



FINALIDAD DEL PROTOCOLO

Proponer las medidas preventivas que deben de implementarse en las instalaciones deportivas destinadas a práctica del Karate, tanto en entrenamientos como en competiciones, para minimizar el riesgo de contagio por COVID-19. Las propuestas de actuación y medidas que se proponen en este Protocolo estarán siempre subordinadas a las normas y directrices que se dicten por las autoridades estatales, autonómicas y locales competentes, las cuales tendrán siempre prevalencia.

PREÁMBULO

El presente documento establece un Plan de contingencia y actuación ante COVID-19, para definir los elementos esenciales y pautas a aplicar y tener en cuenta para la reanudación de la práctica de Karate en Castilla y León en la medida en que las normas dictadas por el Gobierno y las Autoridades Sanitarias lo vayan haciendo posible. Este protocolo contempla las acciones a realizar para llevar a cabo ese proceso de reincorporación a la actividad, así como las pertinentes medidas organizativas, colectivas e individuales a adoptar. Estas medidas estarán siempre dirigidas a la prevención de la infección por COVID-19 y a la respuesta ante la eventual aparición de casos o contactos estrechos con personas contagiadas.

MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS

Tienen como finalidad el prevenir el potencial riesgo de contaminación o Contagio propio o ajeno. Las medidas básicas a seguir son:

- Informar a los implicados en entrenamientos de que: La higiene de manos es la principal medida de prevención y control de la infección y que deben realizar periódicamente su higiene.
- Deben adoptar medidas de higiene respiratoria (al toser o estornudar, taparse la boca y nariz con un pañuelo y desecharlo a un cubo de basura preferentemente con tapa y pedal. Si no se dispone de

pañuelos emplear la parte interna del codo a fin de no contaminar las manos.

- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lavarse las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Si no se dispone de agua y jabón, utilizar soluciones desinfectantes con alcohol.
- Se pondrá a disposición de los deportistas las instrucciones y normas de prevención a aplicar en el centro de entrenamiento. Se garantizará que tengan fácil acceso a agua y jabón, así como, papel desechable para secado y papeleras.
- Se dispondrá de dispensadores jabonosos y/o de solución hidroalcohólica desinfectante con actividad virucida.
- Deberán retirarse fuentes de agua, secadores de manos y alfombras.
- Los titulares de las instalaciones reforzaran la limpieza y desinfección de lugares y equipos de entrenamiento. Con especial atención a las superficies de contacto más frecuente (como pomos, mostradores, pasamanos, máquinas dispensadoras, suelos, grifos,...) conforme a las siguientes pautas: Una de las limpiezas se realizará, obligatoriamente, al finalizar el día, además, se realizará una desinfección de los puestos de entrenamiento tras cada uso individual; Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado, respetando siempre las indicaciones de la etiqueta. La bayeta utilizada se humedecerá en esta disolución para limpiar y desinfectar las superficies, debiendo aclararla con agua del grifo tras cada uso y volviendo a impregnarla con el desinfectante utilizado.
- En las instalaciones cerradas con ventanas con posibilidad de apertura, se marcarán pautas para mantener una ventilación y renovación de aire adecuada. Se deben realizar tareas de ventilación periódica, como mínimo, de forma diaria y por espacio de más de cinco minutos.
- En los espacios sin posibilidad de ventilación natural, se ajustarán los sistemas de climatización para aumentar el número de renovaciones por hora o el porcentaje de aire limpio exterior, para evitar en lo posible la recirculación del aire. Es recomendable reforzar la limpieza de los filtros de aire.
- Se recomienda mantener la temperatura de la instalación entre 23 y 26 grados.

- Se debe revisar, al menos diariamente, el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a indicar al propietario para reparar o sustituir aquellos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones. También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.
- En todo caso, debe asegurarse una correcta protección del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso.
- Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, de al unos 40-60 segundos.
- Deberá procederse al lavado y desinfección diaria de los uniformes y ropa de entrenamiento, que deberán lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados.
- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
- En caso de que un deportista o miembro del club presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de entrenamiento, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

NORMATIVA DE APLICACIÓN

BOE/ 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. BOCYL/ Plan de Medidas de Prevención y Control para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, en la Comunidad de Castilla y León, aprobado por Acuerdo 29/2020, de 19 de junio, de la Junta de Castilla y León (modificado por Acuerdo 33/2020, de 9 de julio. Se consultará además en cada caso la normativa particular del propietario de la instalación y se seguirán las recomendaciones activas en cada municipio no quedando nunca esta normativa por encima de ninguna de ellas. Los clubes deberán acatar cualquier norma más restrictiva que se publique por parte de cualquier

autoridad superior a la FKCYL. Asimismo, se respetarán las medidas impuestas de manera particular por cada una de las instalaciones deportivas.

MEDIDAS PARTICULARES

Se prohíbe cualquier modalidad de entrenamiento o competición que implique contacto físico, exceptuando los casos mencionados en la legislación autonómica vigente (Bocyl 138 de 10 de Julio). Los clubes que decidan comenzar con la actividad deberán hacer llegar a La FKCYL una declaración responsable de cumplimiento protocolario, firmada por el responsable designado y sellada según el documento adjunto.

MEDIDAS INDIVIDUALES

Ningún deportista con síntomas asociados (ver recomendaciones de las autoridades sanitarias) a la COVID-19 asistirán, de ninguna manera, a la competición o entrenamiento. De la misma manera, sus convivientes y personas con las que tengan contacto tampoco asistirán. El uso de mascarilla será obligatorio durante la circulación por la instalación, siendo además recomendable su uso mientras se realizan los ejercicios de entrenamiento. Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares. Antes de entrar en los recintos de competición o entrenamiento, deportistas, técnicos y árbitros deben proceder a desinfectarse las manos con hidrogel o agua y jabón. La ropa individual nunca se dejará en el suelo y debe estar en una bolsa individual para recogerla e introducirla tantas veces como se necesite durante el desarrollo de la actividad.

MEDIDAS EN LAS INSTALACIONES

En general, en cuanto a normativa de accesos, restricciones, movilidad, medidas higiénicas, ventilación, tránsito de público y deportistas, aforo, distanciamiento social y cartelera las instalaciones cumplirán con la normativa propuesta por las autoridades sanitarias competentes y lo dispuesto a tal efecto por los propietarios de las instalaciones, deberán señalar en las instalaciones recorridos seguros. Se tratará de marcar itinerarios de circulación segregados por dirección en el interior de la instalación. Se evitarán en la medida de lo posible puertas de entrada y salida conjuntas, pasillos estrechos de doble sentido o cualquier distribución que no garantice el distanciamiento interpersonal recomendado. Se habilitará zona para colocación de mochilas, bolsas, botellas o toallas, que se ubicaran en zona aparte con la debida

separación, individualizada, numerada y que permita una rápida y fácil limpieza a la finalización de la actividad deportiva. Se prohíbe el uso de vestuarios y duchas de las instalaciones, tan solo se mantendrán aseos que serán desinfectados con la mayor frecuencia posible. Se usará el aseo solo en caso de extrema necesidad.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

Cada club nombrará un responsable Covid, quien actuará como nexo de unión entre la federación y el club. Este responsable deberá remitir firmada y sellada por el club la declaración responsable anexa a este documento. El responsable será el punto de contacto, en caso de que las autoridades sanitarias requieran a la FKCyL información sobre seguimiento y trazabilidad de casos positivos o sospechosos. Este será el encargado de facilitar toda la documentación que se especifica en este protocolo así como información sanitaria adicional que se requiera en cada momento, además:

- Se establecerán turnos y horarios de entrenamiento de cada equipo: el Club o entidad deportiva deberá realizar un cuadrante de horarios y llevar un control riguroso del mismo, se evitará la coincidencia de equipos y grupos.
- Se establecerán grupos de entrenamiento de 10 deportistas con un responsable del Club que no tendrán contacto con el resto de los compañeros del equipo, de tal manera que si se detecta un caso positivo entre estos deportistas o su entorno, éstos se aislarán y no acudirán a las instalaciones de entrenamiento.
- Se desinfectará el material colectivo después su uso por parte de cada grupo, el material de uso individual (máquinas de fitness, pesas...) deberá desinfectarse después de cada uso individual.
- Los equipos proveerán a sus deportistas del material de protección y desinfección necesario para llevar a cabo la actividad deportiva.
- Se recomienda priorizar ejercicios y actividades que puedan llevarse a cabo en espacios abiertos.
- Los clubes llevarán un registro de temperatura de cada grupo. La toma de temperatura se realizará antes de cada entrenamiento. En el caso de que algún participante sobrepase los 37,30º se realizará una segunda determinación: si la temperatura sobrepasa de nuevo los 37,30º saldrá de la instalación y asistirá a un Centro de Salud para determinar cuál es la causa febril. Si algún deportista presenta de forma fisiológica una temperatura superior a los 37,30º deberá comunicarse a la FKCyL antes de su incorporación a la actividad con el

club, con el correspondiente justificante médico, teniendo la Federación de Karate de Castilla y León la libertad de solicitar un segundo peritaje acerca de este hecho. Una vez detectado un positivo dentro de uno de los grupos de entrenamiento será responsabilidad del club realizar las siguientes medidas:

- Comunicación a las autoridades sanitarias y a la comisión Covid de la FKCyL del caso o los casos detectados.
- Se suspenderán los entrenamientos del grupo al que pertenece el positivo durante 15 días así como del grupo anterior y posterior al del infectado durante el tiempo que permita descartar posibles contagios.
- Se desinfectará de forma exhaustiva la instalación especialmente aquellos elementos con los que el positivo o los positivos han tenido contacto.
- Se recomienda la realización de test al resto de miembros del club para descartar posibles positivos.
- Se prohíbe la asistencia de público, familiares y de cualquier persona ajena al club y los deportistas a los entrenamientos.
- Se llevará además un registro de asistencia para en caso necesario establecer un rastreo de los casos de manera eficiente, la FKCyL podrá requerir este registro para utilizarlo con fines sanitarios.
- El material de uso colectivo se asignarán al principio del entrenamiento y no se mezclarán con el resto hasta que se haya procedido a su desinfección.
- Los clubes deberán comunicar con la mayor celeridad posible a la FKCyL cualquier caso positivo, así como cualquier persona o grupo de ellas que han sido aisladas del grupo a causa del virus.
- Se recomienda a los clubes que realicen un testeo de sus jugadores forma recurrente para detectar posibles casos asintomáticos. Los desplazamientos necesarios para llegar a las instalaciones deberán cumplir con la normativa sanitaria publicada por la Junta de Castilla y León.

CALENDARIO COMPETICIONES OFICIALES DE KARATE
A DESARROLLAR POR LA FEDERACIÓN DE KARATE DE CASTILLA Y LEÓN
A PARTIR DEL DIA 11/10/2020

- ❖ Día 11/10/2020: Campeonato Regional Cadete, Junior y Sub 21, en Valladolid (se comunicará lugar y hora).

- ❖ Día 24/10/2020: Campeonato Regional Clubes y Veteranos, en Valladolid (se comunicará lugar y hora).
- ❖ Día 31/10/2020: Campeonato Regional Infantil, en Palencia (se comunicará lugar y hora).
- ❖ Días 7-8/11/2020: Campeonato España de Veteranos, en Jaraiz de la Vera (se comunicará lugar y hora).
- ❖ Días 14-15/11/2020: Campeonato España de Clubes, en Madrid (se comunicará lugar y hora).
- ❖ Días 28-29/11/2020: Campeonato España Cadete, Junior y Sub 2, en Malaga (se comunicará lugar y hora).
- ❖ Días 19-20/12/2020: Campeonato España Infantil, en Torrelavega (se comunicará lugar y hora).

PROTOCOLO COVID-19 ESPECIFICO DE COMPETICIONES



MEDIDAS GENERALES:

- Al entrar al Polideportivo desinfección de calzado y manos.
- Toma de temperatura.
- Distancia de seguridad.
- Obligatoriedad de mascarilla

A la entrada del Polideportivo, los deportistas asistentes al Campeonato permanecerán separados manteniendo la distancia de seguridad y con la mascarilla puesta. Seguidamente dos personas de organización tomarán la temperatura a todos los asistentes a la entrada del Pabellón (todo aquel que supere la temperatura recomendada no podrá acceder al recinto); pasando seguidamente a desinfectarse el calzado y las manos. Una vez

dentro del recinto llevarán en todo momento mascarilla y mantendrán la distancia de seguridad.

ACONDICIONAMIENTO DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS:

A la entrada del Polideportivo se colocarán unas bandejas con desinfectante para el calzado y dispensadores de hidrogel para las manos. Dos componentes del personal de organización estarán en la entrada con sendos termómetros para la toma de temperatura. Dentro del Polideportivo se colocará cartelería indicativa de todas las acciones a seguir por los asistentes. En la pista se instalarán el número de Tatamis que permita las medidas de la cancha, delimitando los tatamis y zonas de calentamiento con cinta para que los competidores no se trasladen de su zona. Los Tatamis estarán provistos de una mesa para colocar la mascarilla del competidor, desinfectándose cada vez que compita un deportista; también se colocará un dispensador de hidrogel y un spray para desinfectar los pies antes y después de acceder al tatami. Se habilitará una zona contigua a la de calentamiento donde dejarán las mochilas que han de estar marcadas con el nombre y apellidos del deportista y club al que pertenece.

DIRECTRICES A SEGUIR POR LOS DEPORTISTAS

Asistirán a la entrada del Polideportivo a la hora que sea convocada su categoría. Una vez cumplimentadas las medidas generales serán dirigidos por personal de organización a sus respectivas zonas de calentamiento, que estarán contiguas al tatami donde competirán. En dicha zona deberán permanecer, en todo momento con mascarilla, hasta que termine la competición y entrega de trofeos. Seguidamente serán dirigidos por personal de organización hasta la salida. Antes de dar comienzo a la participación del siguiente grupo se pasará a la desinfección de todo el área de competición.

PROTOCOLO A SEGUIR POR EL PERSONAL DE ORGANIZACIÓN

(Directivos Federativos, Jueces Árbitros, Jueces Cronometradores, Médicos, Auxiliares de Organización y Vigilantes de Seguridad): Una vez cumplidas las medidas generales deberán en todo momento tener la mascarilla puesta. No deberán tener contacto con el personal asistente, a excepción del médico y personal de seguridad, si tienen que intervenir.

NORMAS PARA PADRES Y ACOMPAÑANTES

Cumplimiento de las medidas generales antes del acceso al recinto.

Su acceso al polideportivo será una vez que todos los competidores estén en sus respectivas zonas de calentamiento. Serán guiados por el personal de organización a las zonas que podrán ocupar, que estarán delimitadas para grupos familiares y con la distancia de seguridad, no pudiendo desplazarse a otras zonas y permaneciendo en ella hasta que termine la competición.

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA COMPETICIÓN

La zona de competición estará distribuida de la siguiente manera: Las áreas de calentamiento estarán delimitadas y serán de una medida de 15 x 10 metros. El área de competición estará igualmente delimitada y formada por un tatami de puzzle de polietileno reticulado de una medida de 9 metros de lado.

- ❖ COMPETICIÓN DE KATA: Se realiza individualmente. Saliendo los deportistas de uno en uno a realizar su Kata.

- ❖ Competición de Kumite: Se realiza con el enfrentamiento de dos competidores que irán provistos de protecciones (guantillas, espinilleras, protector de pies, peto protector y protector bucal).

Todas las acciones de la organización irán dirigidas a conseguir los siguientes objetivos:

- Mantener la distancia social.
- Distribución de los deportistas en grupos estables (categorías por modalidad, edad, masculino y femenino).
- Evitar la dispersión de las competiciones fuera de sus grupos.
- Optimización del tiempo de competición con el fin de reducir la duración del campeonato y con ello el riesgo de contagio.

VIGENCIA DEL DOCUMENTO

La aplicación de este protocolo queda condicionada a sucesivas publicaciones que revisen su contenido y a las posibles modificaciones de las normas que puedan publicar las Administraciones competentes y que podrían revocar el total o parcial contenido de este documento.

Declaración responsable del cumplimiento de las medidas de seguridad y prevención COVID-19 establecidas por las autoridades sanitarias en la realización de actividades y el uso de instalaciones deportivas:

D. _____, mayor de edad, con DNI _____, y domicilio _____, como representante del Club _____, (CIF: _____)

DECLARA RESPONSABLEMENTE:

1) Conocer las medidas preventivas contenidas en el presente documento-resumen, y que tienen incidencia en el desarrollo de la actividad físico-deportiva, así como consultar las actualizaciones que de ellas se publiquen: 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. Plan de Medidas de Prevención y Control para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, en la Comunidad de Castilla y León, aprobado por Acuerdo 29/2020, de 19 de junio, de la Junta de Castilla y León (modificado por Acuerdo 33/2020, de 9 de julio)

2) Que la actividad deportiva que se pretende llevar a cabo por el Club en las instalaciones deportivas, y que constituye el objeto de la presente solicitud, se realizará en _____