

NATACIÓ 2020_21

14_CONVOCATÒRIA

CCTN Trofeu Alejandro López, Sant Andreu 13 al 14 de febrer del 2021:

Piscina de 50m, cronometratge electrònic.
Club Natació Sant Andreu
Rambla de Fabra i Puig 47, Barcelona.

Marc Monteiro

Entrenadora: Alexandra Oliveros

Pla de Viatge:

Inici: Diumenge 14 de febrer sortida d'Andorra a les 7:30

Escalfament: a les 11:24 (30 minuts)

Competició: 1500m lliure a les 12:44

Tornada: a l'acabar la competició (dinar pel camí)

NOTA: Obligatori portar auto-declaració responsable signada COVID-19.

PLA DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA FEDERADA EN RELACIÓ AMB LA SITUACIÓ SANITÀRIA DEL PAÍS

ANNEX 3.

FULL DE RUTA PER A LES ENTITATS QUE ES DESPLACEN FORA DEL PAÍS PER ASSISTIR A COMPETICIONS O ESDEVENIMENTS ESPORTIUS MESURES INFORMATIVES I DE PREVENCIÓ GENERAL.

- Cal mantenir una distància social d'1,5 m entre les persones.
- Cal rentar-se i desinfectar-se les mans abans i després de la competició i sempre que sigui necessari durant el desplaçament.
- L'ús de la mascareta és obligatori per als esportistes, l'equip tècnic o els acompanyants.
- En esternudar o tossir cal cobrir-se la boca amb la part interna del colze o amb un mocador d'un sol ús i després rentar-se les mans. Cal llençar el mocador en una paperera després d'utilitzar-lo.
- Els esportistes i els equips tècnics s'han d'auto realitzar un test de simptomatologia abans del desplaçament: febre > 37,3 °C o símptomes respiratoris, tos, mal de coll, cansament o pèrdua del gust i de l'olfacte.

- Els esportistes i els equips tècnics que es troben afectats per la COVID-19, que tenen simptomatologia o que estan aïllats, s'han de mantenir en confinament i no poden assistir a les competicions.
- Cal fer arribar la documentació i les infografies de les mesures d'higiene indicades pel Ministeri de Salut als equips tècnics i als esportistes de les diferents categories, perquè n'estiguin informats abans de reprendre els entrenaments.
- Es recomana designar una persona de l'entitat esportiva com a responsable COVID-19 perquè asseguri el compliment de les mesures de seguretat i d'higiene, de distanciament i de concentració de persones. Aquest responsable ha de sol·licitar a l'entitat organitzadora els protocols del lloc del destí.
- L'entitat esportiva ha d'aportar el desinfectant per netejar el material que es comparteix.
- En cas que no es tingui accés a aigua i sabó, cal disposar de gel hidroalcohòlic per netejar-se les mans.

MESURES DE SEGURETAT DURANT EL VIATGE.

- S'ha de dur mascareta quan es viatja en grup.
- Abans d'entrar al vehicle, cal rentar-se les mans i, durant el viatge, també cal rentar-se les mans freqüentment en la mesura que sigui possible.
- Cal evitar fer parades durant el viatge en indrets amb molta concentració de gent.
- Cadascú ha de viatjar amb el seu equip i material, i no compartir-lo.
- No s'han de compartir ampolles d'aigua o altres productes.

MESURES DE SEGURETAT QUAN S'ARRIBA AL DESTÍ.

- Cal seguir les mesures de seguretat recomanades pel Ministeri de Salut.
- Cal utilitzar el material propi a l'hora d'escafar-se.
- S'ha de reduir el temps d'interacció amb altres persones fora del nucli de convivència, mantenir sempre la distància interpersonal de seguretat d'1,5 m i portar mascareta.
- Cal evitar els espais tancats sense ventilació. ESPORTISTA
- S'ha de fer ús de les pertinences personals i no compartir-les.
- S'ha de mantenir la distància de seguretat en els desplaçaments.
- En cas de fer servir vestidors i dutxes, cal mantenir també la distància de seguretat i evitar desplaçar-se descalç.
- Cal portar mascareta en la mesura que sigui possible.
- Cal evitar la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Cal evitar aglomeracions a la sortida de les activitats.

EQUIP TÈCNIC I ALTRES ACOMPANYANTS.

- S'ha de mantenir la distància de seguretat en els desplaçaments.
- S'ha de portar mascareta en tot moment.
- Cal evitar la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Cal evitar aglomeracions a la sortida de les activitats.
- S'ha de vetllar pel compliment de les mesures de seguretat del grup.

MESURES ESTABLERTES AL LLOC DE DESTÍ

Cal respectar i complir les mesures previstes pels organitzadors de les competicions, per la instal·lació esportiva i pel país de destí.

MESURES DE SEGURETAT QUAN ES TORNA A ANDORRA I PER ALS ENTRENAMENTS POSTERIORS

- Els esportistes i els equips tècnics s'han d'auto realitzar un test de simptomatologia després del desplaçament i abans de l'entrenament següent: febre > 37,3 °C o símptomes respiratoris, tos, mal de coll, cansament o pèrdua del gust i de l'olfacte. En cas de presentar símptomes, cal contactar amb el metge referent per rebre indicacions del procediment que s'ha de seguir, avisar el tècnic o responsable COVID-19 i no s'ha de participar en els entrenaments ni en les competicions.
- S'ha de rentar la roba de la competició a alta temperatura.
- L'entrenament següent a la competició s'ha de fer per grups reduïts a fi d'evitar possibles contagis que podrien provenir de la competició duta a terme fora del país