

## GUÍA RÁPIDA FASE 2 RFEJYDA

### PREGUNTAS FRECUENTES PARA DEPORTISTAS, ENTRENADORES Y CENTROS DEPORTIVOS DE JUDO Y D.A. DURANTE LA FASE 2 DE LA DESESCALADA

Desde la RFEJYDA hemos desarrollado una guía rápida para dar respuesta a las cuestiones que con más frecuencia se plantean nuestros deportistas, técnicos y clubs ante la constante evolución en las normativas a la que obliga la situación actual. Por los mismos motivos, esta guía se encuentra en constante evolución. Aunque trataremos de mantenerla actualizada, deben consultarse y prevalecer siempre las órdenes ministeriales publicadas en el BOE, así como las normativas establecidas por el CSD y cada Comunidad Autónoma.

Puedes consultar en nuestra página web la documentación al respecto de ámbito nacional: <https://www.rfejudo.com/principal/judo-y-covid-lo-que-ienes-que-saber/>

Las Comunidades Autónomas pueden establecer disposiciones adicionales para los deportistas y centros deportivos, que debes consultar en tu federación autonómica.

#### DEPORTISTAS DAN O DAR

- Pueden realizar **entrenamientos al aire libre por toda su provincia y sin límites horarios**, acompañados por su **entrenador**.
- Pueden **trasladarse de provincia para entrenar en los CAR, CEAR o Centros de tecnificación** reconocidos por la RFEJYDA. Deberán solicitar un permiso del centro o de la RFEJYDA para realizar el traslado.
- Pueden entrenar en el CAR, CEAR o Centro de tecnificación que se encuentre abierto más cercano al lugar en el que residen durante la desescalada. El permiso deberá solicitarse a través de la RFEJYDA. Concederlo o no, es potestad de la instalación (conforme aforo, medidas sanitarias, etc.)

#### DEPORTISTAS FEDERADOS (SIN CATEGORÍA DAN O DAR)

- Entrenamientos al aire libre: Podrán realizarse **a cualquier hora con excepción de las franjas destinadas a las personas mayores de 70 años** (de 10 a 12 y de 19 a 20 h). Podrán realizarse entrenamientos grupales al aire libre de máximo 15 personas, pero siempre manteniendo la distancia de seguridad de 2 m entre ellas (a excepción de personas convivientes).
- Pueden desplazarse **por toda su provincia** para realizar sus entrenamientos.
- **Acceso libre a los espacios naturales** para desarrollar su actividad

- La utilización de mascarilla **no es obligatoria durante los entrenamientos**, pero se deberá **aumentar la distancia de seguridad** durante el esfuerzo físico (recomendamos mínimo 4 metros).
- Pueden entrenar en **gimnasios y clubs** que se encuentren abiertos, cumpliendo el **protocolo establecido**: cita previa, ningún tipo de contacto físico, distancia de seguridad (mínimo 2 m), máximo 30 % del aforo, etc.
- Pueden entrenar acompañados por un entrenador (con distancia de seguridad).

### GIMNASIOS Y CLUBES DE JUDO Y DA

- Deberán respetar el **PROTOCOLO SANITARIO PARA LA VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS** establecido por el CSD. Puedes descargarlo aquí: <https://www.rfejudo.com/documentos/covid/13-covid-judo-protocolo-sanitario-boe.pdf>
- **OBLIGATORIO**: Todos los centros deportivos que abran sus puertas durante el estado de alarma deberán nombrar **un jefe médico y un coordinador técnico** que se encargue de la supervisión del protocolo sanitario. Se debe enviar a [responsableprotocolo@csd.gob.es](mailto:responsableprotocolo@csd.gob.es) el formulario que puedes descargar aquí (documento 16): <https://www.rfejudo.com/principal/judo-y-covid-lo-que-tienes-que-saber/>
- Aforo máximo para todas las instalaciones: 30 %.
- Con cita previa
- Sin contacto físico (no podrá realizarse trabajo por parejas de ningún tipo)
- Medidas de higiene y protección: limpieza y desinfección previa a la apertura y periódica (mínimo 2 veces al día en zonas clave), instalación y reposición de geles para la desinfección de las manos. La utilización de mascarilla no es obligatoria durante los entrenamientos, pero se deberá aumentar la distancia de seguridad durante el esfuerzo físico (recomendamos mínimo 4 metros).
- Se deberá **limpiar y desinfectar el material compartido después de cada uso** (p.e. maquinaria de la sala de musculación).
- En las instalaciones interiores **no hay franjas horarias de entrenamiento**, pero se establecerán turnos de acceso que eviten el contacto y las aglomeraciones en las entradas y salidas.
- Se podrán **utilizar los vestuarios respetando las medidas de prevención** dictaminadas por las autoridades sanitarias.
- **Cada Comunidad Autónoma, provincia o municipio puede establecer limitaciones adicionales para la apertura y uso de instalaciones.**