidan hacer alguna prueba diagnóstica (como una PCR), debes de mantenerte aislado/a hasta saber el resultado. Si es negativo podrás seguir vida normal, si eres positivo las entidades sanitarias competentes de indicarán que hacer.



SITUACIÓN 2. Si has estado en contacto sin ningún tipo de protección con una persona diagnosticada PCR + (contacto estrecho) debes aislarte de inmediato, avisar a tu club (al Responsable de Higiene-RH, que informará de inmediato al secretario técnico de la FNCV para poner en conocimiento del hecho a las autoridades sanitarias) para que avise a los demás compañeros de grupo de entrenamiento para que también ellos se aíslen (incluidos entrenadores/as) y acudir inmediatamente al centro de salud más cercano. Ellos decidirán si realizarte alguna prueba diagnóstica o no. En el caso de hacerla, debes de informar lo antes posible del resultado al RH para que se tomen las medidas que correspondan. Normalmente, tanto si el resultado es una PCR+ como -, tanto tú como tu grupo de entrenamiento deberá de aislarse y realizarse una prueba diagnóstica en el centro de salud más cercano.



SITUACIÓN 3. Si has estado en contacto sin ningún tipo de protección con una persona que tiene síntomas descritos, debes de aislarte hasta que esa persona tenga los resultados de una prueba diagnóstica si es que se la han realizado. En este caso, sólo tú debes de aislarte. Es importante mantener informado a tu RH.

RECOMENDACIONES GENERALES DE ORGANIZACIÓN DIARIA



SITUACIÓN 4. Si has estado en contacto con una persona que a su vez ha estado en contacto con un PCR+ sin ningún tipo de protección, debes de seguir los pasos descritos en la situación 3.

Los gestores de la instalación son los que tendrán que determinar junto con las entidades sanitarias competentes los pasos a seguir.

B. Durante los entrenamientos se recomienda a los clubes organizarse en base a las siguientes ideas:

- Todo lo anterior de la esfera individual y, además:
- Mantener un flujo unidireccional que evite el cruce con otros grupos de entrenamiento
- Guardar la distancia mínima en el vestuario.
- 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 que el que se usa en la instalación.
- 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. Guardarla toda ella dentro de una bolsa.
- Usar en cada sesión de entrenamiento o competición ropa limpia, recogéndola y lavando toda la usada.
- Colaborar en la limpieza y desinfección de todo el material utilizado
- En situaciones de ejercicio físico en el gimnasio 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 equipos, 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.).
- Ser muy cuidadosos con los tratamientos médicos y fisioterápicos a aplicar a los deportistas.
- Mantener un estricto control médico de cada deportista.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

PARA TODAS LAS DISCIPLINAS

- *Para poder tramitar la licencia federativa de la temporada 2020-2021 será obligado enviar la declaración responsable por parte de todos/ as los/ as deportistas firmada, cumplimentada y escaneada al coordinador general de la FNCV.*
- *En el caso de tener que competir con la licencia de la temporada 2019-2020, se deberá de enviar al coordinador general de la FNCV la declaración responsable para el evento competitivo en cuestión.*
- *En todos los escenarios descritos a continuación se recomienda a los gestores de la instalación realizar las competiciones sin público.*

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

NATACIÓN

En el caso de la natación en línea se definen los siguientes escenarios.

ESCENARIO ÓPTIMO: la situación sanitaria está controlada.

Para la temporada 2020-2021 la FNCV propone aumentar las sedes de cada competición, de forma que reduzcamos al mínimo viable el riesgo de un posible rebrote. En un primer término estas medidas se realizarán exclusivamente en ligas y controles provinciales.

Para ello hemos diferenciado tres roles estructurales:

- Clubes organizadores/ gestores: será los clubes que acogerán en sus instalaciones al resto de clubes participantes.
- Clubes participantes: serán los clubes que vayan a competir a una instalación que no es suya.
- FNCV: se encargará de la coordinación, asesoramiento y organización junto con el club organizador.

Se trata de intentar agrupar a los clubes de cada provincia en 3 ó 4 piscinas. En estas piscinas participarán los clubes más cercanos geográficamente siempre que se cumplan las medidas de aforo. Las agrupaciones se intentarán realizar siempre facilitando el concepto de **grupo estable y permanente** que marca Sanidad. Estos son grupos de personas que se mantienen habitualmente en contacto (entrenan en las mismas instalaciones, por ejemplo).

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

CLUBES ORGANIZADORES:

- Deberán de tener un protocolo propio adaptado a su instalación y aprobado por el gestor de la instalación.
- Deberán de asignar a un *responsable de higiene (RH)*.

Acciones pre-competición:

- Enviar protocolo a los clubes participantes con suficiente antelación como para poder organizarse y adaptarse al protocolo que marque el gestor de la instalación.
- Cartelería:
 - En la piscina debe de haber carteles que informen de las medidas de seguridad higiénicas básicas: uso de mascarillas obligatorio para deportistas y espectadores (sólo se podrá quitar para calentar y competir), mantener distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros, ...
 - Información logística: cartel que indica el acceso a la piscina, las salidas, la cámara de salidas, los vestuarios (dentro de ellos delimitaciones cada 3m²), baños, la dirección que deben de llevar al ir a la cámara de salidas y al salir de la prueba competida y en qué carril calienta cada club.
 - Organizar y delimitar espacios en la piscina para cada club que participe.
- Configurar un grupo colaborador: el club organizador debe de crear un grupo de colaboradores que tendrán las siguientes funciones si es que la FNCV no pudiera cubrirlos:
 - Locutor
 - Organizador en cámara de salidas
 - Limpieza de poyetes tras el pitido de salida

Todos ellos salvaguardarán que los deportistas y técnicos cumplan las medidas higiénicas básicas, informando al RH del club organizador si alguna medida no se estuviera cumpliendo.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

- Determinar si es posible que haya público: el club organizador se reservará la posibilidad de dejar entrar a público o no según el protocolo pactado con el gestor de la instalación. De dar acceso a la piscina, deberá de coordinar con el RH de los clubes participantes la cantidad de personas que acudirán como público y limitar el número si es necesario. En este caso, será recomendable desarrollar un sistema de cita previa.

La FNCV aconseja evitar la entrada de público en la medida de lo posible.

- Coordinar de forma escalonada la entrada a la instalación si se prevé aglomeraciones en la entrada. El RH debe de coordinar con el resto de RH de los clubes participantes una hora de llegada precisa para evitar masificaciones en la entrada de la instalación.

Acciones per-competición:

- El RH debe de seguir el *protocolo de trazabilidad*:
 - Control y registro en formato excell de la temperatura de cada persona que entre a la instalación.
 - Informar de las medidas preventivas a los RH de los clubes participantes.
 - Coordinar al grupo colaborador

Acciones post-competición:

- Enviar el registro de temperaturas de los participantes a la FNCV (coordinador general)
- Guardar durante 30 días el registro de entrada de los participantes
- Enviar junto con los resultados de la competición

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

CLUBES PARTICIPANTES:

- Deberán de asignar a un RH. Esta persona será la que tendrá en contacto con el coordinador general de la FNCV y con el resto de los RH de cada club.

Acciones pre-competición:

- Ponerse en contacto si fuera necesario con el RH del club organizador para informarse de los protocolos a seguir si no lo hubieran recibido.
- Asegurarse de que todos los deportistas de su club han firmado, cumplimentado y enviado la declaración responsable para tramitar la licencia o si fuera necesario la inscripción de la competición.
- Asegurarse de que todos sus deportistas portan un gel hidroalcohólico y limpian sus manos antes de entrar a la instalación.
- Asegurarse de que todos llevan mascarilla.

Acciones per-competición:

- Asegurarse de que todos sus deportistas cumplen las medidas higiénicas básicas.
- Asegurarse que sus deportistas respetan los espacios asignados.
- Estar al servicio del RH de la organización.

Acciones post-competición:

- Si se hubiera dado alguna incidencia con alguno de los deportistas que participaron en la competición, informar inmediatamente a las autoridades sanitarias correspondientes y a la FNCV para informar al resto de clubes.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

FNCV:

- Enviar la declaración responsable para la tramitación de la licencia 2020-2021 y en el caso de un evento competitivo con licencia 2019-2020 una declaración específica.
- Asegurar el jurado completo para las sedes, pudiendo recurrir a un jurado mínimo en caso de no disponer de árbitros suficientes, en tal caso, asignando un cronometrador cada dos calles.
- La FNCV ofrecerá a los clubes la posibilidad de realizar las bajas de manera telemática en el campeonato, evitando de esta manera el acudir a mesa de secretaría sólo en casos excepcionales.
- Recibir y registrar los excell de seguimiento de cada competición y las declaraciones responsables para informa a la autoridades competentes si hubiera algún problema.

El club organizador quedará exento de pagar los gastos de arbitraje. El coste se dividirá entre los clubes participantes.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

LIMITACIONES DE AFORO SEGÚN EL TIPO DE PISCINA:

Ocupación de la piscina en base al tipo de vaso:

Según el punto 6 de la resolución publicada por *la Consellería de Sanidad Universal y Salud Pública* el 26 de junio de 2020, sobre la adopción de medidas adicionales complementarias de prevención y protección en materia de actividad deportiva, en aplicación del Acuerdo de 19 de junio, del Consell, frente a la Covid-19, concerniente a las piscinas de uso deportivo, el aforo máximo permitido será de una persona usuaria por cada 4 m² de superficie de lámina de agua.

Dimensiones del vaso (m)	Carriles (unidades)	Ocupación máxima por carril (deportistas)	Ocupación máxima en el vaso
25x12,5	6	13	78
25x16,6	8	13	104
50x21	8	32	256
50x25	10	30	300*

** En los acontecimientos, competiciones o actividades deportivas podrán participar, de forma conjunta, un máximo de 300 personas deportistas (medida 4.f de dicha resolución)*

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

LIMITACIONES DE AFORO SEGÚN EL TIPO DE PISCINA:

Propuesta de organización de ligas benjamines y alevines:

Nº de clubes por sede según participación

	CASTELLÓN			VALENCIA			ALICANTE		
TURNO	SEDE1	SEDE2	SEDE3	SEDE1	SEDE2	SEDE3	SEDE1	SEDE2	SEDE3
1º	Benjamín								
2º	Alevín								

Propuesta de organización controles infantiles, juniors y absolutos:

Nº de clubes por sede según participación

La división por género se propone para evitar pruebas con pocos nadadores

	CASTELLÓN			VALENCIA			ALICANTE		
TURNO	SEDE1	SEDE2	SEDE3	SEDE1	SEDE2	SEDE3	SEDE1	SEDE2	SEDE3
1º	Pruebas femeninas								
2º	Pruebas masculinas								

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

LIMITACIONES DE AFORO SEGÚN EL TIPO DE PISCINA:

Propuesta de organización de campeonatos autonómicos:

Siempre y cuando la inscripción de participación y la sede no tenga la capacidad de mantener la norma preventiva de aforo

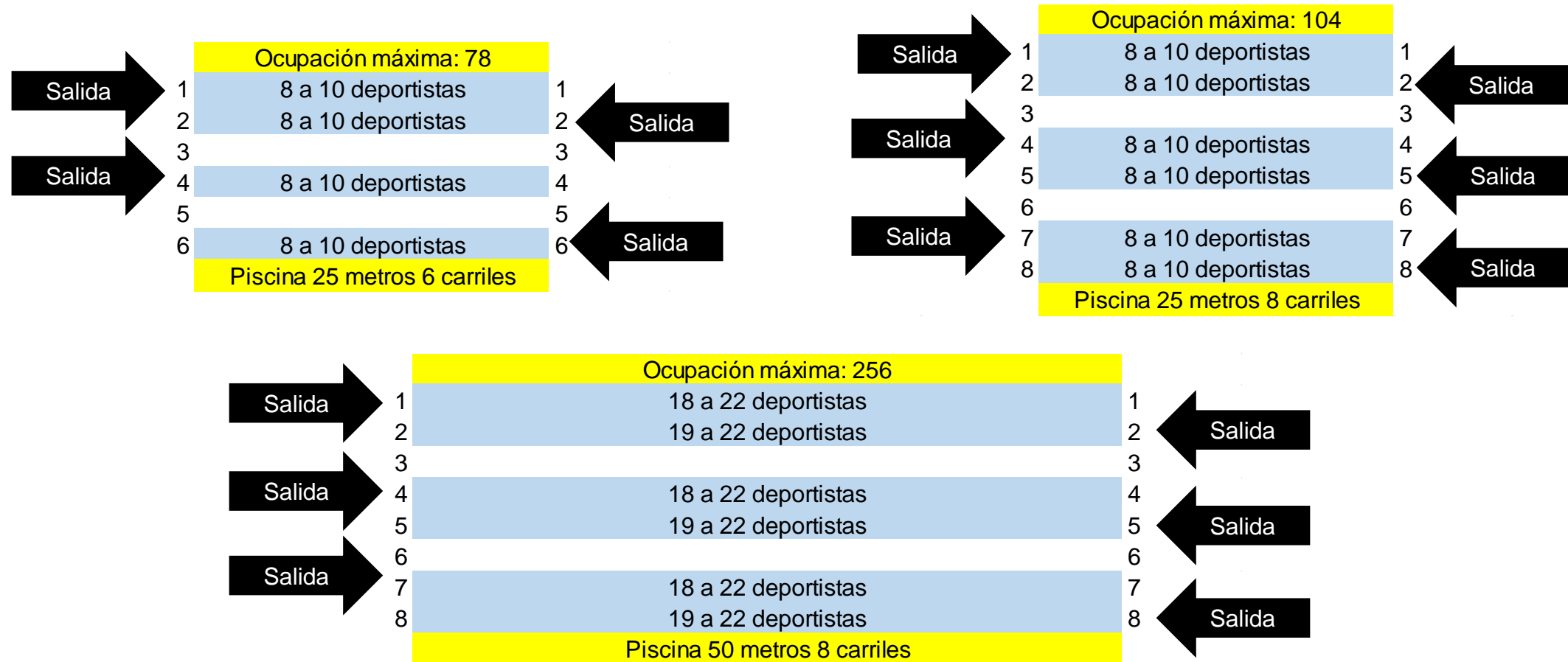
- Para participar se tendrá que acreditar alguna marca mínima autonómica
- En el caso de que la participación supere el aforo permitido la FNCV realizará un filtro por ranking autonómico hasta la fecha

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

PROPUESTA DE ORGANIZACIÓN DE LOS CALENTAMIENTOS

Ejemplos de disposición de equipos en el calentamiento según piscina:

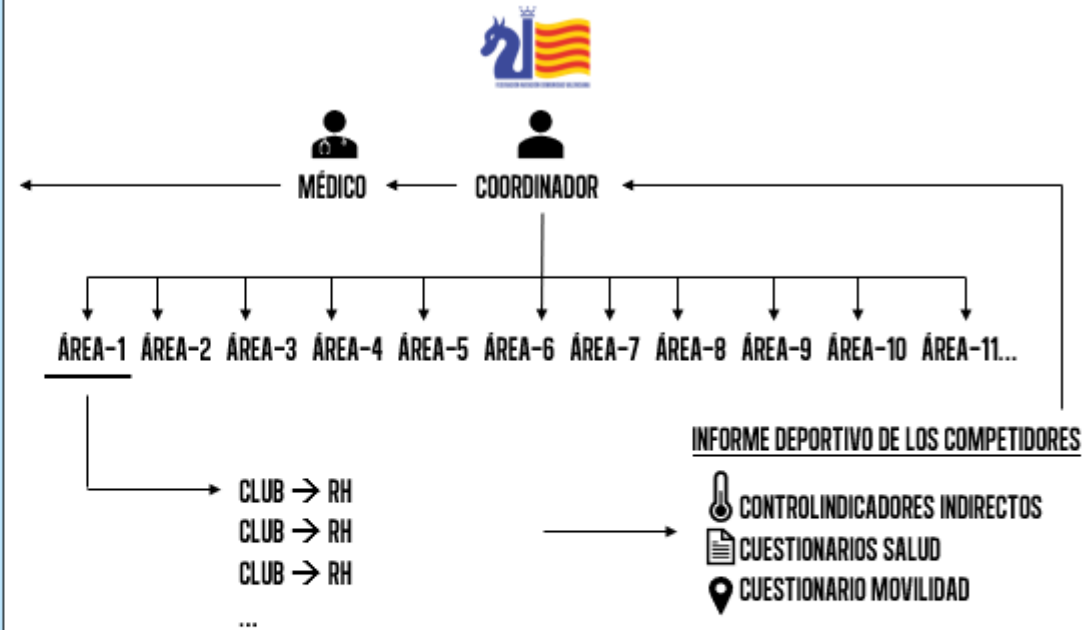
Se propone realizar el calentamiento en 2 turnos de 30 minutos



RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

ESCENARIO PARCIALMENTE CONTROLADO. El riesgo de contagio y/ o rebrote está controlado

Se propone competir agrupando a los clubes por áreas sanitarias.



Sistema de competición por áreas sanitarias.

Fase-1: competirán entre sí los clubes de áreas sanitarias comunes para preservar el control de algún posible +. En cada competición se nadarán 3 pruebas hasta completar el calendario completo.

Fase-2: sistema de cruces entre áreas sanitarias de la misma provincia. Se realizarán 3 competiciones en las que se desarrollará todo el programa de pruebas.

Fase-3: los primeros 3 primeros clasificados de cada provincia competirán en una sede única; los 4 siguientes de cada provincia en otra, etc

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

ESCENARIO URGENTE. La pandemia no está controlada

Se propone competir de forma virtual en cada club, organizando turnos de competición por grupos de entrenamiento. Un árbitro de la FNCV acudiría a la instalación para asegurar que se desarrolla de forma deportiva. Los resultados se subirían a la web.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

NATACIÓN ARTÍSTICA

- El presente documento da una serie de recomendaciones y medidas para ayudar a la organización de las competiciones de Natación Artística, pero para cualquier evento deportivo se estará en todo momento a las medidas de protección y prevención que se establezcan en las normativas estatales y autonómicas, así como a las normas locales que afecten a cada instalación. Dada la cambiante situación, las medidas aquí recogidas podrán cambiar y modificarse atendiendo a los cambios que se den según las circunstancias de cada momento.
- Estas medidas serán tenidas en cuenta para la celebración de competiciones y eventos a nivel autonómico y se llevarán a cabo siempre y cuando la situación sanitaria lo permita.
- Para la organización de cada competición será necesaria una estrecha cooperación entre los clubes organizadores y la FNCV, con la finalidad de que todo se haga con la mayor garantía del cumplimiento de las medidas necesarias para prevención frente a la COVID-19. Para ello la FNCV nombrará una persona, que podrá ser la misma persona designada como Director de Competición, y, por parte del club, se designará otra persona, cuyo contacto será facilitado a la FNCV, y que juntas actuarán como coordinadores COVID, para que se apliquen las medidas y se adapten a las características de cada instalación.
- Se respetarán las medidas de distanciamiento social y uso de mascarilla establecidas en las normativas en todo momento.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

CLUB ORGANIZADOR.

A. Acciones antes y después de la competición.

1. Deberán de tener un protocolo para la competición aprobado por el gestor de la instalación.
2. Deberán asignar un RH. Esta persona será la que tendrá que estar en contacto con el coordinador de la FNCV y con el resto de RH de cada club.
3. Se enviará el protocolo a los clubes participantes 15 días antes de la competición.
4. Siempre que sea posible, se establecerá una entrada distintas para las distintas personas que participan en el desarrollo de la competición o evento deportivo (deportistas, jueces, voluntarios), de no ser posible se hará una entrada escalonada.
5. Las/os deportistas accederán a la instalación de forma escalonada, cumpliendo un orden por clubes.
6. Dentro de la instalación se habilitará una zona para cada club, manteniendo separación entre las zonas designadas a cada club participante. Esa zona estará destinada a las/os nadadoras/es que no estén compitiendo o esperando a hacerlo en la cámara de salida.
7. En caso de que haya prensa o fotógrafos se habilitará una zona para ellos.
8. Se señalará en la instalación las distintas zonas: entrada, salida, cámara de salida, vestuarios, baños.
9. Se establecerá una entrada diferente de la salida, que estarán debidamente señalizada.
10. Se señalará en sentido en el que se debe circular dentro de la instalación.
11. En el caso de las competiciones de figuras se señalará la distancia que tiene que haber entre las participantes que estén esperando para entrar al panel.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

12. Se dispondrán carteles informativos sobre las recomendaciones de distanciamiento interpersonal, higiene y prevención dentro de la instalación.

13. Los voluntarios que participen en el desarrollo de la competición o evento estarán debidamente informados de todas las medidas establecidas para el mismo.

14. Además de la limpieza y desinfección exigida por la normativa para las instalaciones, en las competiciones de rutinas se desinfectarán las escaleras de salida después de cada rutina y a cortos intervalos de tiempo en el caso de las competiciones de figuras.

15. Dependiendo de la disponibilidad de vestuarios de cada instalación, se estudiará la forma de uso para evitar aglomeraciones (distribución de nadadoras, turnos para su uso o cualquier medida que sea necesaria para adaptarse a las circunstancias). Los vestuarios y duchas se usarán siempre cumpliendo las normas establecidas.

16. El RH debe asegurarse del control y registro de la temperatura de cada persona que entre a la instalación y recoger la declaración de responsabilidad de cada participante que la FNCV facilitará si es que no la hubieran firmado, cumplimentado y enviado a la FNCV.

B. Acciones post-competición.

1. Enviar el registro de los participantes.
2. Guardar durante 30 días el registro de entrada de los participantes.
3. Enviar la declaración responsable de cada participante.

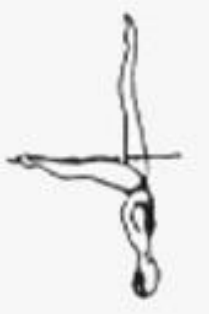
RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

CLUBES PARTICIPANTES EN LA COMPETICIÓN.

Acciones antes y durante la competición.

1. No se podrán utilizar material de la piscina ni compartir material. Los responsables de cada club se asegurarán de que el material que lleven esté debidamente desinfectado.
2. En cada sesión sólo podrán estar en la zona de competición (playa de la piscina, piscina y zonas asignadas a cada club participante) las/os nadadoras/es que tienen que competir en esa sesión.
3. Las/os nadadoras/es mantendrán la mascarilla puesta en aquellos momentos en que no estén participando en la competición o en el calentamiento previo a la misma en la piscina, en el caso de los calentamientos en seco deberán llevar puesta la mascarilla. Las personas del equipo técnico que las acompañen la llevarán en todo momento.
4. En la zona designada para cada club dentro de la instalación permanecerán las niñas que no estén compitiendo o esperando para competir en la cámara de salida, pero sólo aquellas que compitan en la sesión en desarrollo.
5. Todas las mochilas y material de cada club deberán estar en la zona destinada al club.
6. Se recomienda que las/os nadadoras/es utilicen botellas reutilizables, en caso de no ser así deberán cuidar de no dejar las botellas olvidadas en cualquier sitio. Se deberá extremar el cuidado en tirar a las papeleras o cubos de basura los desperdicios, sean botellas o papeles o restos de comida. Hay que tener en cuenta que ahora estos desperdicios, además de ensuciar, pueden ser foco de COVID, al estar en contacto directo con manos, boca y respiración de las personas.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS



Figuras. -

1. En la zona de espera de cada panel habrá un máximo de diez (10) participantes en espera, con una separación entre ellos de 2 metros. El resto de participantes estará en la zona reservada a su club.
2. Se intentará habilitar un lugar para dejar la mascarilla antes de la participación y recogerla después de haber participado.
3. Se proveerá de gel hidroalcohólico o desinfectante para las manos para las/os nadadoras/es después de su participación en cada panel.

• Rutinas. -



1. Sólo dos participantes, sean dos solos o los componentes de dos dúos o dos equipos o dos combos o dos highlights, estarán preparados en la cámara de salida. El resto permanecerá en la zona dispuesta para su club. Sólo se dirigirán a la cámara de salida cuando la rutina que vaya dos números por delante comience.
2. Se establecerá un orden de entrada, intentando evitar que coincidan distintos clubes a la entrada.
3. Las/os nadadoras/es mantendrán la mascarilla puesta hasta el momento en que termine la rutina anterior.
4. Se habilitará donde dejar las mascarillas, chanclas, etc. y se designará a una persona que las lleve a la zona por donde salgan las/os participantes al finalizar la rutina, para que desde allí se dirijan a la salida siguiendo las instrucciones que se especifiquen en cada instalación.
5. Se dispondrá de gel hidroalcohólico a la salida de la rutina.

RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

- **Pases de Nivel:-**

- **Pruebas de seco.-**

1. Para las pruebas que necesiten material adicional (rueda, pesas, balón medicinal, etc.), éste será llevado por cada club y cada club será el que deberá asegurarse de que dicho material esté debidamente desinfectado, así como de desinfectarlo entre cada uso.
2. En la zona destinada a las pruebas de seco, dependiendo de la instalación y de las dimensiones de esta zona, se dispondrá el espacio disponible para que las/os participantes puedan esperar su turno, respetando la distancia de 1,5m, utilizando, si así fuera necesario espacios exteriores de la sala.
3. Durante las pruebas de seco las/os deportistas mantendrán la mascarilla puesta en todo momento, incluso durante la realización de las pruebas.
4. Se dispondrá de gel hidroalcohólico.



RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

- **Pruebas de agua.-**

1. Se dispondrá en la playa de una zona para cada club participante, con separación respecto a las zonas de otros clubes.
2. Durante las pruebas de agua las/os nadadoras/es mantendrán la mascarilla puesta en aquellos momentos en que no estén realizando alguna de las pruebas o en los calentamiento previos dentro de la piscina, en el caso de los calentamientos en seco deberán llevar puesta la mascarilla. Las personas del equipo técnico que las acompañen la llevarán en todo momento.
3. Mientras no estén realizando alguna prueba, se dispondrá en espacio de la playa para que las/os participantes puedan esperar su turno manteniendo siempre la distancia mínima de separación de 1,5m.
4. Se dispondrá de gel hidroalcohólico.



RECOMENDACIONES PARA LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS COMPETITIVOS

Acciones después de la competición.

1. Durante los quince días posteriores a la competición se deberá informar al RH del club organizador y al coordinador de la FNCV si ha habido alguna incidencia.

1. JUECES.

- A. Los jueces llevarán mascarilla en todo momento.
- B. Se les proveerá de gel hidroalcohólico o desinfectante para las manos.
- C. Para evitar contagios y disminuir el número de residuos, se recomendará el uso de botellas reutilizables individuales.

2. TÉCNICOS

- A. Los técnicos cumplirán y cuidarán de que sus deportistas cumplan las medidas que se dispongan para cada competición.
- B. Los clubes serán informados de las normas que se den para cada competición e informarán de las mismas a sus deportistas.
- C. Las personas pertenecientes a cada club llevarán mascarilla en todo momento dentro de la instalación donde se lleve a cabo la competición.
- D. Permanecerán en todo momento en las zonas en las que se establezca que está permitido que estén.

“Si caminas sólo, llegarás más rápido;
si caminas en equipo, llegarás más lejos”

