



## ANEXO II

### PROTOCOLO BÁSICO DE PRÁCTICAS RESPONSABLES PARA ACTIVIDADES O EVENTOS DEPORTIVOS.

#### **OBLIGATORIO para**

- **Servicios Deportivos Municipales**
- **Federaciones Deportivas**
- **Entidades organizadoras de eventos o actividades deportivas.** **Fecha**

D. David Romar García Presidente de FEDERACIÓN DE JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS DE LA REGIÓN DE MURCIA		29/08/2020
Email: <a href="mailto:judomurcia@judomurcia.com">judomurcia@judomurcia.com</a>	Telfs.: 968274532	
Domicilio: C/ Desembojo, n.º 14, bajo.	CP Ciudad 30009. Murcia.	

## **1. IDENTIFICACIÓN.**

### **1.1. Detallar el tipo de Actividad o Evento**

Nombre de la Actividad o Evento (oficial/no oficial)	Fecha de inicio y final
Entrenamientos de clubes afiliados a Federación de Judo y Deportes Asociados de la Región de Murcia	Inicio: 01/07/2020 Final: 31/08/2021 (Prorrogable anualmente)

### **1.2. Nombre del responsable del seguimiento del protocolo y cargo**

Presidente del club o persona designada por el presidente del club.
---

### **1.3. Lugar de realización (Instalación o Área de Actividad)**

Sede deportiva del club
-------------------------

### **1.4. Aforos de participación**

Número máximo previsto de participantes	30 personas (máximo) por grupo y entrenador	Grupos (en su caso)	
---	---	---------------------	--



## 2. PRÁCTICAS RESPONSABLES SEGÚN MODALIDADES O ESPECIALIDADES DEPORTIVAS

2.1. En función de la actividad o evento deportivo a desarrollar se deberá hacer especial referencia a las características singulares de la modalidad/especialidad deportiva concreta y las necesidades derivadas de la misma para las medidas de prevención e higiene más adecuadas.

Modalidad/especialidad deportiva	Necesidades específicas a adoptar
JUDO AIKIDO JIU-JITSU KENDO WU-SHU DEFENSA PERSONAL	(Ver a continuación)

### Aspectos generales del Plan Básico de Entrenamiento y del Plan de Contingencia

- La normativa del Plan Básico de Entrenamiento y del Plan de Contingencia están supeditados a las normas de las Administraciones competentes, que tienen autoridad y rango superior.
- Lo dictaminado en estos planes es de obligado cumplimiento para los clubes afiliados, entrenadores y árbitros colegiados y deportistas federados. Todos ellos han de tener licencia deportiva en vigor para la práctica en las instalaciones que hayan sido informadas a la Federación. No es aplicable a entrenadores no colegiados ni a los deportistas que participen en sus sesiones de entrenamiento (aunque entre ellos haya deportistas federados); tampoco será de aplicación para los clubes que no estén afiliados ni para los deportistas no federados (aunque estén entrenando junto a deportistas federados). En esos últimos casos no debe considerarse deporte federado.
- Ambos planes deben mantenerse hasta nuevas instrucciones o que la Administración dictamine un cambio en la normativa aplicable.
- Debido a la situación cambiante por la evolución de la pandemia provocada por el COVID19, ambos planes son revisables, modificables y actualizables en cualquier momento. Sus actualizaciones se publicarán en la web [www.judomurcia.com](http://www.judomurcia.com) y el primer modelo se comunicará a la Dirección General de Deportes y a los clubes para su difusión a entrenadores, árbitros y deportistas federados.

### PLAN BÁSICO DE ENTRENAMIENTO

El Plan Básico de Entrenamiento contiene una redacción general para las actividades periódicas y habituales que puedan desarrollarse en los clubes (los entrenamientos).

Se debe entender como entrenamiento en los clubes las actividades físicas, técnicas o tácticas realizadas de forma periódica y habitual en la misma instalación (sala o gimnasio cerrado) en ausencia de público.

Por otro lado se redactarán planes específicos para situaciones como los entrenamientos federativos (como puede ser los entrenamientos de Tecnificación), las aulas de formación, las competiciones y los festivales deportivos y las visitas a la sede de la oficina federativa.

Los eventos como competiciones y festivales requieren, además, una autorización expresa de la Dirección General de Deportes.



La normativa del Plan Básico de Entrenamiento se desarrolla con 2 niveles de cumplimiento:

- Medidas obligatorias: son las actuaciones que han de cumplirse de forma necesaria.
- Medidas recomendadas: son actuaciones que mejoran las garantías higiénicas, sanitarias y de control pero cuyo cumplimiento no es obligatorio.

Etapas del Plan Básico de Entrenamiento:

1. Antes de iniciar el periodo de entrenamientos (dentro de los 15 días previos al primer entrenamiento de la temporada del club tras la publicación de este Plan Básico de Entrenamiento).
2. En cada jornada de entrenamiento (en la misma jornada puede haber varias sesiones y/o varios grupos de deportistas):
  - 2.1. Antes de la sesión de entrenamiento.
  - 2.2. Durante la sesión de entrenamiento.
  - 2.3. Después de la sesión de entrenamiento.



### ETAPAS DEL PLAN BÁSICO DE ENTRENAMIENTO

1.	Antes de iniciar el periodo de entrenamientos (dentro de los 15 días previos al primer entrenamiento del club, entrenador o deportista tras la publicación de este Plan Básico de Entrenamiento).	
	<b>Medidas obligatorias</b>	<b>Medidas recomendadas</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Declaración del club sobre buenas prácticas (según modelo facilitado al efecto) y designará una persona responsable de los planes básico de entrenamiento y de contingencia. Este documento quedará en custodia del club, que enviará una copia (en papel o digitalizada) a la Federación.</li><li>- Declaración responsable del entrenador sobre buenas prácticas y ausencia de sintomatología (según modelo facilitado al efecto). Este documento quedará en custodia del club, que enviará una copia (en papel o digitalizada) a la Federación.</li><li>- Declaración responsable del deportista (padres o tutores legales en caso de ser menor de edad) sobre buenas prácticas y ausencia de sintomatología. Este documento se unificará con el de consentimiento para el tratamiento de datos y la autorización de fotografías y grabaciones en las actividades federativas para promoción, investigación y difusión del deporte o disciplina (según modelo facilitado al efecto). Este documento quedará en custodia del club, que enviará una copia (en papel o digitalizada) a la Federación.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Test o análisis del entrenador con resultado negativo en COVID-19.</li></ul>
2.	En cada jornada de entrenamiento.	
2.1.	Antes de la sesión de entrenamiento.	
	<b>Medidas obligatorias</b>	<b>Medidas recomendadas</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Disponer de una lista de deportistas para el control diario del horario y grupo (y si procede, de los subgrupos) de asistentes. Esta lista quedará en custodia del club, deberá mantenerse hasta 1 mes tras la finalización de la temporada 2020-2021 y podrá ser requerido por las autoridades deportivas o sanitarias. (A este efecto se considera que esta temporada comienza el 1 de julio de</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Evitar el uso de vestuarios, especialmente los menores de 12 años (se recomienda que acudan al lugar de entrenamiento ya vestidos con la ropa deportiva desde sus domicilios).</li><li>- Toma de temperatura de los deportistas (termómetro “sin contacto” tipo infrarrojos).</li><li>- Limpieza del calzado con felpudo desinfectante al entrar a la instalación.</li></ul>



2020 y finaliza el 30 de agosto de 2021, por lo que las listas deberán custodiarse hasta el 30 de septiembre de 2021).

- Disponer de un registro de control diario de limpieza de la instalación con indicación de fecha, hora, tipo de limpieza, producto utilizado (ventilación, desinfección...) y firma del responsable. Este registro quedará en custodia del club, deberá mantenerse hasta 1 mes tras la finalización de la temporada 2020-2021 y podrá ser requerido por las autoridades deportivas o sanitarias. (A este efecto se considera que esta temporada comienza el 1 de julio de 2020 y finaliza el 30 de agosto de 2021, por lo que las listas deberán custodiarse hasta el 30 de septiembre de 2021).
- Todas las instalaciones que puedan estar en contacto con los usuarios, tales como aseos, vestuarios, zona de duchas y/o enfermería deberán limpiarse y desinfectarse como mínimo dos veces al día, pudiendo aumentar esta frecuencia dependiendo de la intensidad de uso de las mismas. Deberán ventilarse los espacios cerrados antes y al final del día.
- Antes de cada entrenamiento o entrada de un nuevo grupo de deportistas, limpieza de la instalación y elementos con nebulizador-pulverizador desinfectante o sistema equivalente (suelo, paredes, mobiliario y materiales fijos y móviles).
- Se dispondrá de papeleras cerradas y con accionamiento no manual, para depositar paños y cualquier otro material desechable, que se deberán limpiar de forma frecuente, y, por lo menos, una vez al día. Asimismo, estas papeleras deberían contar con bolsa desechable que se cambie al menos una vez al día.
- Habilitar espacios para situar las bolsas o el material de deporte.
- Es obligatorio el uso de calzado de agua en vestuarios y duchas. Es obligatorio el uso de calzado en los aseos.

- Limpieza de pies con producto desinfectante antes de entrar descalzo a la sala de entrenamiento (“tatamis”).
- Entrada y salida escalonada por turnos o por diferentes accesos (si los hubiera).



<ul style="list-style-type: none"><li>- Descalzarse cada vez que se entre a la sala de entrenamiento (“tatamis”) y calzarse al salir.</li><li>- Antes de entrar y al salir del espacio del espacio asignado de entrenamiento, deberá realizarse limpieza de manos con los hidrogeles que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto.</li></ul>	
<b>2.2. Durante la sesión de entrenamiento.</b>	
<b>Medidas obligatorias</b>	<b>Medidas recomendadas</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- No está permitida la presencia de público durante el entrenamiento (incluidos padres, tutores u otros familiares de los deportistas).</li><li>- Está prohibido compartir alimentos (comidas, bebidas...).</li><li>- Está prohibido compartir material sanitario o de protección (vendas, esparadrapo, rodilleras...).</li><li>- Está prohibido compartir ropa deportiva o similares.</li><li>- Cuando se realicen actividades con material estático, se deberá garantizar, además el respeto de una distancia mínima interpersonal de seguridad de dos metros. En aquellos casos en que no sea posible mantener dicha distancia, deberán ser adoptadas las medidas organizativas precisas para prevenir eventuales contagios, tales como la instalación de mamparas separadoras o el diseño de circuitos.</li><li>- Cada sesión de entrenamiento tendrá un grupo estable de deportistas. Cada grupo de deportistas deberá mantenerse durante, al menos, 15 días sin modificarse para asegurar el control en caso de un posible contagio. (Tras los 15 días, se podrá modificar el grupo y realizar nuevos agrupamientos, que se deberán mantener durante, al menos, otros 15 días).</li><li>- Como criterio general, los grupos de entrenamiento o actividad no deben superar los treinta deportistas por monitor o entrenador en instalaciones cubiertas. La ocupación máxima permitida en cada sala se calculará a razón</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de elementos o materiales compartidos.</li><li>- Dentro de cada grupo estable de entrenamiento se podrá establecer subgrupos (por ejemplo de 10 deportistas) que mantendrán el contacto en el entrenamiento exclusivamente entre ellos. En ese caso se debe delimitar en la instalación una zona para cada subgrupo que se mantendrá durante toda la sesión. Entre 2 zonas consecutivas debe existir un pasillo de separación de, al menos, 1,5 m. Los subgrupos se mantendrán durante periodos de 15 días como mínimo: después se podrán modificar y mantenerse en nuevos periodos de 15 días.</li><li>- Se debe evitar, en la medida de lo posible, el contacto entre el entrenador y los deportistas y mantener una distancia de, al menos, 2 metros.</li><li>- Siempre que sea posible, se procurará que las actividades se desarrollen sin contacto con otros grupos de la instalación (incluidas las entradas y las salidas).</li></ul>



de tres metros cuadrados por persona sobre la superficie del espacio deportivo.	
2.3.	Después de la sesión de entrenamiento.
Medidas obligatorias	Medidas recomendadas
<ul style="list-style-type: none"><li>- Si en la misma jornada hay entrenamientos consecutivos con 2 o más grupos: separar al menos 5 minutos la salida del último alumno del 1<sup>er</sup> grupo con la entrada del primer deportista del 2<sup>o</sup> grupo.</li><li>- Deberá realizarse una limpieza y desinfección del material deportivo, asegurando que no hay transmisión cruzada entre las personas.</li><li>- Antes de entrar y al salir del espacio del espacio asignado de entrenamiento, deberá realizarse limpieza de manos con los hidrogeles que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto.</li><li>- Si las duchas son colectivas, se dispondrá de una de cada dos duchas, para asegurar que se respeta la distancia interpersonal. Esta medida no se aplicará en caso de duchas individuales.</li><li>- Es obligatorio el uso de calzado de agua en vestuarios y duchas. Es obligatorio el uso de calzado en los aseos.</li><li>- Salvo que sea posible la desinfección de las taquillas después de cada uso, estas permanecerán inhabilitadas.</li><li>- Lavado y desinfección de la ropa de entrenamiento.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entrada y salida escalonada por turnos o por diferentes accesos (si los hubiera).</li><li>- Si en la misma jornada hay 2 o más entrenamientos consecutivos con diferentes grupos: ventilación durante 5 minutos o/y limpieza de la instalación con nebulizador-pulverizador desinfectante (suelo, paredes, mobiliario y materiales fijos y móviles).</li></ul>



### 3. MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIGIENE.

**3.1- En el caso de que la actividad o evento se vaya a realizar en una Instalación Deportiva, o Área de Actividad en el medio urbano y natural, que ya disponga del correspondiente Protocolo Básico de Prácticas Responsables, se deberá indicar que se aplicarán y adoptarán las medidas establecidas en el mismo durante su realización.**

Detallar la referencia del Protocolo Básico de Prácticas Responsables ya elaborado de la Instalación o Área por la entidad redactora

**3.2. En el caso de que la actividad o evento se vaya a realizar en una Instalación Deportiva, o Área de Actividad en el medio urbano y natural, que no disponga del Protocolo Básico de Prácticas Responsables deberán cumplimentar también el contenido del ANEXO I adaptado al mismo.**

**3.3. Los encuentros deportivos informales, tipo pachangas, entre amigos o compañeros, que se celebren en instalaciones deportivas, tendrán la consideración de entrenamientos y no precisarán de autorización previa, siempre y cuando se disponga en las mismas del correspondiente Protocolo Básico de Prácticas Responsables y el Plan de Contingencia, y se desarrollen sin público, sin publicidad y sin ceremonias de premiación,**

Presidente de  
FEDERACIÓN DE JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS  
DE LA REGIÓN DE MURCIA  
*(firmado electrónicamente)*





## **ANEXO III**

### **PLAN DE CONTINGENCIA COMUN PARA INSTALACIONES, ACTIVIDADES O EVENTOS DEPORTIVOS.**

**OBLIGATORIO para**

- **Servicios Deportivos Municipales**
- **Federaciones Deportivas**
- **Entidades organizadoras de eventos o actividades deportivas.**

		<b>Fecha</b>
D. David Romar García Presidente de FEDERACIÓN DE JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS DE LA REGIÓN DE MURCIA		10/07/2020
Email: <a href="mailto:judomurcia@judomurcia.com">judomurcia@judomurcia.com</a>	Telfs.: 968274532	
Domicilio: C/ Desembojo, n.º 14, bajo.	CP Ciudad 30009. Murcia.	

## **1 IDENTIFICACIÓN.**

**1.1. Nombre de las Instalaciones Deportivas y su dirección**

Sede deportiva del club.

**1.2. Nombre de la Actividad o Evento Deportivo, en su caso**

Entrenamientos de clubes afiliados a Federación de Judo y Deportes Asociados de la Región de Murcia

**1.3. Nombre del responsable del seguimiento del Protocolo y cargo**

Presidente del club o persona designada por el presidente del club.

## **2 PLAN DE CONTINGENCIA.**

**2.1. Detallar los mecanismos necesarios para garantizar, en el caso de detectar a una persona con sintomatología o exista la posibilidad de producirse contagio, las medidas de prevención e higiene necesarias para evitar la propagación y conocer su trazabilidad identificando el grupo en el que se encontraba.**

(Aislar a la persona afectada, colocar mascarilla, detectar personas y espacios de contacto, etc.)

(Ver a continuación)



### Aspectos generales del Plan Básico de Entrenamiento y del Plan de Contingencia

- La normativa del Plan Básico de Entrenamiento y del Plan de Contingencia están supeditados a las normas de las Administraciones competentes, que tienen autoridad y rango superior.
- Lo dictaminado en estos planes es de obligado cumplimiento para los clubes afiliados, entrenadores y árbitros colegiados y deportistas federados. Todos ellos han de tener licencia deportiva en vigor para la práctica en las instalaciones que hayan sido informadas a la Federación. No es aplicable a entrenadores no colegiados ni a los deportistas que participen en sus sesiones de entrenamiento (aunque entre ellos haya deportistas federados); tampoco será de aplicación para los clubes que no estén afiliados ni para los deportistas no federados (aunque estén entrenando junto a deportistas federados). En esos últimos casos no debe considerarse deporte federado.
- Ambos planes deben mantenerse hasta nuevas instrucciones o que la Administración dictamine un cambio en la normativa aplicable.
- Debido a la situación cambiante por la evolución de la pandemia provocada por el COVID19, ambos planes son revisables, modificables y actualizables en cualquier momento. Sus actualizaciones se publicarán en la web [www.judomurcia.com](http://www.judomurcia.com) y el primer modelo se comunicará a la Dirección General de Deportes y a los clubes para su difusión a entrenadores, árbitros y deportistas federados.

### PLAN DE CONTINGENCIA

- Las medidas del Plan de Contingencia deben adoptarse de forma inmediata o, si no fuese posible, en el plazo más breve posible.

#### PLAN DE CONTINGENCIA

1.	Contingencia detectada en los entrenamientos.
1.1.	Contingencia detectada antes de la sesión de entrenamiento (entrada).
Si se detecta un deportista o entrenador con algún síntoma de enfermedad antes de la sesión de entrenamiento (por ejemplo, fiebre en una toma de temperatura):	
- No se le permitirá la entrada al entrenamiento y se le instará a acudir e informar a los servicios médicos.	
- Un responsable del club hará un seguimiento de la evolución del deportista y, si se confirmase el caso como positivo de COVID-19, se informará a la Federación.	
- El deportista o entrenador no podrá reanudar los entrenamientos hasta confirmar su estado de salud de forma positiva.	



- Un responsable designado por el club elaborará una lista de personas que hayan podido tener contacto con el presunto enfermo al objeto de controlar la trazabilidad (para ello se tendrá en cuenta los datos de las listas de control de asistencia de los deportistas y, si procede, del registro de limpieza de la instalación). Esta lista se pondrá a disposición de las autoridades deportivas y sanitarias.

1.2. Contingencia detectada durante la sesión de entrenamiento.

Si se detecta un deportista o entrenador con algún síntoma durante la sesión de entrenamiento:

- Se le aislará de forma inmediata en un espacio determinado al efecto y se le proveerá de una mascarilla. En la sala de entrenamiento y en el espacio de aislamiento mencionado, se dispondrá de papeleras cerradas y con accionamiento no manual, para depositar paños y cualquier otro material desechable, que se deberán limpiar de forma frecuente, y, por lo menos, una vez al día. Asimismo, estas papeleras deberían contar con bolsa desechable que se cambie al menos una vez al día.
- Permanecerá acompañado en todo momento por una persona que dispondrá de una mascarilla o pantalla.
- Si se trata de un menor de edad, se dará aviso a sus padres o tutores legales.
- Se le instará a acudir e informar a los servicios médicos.
- Un responsable del club hará un seguimiento de la evolución del deportista o entrenador y, si se confirmase el caso como positivo de COVID-19, se informará a la Federación.
- El deportista o entrenador no podrá reanudar los entrenamientos hasta confirmar su estado de salud de forma positiva.
- Se elaborará una lista de personas que hayan podido tener contacto con el presunto enfermo al objeto de controlar la trazabilidad. (A partir de los datos de las listas de control de asistencia de los deportistas y, si procede, del registro de limpieza de la instalación). Esta lista se pondrá a disposición de las autoridades deportivas y sanitarias.
- Un responsable designado por el club elaborará una lista de personas que hayan podido tener contacto con el presunto enfermo al objeto de controlar la trazabilidad (para ello se tendrá en cuenta los datos de las listas de control de asistencia de los deportistas y, si procede, del registro de limpieza de la instalación). Esta lista se pondrá a disposición de las autoridades deportivas y sanitarias.

1.3. Contingencia detectada o informada después de la sesión de entrenamiento.

Si se detecta o informa sobre un deportista o entrenador con algún síntoma con posterioridad a la sesión de entrenamiento:

- Se contactará con el deportista (o sus padres o tutores legales si es menor de edad) o entrenador y, en caso de no haber contactado con los servicios médicos, se le instará a acudir e informar a los servicios médicos.
- Un responsable del club hará un seguimiento de la evolución del deportista o entrenador y, si se confirmase el caso como positivo de COVID-19, se informará a la Federación.
- El deportista o entrenador no podrá reanudar los entrenamientos hasta confirmar su estado de salud de forma positiva.



- Un responsable designado por el club elaborará una lista de personas que hayan podido tener contacto con el presunto enfermo al objeto de controlar la trazabilidad (para ello se tendrá en cuenta los datos de las listas de control de asistencia de los deportistas y, si procede, del registro de limpieza de la instalación). Esta lista se pondrá a disposición de las autoridades deportivas y sanitarias.	
2.	En caso de contagio confirmado.
2.1.	Contagio del entrenador
- El responsable del club informará a los servicios médicos (si procede) y a la Federación. - Se informará a las personas (padres o tutores legales si son menores de edad) de los grupos con quienes haya tenido contacto de la evidencia de un caso para que realicen una vigilancia y seguimiento preventivo de salud. - El entrenador no podrá reanudar los entrenamientos hasta confirmar su estado de salud de forma positiva.	
2.2.	Contagio de un deportista.
- El responsable del club informará a los servicios médicos (si procede) y a la Federación. - Se informará a las personas (padres o tutores legales si son menores de edad) de los grupos con quienes haya tenido contacto de la evidencia de un caso para que realicen una vigilancia y seguimiento preventivo de salud. - El deportista no podrá reanudar los entrenamientos hasta confirmar su estado de salud de forma positiva.	



## 2.2. Coordinación entre la instalación y los Servicios de Salud Pública

Centro de Salud más próximo, dirección y número de teléfono	Centro de Salud de referencia del deportista o entrenador
Hospital de referencia, dirección y número de teléfono	Hospital de referencia del deportista o entrenador
Números de teléfono de emergencias	<b>112</b>

Presidente de  
FEDERACIÓN DE JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS  
DE LA REGIÓN DE MURCIA  
*(firmado electrónicamente)*