

Guía de medidas COVID-19 para la competición: 3ª Jornada de la Liga Gallega de Natación Máster.

Estas medidas **refuerzan y se agregan** a las restricciones establecidas por las **Autoridades Sanitarias**, y deben complementarse con la **responsabilidad personal** de cada deportista, entrenador y demás miembros de la organización controlando su propio riesgo de contagiar o ser contagiado en función de su estado y circunstancias personales.

- Se establecerán como medidas fundamentales, el mantenimiento de la distancia interpersonal de 1,5 m, el uso de mascarilla y la limpieza frecuente de manos.

- Antes de acudir a la actividad, los participantes deberán hacerse un AUTOTEST de confirmación de síntomas: fiebre, tos, falta de aliento, olfato...

- Todos los usuarios deberán traer consigo su propia mascarilla y funda/bolsa con su nombre para guardarla y es aconsejable también traer gel hidroalcohólico propio.

- Todas las personas que tengan cualquier síntoma de COVID-19 o hayan estado en contacto con algún contagiado, no podrán acceder a la instalación o recinto.

- La entrada al recinto de competición se hará por clubs y solo estará permitida previa identificación (DNI, pasaporte, carnet de conducir) a los participantes inscritos y a los técnicos y delegados acreditados. Todos deben entregar a su llegada el modelo de declaración responsable sin el cual no podrán acceder.

- Será obligatorio el control de temperatura con termómetro al entrar en la instalación. Si se detecta fiebre, a partir de 37,5º C, no se podrá acceder al recinto.

- No estará permitido compartir alimentos y/o bebidas entre los participantes y/o personal. Todos estos productos tendrán el nombre de la persona.

- Será obligatorio el uso de mascarilla en todas las situaciones y en todo el recinto. Los participantes solo se la quitarán en el momento justo antes de entrar en el agua y la guardarán en la funda/bolsa personal que hayan traído a tal efecto. Ninguna mascarilla puede tirarse al suelo ni entregarla a otra persona. Una vez finalizada la prueba, al salir del agua, los participantes deberán ponerse inmediatamente su mascarilla. Así mismo será obligatoria su utilización durante el tiempo de circulación entre espacios comunes.

- Todos los entrenadores y demás miembros del staff (árbitros, jueces, delegados, personal de organización..) deberán llevar consigo mascarilla y recomendable, bote de gel hidroalcohólico propio.

- Se deberá prestar especial atención a las medidas establecidas por las Autoridades y las propias de la instalación para el uso de vestuarios y aseos.

- Se podrán utilizar los vestuarios masculino y femenino asignados a cada club con un aforo máximo de 16 personas en cada uno en el caso de los deportistas y de 5 personas en el caso del jurado de competición.

- El uso de vestuarios y aseos no será para otro fin que el propio y durante el tiempo imprescindible.

- No se permitirá dejar objetos personales en los vestuarios debiendo dejarse en las zonas habilitadas para ello.

Organización de la competición:

- Los nadadores-as, entrenadores-as y delegad@s se ubicarán en los espacios habilitados en las gradass.

- El calentamiento se hará en dos turnos, uno de 9:15 a 9:45 horas con los clubs AD.Fogar, ADN.Narón, CNC.Santiago, C.Hércules y RSD.Hípica, otro de 11:15 a 11:45 horas con los clubs CN.Marina, CN.Ferrol y CN.Liceo; y un máximo de 32 nadadores-as por turno que entrarán al vaso por lados opuestos del vaso previa asignación. La competición se hará también en doble turno con los mismos clubs y nadadores comenzando a las 10:00 horas el primero y a las 12:00 horas el segundo.

- Los participantes se presentarán en la cámara de llamadas con 2 o 3 series de antelación a la suya manteniendo en todo momento la distancia de seguridad y la mascarilla puesta.

- La mascarilla deberá quitarse y ponerse mirando hacia el vaso de la piscina y nunca mirando hacia los cronometradores. Los nadadores esperarán a los pitidos cortos del Juez para quitarse la mascarilla.

- Habrá un sentido de circulación restringido y único en la playa de la piscina **en sentido horario según el plano.**

