



Protocolo de actuación basado en el FISICOVID-DXTGALEGO de aplicación en el ámbito de actuación del Real Club Náutico Portosín

La publicación en el Diario Oficial de Galicia de la *“Resolución 15 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral para o Deporte polo que se aproba o protocolo FISICOVID-DXTGALEGO polo que se establecen as medidas para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19 no ámbito do deporte federado de Galicia”* establece que el presente protocolo *“será de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e deberá publicarse na páxina web da federación deportiva”*.

El presente protocolo describe las **medidas para la práctica de los deportes náuticos en el RCN Portosín** y en las **pruebas oficiales de su calendario**, con especial atención al acceso al mar, rampas, pantalanés, dado que la práctica de la vela una vez a flote está exenta de riesgos en buena parte de sus disciplinas, y pueden minimizarse fácilmente en otras.

La vela es un deporte que se practica al **aire libre, limpio y ecológico**, en continuo contacto con la naturaleza. Es un deporte en el que **no hay contacto personal**, pues cada regatista navega en su embarcación, o en un puesto concreto de la misma, por lo que fácilmente puede evitar entrar en contacto con los demás.

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

El presente **protocolo es vivo y se irá actualizando** en función de la situación epidemiológica y de las recomendaciones de las Autoridades.

Dividimos el retorno a la actividad en **4 bloques**:

- **BLOQUE A: Protocolo de INSTALACIONES**
- **BLOQUE B: Protocolo de ENTRENAMIENTOS**
- **BLOQUE C: Protocolo de ACTIVIDADES DE ESCUELA y TITULACIONES**
- **BLOQUE D: Protocolo de COMPETICIONES LOCALES y AUTONÓMICAS**



MEDIDAS COMUNES A TODOS LOS BLOQUES

Solamente estarán permitidas las actividades en los días que se puedan garantizar las medidas del presente protocolo de actuación.

Se establecerán como medidas fundamentales la separación interpersonal de 1,5m y/o el uso de medidas físicas de protección, tal y como establece la normativa, además del lavado de manos constante.

Se informará debidamente a todos los usuarios y personal implicado en todas las actividades sobre las medidas de seguridad, los riesgos de contagio y responsabilidades, poniendo a su alcance formación en COVID19.

Los usuarios y/o personal deberán antes de acudir a la actividad hacerse un AUTOTEST de confirmación de síntomas ¿tengo fiebre, tos o falta de aliento?

Se priorizará el desplazamiento en transporte privado para todas las actividades.

Todos los usuarios deberán traer consigo su propia mascarilla y su propio hidrogel para todas las actividades.

Todas las personas que tengan cualquier síntoma de COVID19 o hayan estado en contacto con algún contagiado, no podrán acceder al recinto ni realizar actividades. Además, deben comunicarlo inmediatamente al responsable técnico de las instalaciones.

Será obligatorio el control con termómetro en los accesos de instalaciones; si se detecta fiebre, a partir de 37,5º, no se podrá acceder al recinto.

Será obligatorio el lavado de manos en todos los accesos de las instalaciones con hidrogel o jabón, durante al menos 40 segundos y de forma constante, antes de cada actividad que se realice y después de las mismas.

Nunca se superará el 2/3 del aforo permitido dentro de las instalaciones. Se realizarán turnos para nunca superarlo y los accesos serán mediante cita previa.

Se colocarán carteles explicativos de las medidas en todos los puntos visibles, accesos a las instalaciones y zonas de actividades.

Antes de la apertura de las instalaciones se procederá a su completa desinfección con desinfectantes autorizados para COVID19. Asimismo, a la finalización de cada turno se procederá a la limpieza de las zonas comunes y, en cada uso, se deberá limpiar y desinfectar el material compartido.



Al finalizar la jornada se procederá a la limpieza de la instalación, reduciéndose la permanencia del personal al número mínimo suficiente para la prestación adecuada del servicio. Además deberán realizarse tareas de ventilación constantes durante las actividades. Enlace a desinfectantes autorizados del Ministerio de Sanidad: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf

Deberán disponerse papeleras en cada estancia que se vaciarán a diario.

No estará permitido compartir alimentos ni bebidas entre usuarios y/o personal.

Todos los entrenadores y personal de asistencia en agua deberán llevar consigo una mascarilla FFP2 y un bote gel hidroalcohólico propio.

Se deberá prestar especial atención a las medidas de las Autoridades para el uso de vestuarios: aforo al 30%, limpieza y desinfección después de cada turno. El uso de vestuarios no es recomendable y se usarán solamente para los casos en los que sean necesario. No se permitirán dejar objetos personales en los vestuarios debiendo habilitarse zonas específicas para ellos donde se garantice su separación.

Será obligatorio el uso de mascarilla en todas las situaciones que no se puedan mantener los 1,5m de separación interpersonal, por parte del personal y usuarios, así como será recomendable su uso de forma constante en las zonas interiores de las instalaciones.

En las situaciones de navegación en las que no se pueda mantener la distancia de seguridad, se usará mascarilla siempre que las condiciones lo permitan y su uso no sea incompatible con la actividad. En caso de condiciones duras de mar, viento y/o lluvia, se utilizará el traje de aguas para cubrir nariz y boca. Además, antes de la navegación, se deberá prestar especial atención al resto de medidas para minimizar el riesgo de contagio:

- Toma de temperatura previa a la actividad.
- Lavado de manos frecuente.
- Lavados de manos y desinfección previo a cambios de posiciones en los barcos
- Desinfección del material compartido.

Nunca se establecerán grupos de trabajo de más de 25 personas por turno. Los grupos de navegación deberán ser los mismos para las actividades: mismas parejas en barcos dobles, mismos grupos en colectivos de cursos, mismas tripulaciones, etc...

En caso de que alguien presente síntomas de COVID19 se le aislará en un local cerrado y se le pondrá una mascarilla quirúrgica, además de alertar al SERGAS. Después se desinfectará toda la instalación.



BLOQUE A: PROTOCOLO EN INSTALACIONES

ACTIVIDAD	ESPACIO	MEDIDA
Acudir a la instalación	Instalaciones del RCN Portosín	<ul style="list-style-type: none">- Obligatorio el uso de mascarilla en el interior. Todos los usuarios deben traer su propia mascarilla y su bote de gel hidroalcohólico.- Obligatorio el lavado con gel hidroalcohólico en todos los accesos y antes de cada actividad.- Se mantendrá la distancia interpersonal de 1,5m siempre que sea posible.- Deportistas menores de edad siempre acudirán con un técnico responsable. Ratio máximo: 1 entrenador x 10 regatistas
Dirección, gestión y coordinación de actividades de la instalación	Oficinas	<ul style="list-style-type: none">- Acceso únicamente del personal propio de este espacio. Lavado de manos antes del acceso.- Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante.- Toda la atención al público se realizará de forma telemática y por teléfono.- La atención personal se realizará fuera de la oficina y mediante cita previa, con separación interpersonal de 2 metros y uso de mascarillas.
Trabajo equipo técnico, charlas técnicas, formación, etc	Aulas	<ul style="list-style-type: none">- Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante y lavado de manos en entradas.- Uso de mascarilla dentro de las aulas.- Desinfección de mesas y sillas posterior al uso.
Cambio de ropas de agua y aseos	Vestuario Aseos	<ul style="list-style-type: none">- Separación interpersonal de seguridad de forma constante y lavado de manos en entradas.- Máximo de 3 personas por vestuario, aseos de uso individual.- Mochilas y objetos personales siempre en las taquillas o en zona habilitada para ello.
Estiba de embarcaciones y material	Pañoles	<ul style="list-style-type: none">- Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante y lavado de manos en entradas.- Uso de herramientas y equipamientos preferentemente personales. En caso de herramientas comunes, solo bajo permiso / supervisión del responsable y previo lavado de manos.



BLOQUE B: PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTOS

ACTIVIDAD	LUGAR	MEDIDAS
Llegada o salida del club, puerto, centro de actividad deportiva. Desestiba, arbolado de embarcaciones. Estiba y desarbolado de embarcaciones Charlas técnicas previas a los entrenamientos.	Varadero, pantalán, playa, pañol o similar.	<ul style="list-style-type: none"> - Grupos de 10 regatistas por entrenador. - Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante. - Uso de mascarilla en zonas interiores y siempre que no se pueda mantener la distancia de 1,5m. - Solamente está permitido el uso de material propio y/o cedido de forma permanente a cada deportista. Sin intercambios de material.
Cambio de ropa. Aseos.	Vestuario. Aseos.	<ul style="list-style-type: none"> - Separación interpersonal de seguridad de forma constante y lavado de manos en entradas de vestuarios. - Acceso individual en aseos y lavado de manos previo. - Los cambios de ropa y equipamientos deben efectuarse en casa si es posible. - Se habilitará una zona para dejar las pertenencias fuera del vestuario y no podrán entrar en contacto unas con otras. - Control en la entrada para no superar el máximo dentro de los vestuarios. - Desinfección y limpieza constante durante duración actividades de vestuarios y aseos.
Operaciones de salida y regreso del mar.	Rampa, pantalán, varadero, playa.	<ul style="list-style-type: none"> - Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante. - Desinfección de embarcaciones y material después del uso. - Recomendable el uso de la manguera por parte de los entrenadores exclusivamente. Prohibido beber. - Lavado de manos con gel hidroalcohólico y uso de mascarilla para usar la manguera común.
Actividades en el agua, ejercicios, entrenamientos, navegación, etc.	Mar.	<ul style="list-style-type: none"> - Cada uno en su embarcación propia o cedida habitual. Sin cambio de embarcaciones. - En las situaciones de navegación en las que no se pueda mantener la distancia de seguridad, se usará mascarilla siempre que las condiciones lo permitan y su uso no sea incompatible con la actividad. En caso de condiciones duras de mar, viento y/o lluvia, se utilizará el traje de aguas para cubrir nariz y boca. - Obligatorio el uso de mascarillas FFP2 en técnicos y auxiliares cuando interactúen con deportistas. Deberán disponer de gel hidroalcohólico en las neumáticas y juego de mascarillas nuevas por si se necesita rescatar regatistas. - 1 entrenador por cada 10 regatistas en lancha neumática con 1 acompañante como máximo (1,5m de separación interpersonal).
Charlas técnicas después de los entrenamientos / actividades. Programación, preparación, teóricas, etc...	En formato online. Aula	<ul style="list-style-type: none"> - Se priorizarán los repasos de los entrenamientos y las actividades teóricas en formato online, fuera de la instalación. - En caso de uso de instalación, separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante y lavado de manos antes del acceso. - Ratio de 10 regatistas por técnico.

*Protocolo sujeto a constante revisión por nuevas medidas incorporadas por las Autoridades Sanitarias.



BLOQUE C: PROTOCOLO DE ACTIVIDADES NÁUTICAS

ACTIVIDAD	LUGAR	MEDIDAS
Inscripciones, registros y comunicaciones	En formato online.	<ul style="list-style-type: none">- Realización de las inscripciones y registros de forma online.- Publicación de toda la información de las actividades solamente de forma online.- Grupos de 25 por turno y 10 por monitor.- Información sobre las medidas de seguridad y responsabilidades antes de las actividades.- Pagos únicamente con tarjeta o transferencia bancaria.
Llegada o salida del club, puerto, centro de actividad deportiva. Desestiba, arbolado de embarcaciones. Estiba y desarbolado de embarcaciones. Charlas técnicas previas a los cursos.	Varadero, pantalán, playa, pañol o similar.	<ul style="list-style-type: none">- Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante. Se debe habilitar el espacio para cumplir con esta distancia para el volumen de inscritos existente.- Uso de mascarillas en zonas interiores y en situaciones donde no se cumpla con la separación interpersonal de 1,5m.- Lavado de manos con gel hidroalcohólico antes de todos los accesos y de las acciones.
Cambio de ropa. Aseos.	Vestuario. Aseos.	<ul style="list-style-type: none">- Separación interpersonal de seguridad de forma constante y lavado de manos en entradas de vestuarios.- Acceso individual en aseos y lavado de manos previo.- Los cambios de ropa y equipamientos deben efectuarse en casa si es posible. Vestuarios para uso imprescindible- Se habilitará zona para dejar las pertenencias fuera del vestuario y no podrán entrar en contacto unas con otras.- Control en la entrada para no superar el máximo dentro de los vestuarios.- Desinfección y limpieza constante durante duración actividades de vestuarios y aseos.
Operaciones de salida y regreso del mar.	Rampa, pantalán, varadero, playa.	<ul style="list-style-type: none">- Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante.- Desinfección de embarcaciones completas y material después del uso: cubierta, timón, cabos, chalecos salvavidas...- Un único monitor encargado de la manguera. Lavado de manos previo al uso.
Actividades en el agua.	Mar.	<ul style="list-style-type: none">- Manteniendo la distancia de seguridad entre tripulantes y/o uso de mascarilla siempre que sea posible. Ratio de tripulantes en el barco para poder mantener la distancia.- Obligatorio el uso de mascarillas FFP2 en técnicos y auxiliares cuando interactúen con alumnos.- Evitar el cambio de embarcaciones entre alumnos durante el mismo día de actividad. Para cambio de posiciones en el barco se realizará un lavado previo de manos con hidrogel a todos los alumnos.- Todos los alumnos deberán traer su propio material: gorra, gafas de sol, crema, botella de agua,... No se proporcionarán. También mascarilla y gel hidroalcohólico propio.- Neumática con 1 técnico cada 8 embarcaciones, provisto de gel hidroalcohólico y mascarilla, con 1 acompañante como máximo (1,5m de separación interpersonal).
Actos sociales. Entregas de diplomas.	Aire libre.	<ul style="list-style-type: none">- Separación de 2 metros interpersonal de forma constante y uso de mascarillas en interiores.- Entregas de premios NO EN MANO, manteniendo la distancia de seguridad de 2m.- Priorizar las entregas al aire libre.- Envío de recuerdo digital del curso.



BLOQUE D: PROTOCOLO DE COMPETICIONES LOCALES Y AUTONÓMICAS

ACTIVIDAD	LUGAR	MEDIDAS
Inscripciones, registros y comunicaciones	En formato online.	<ul style="list-style-type: none"> - Disposición de TOA virtual en todos los eventos. - Realización de las inscripciones y registros de forma online. - Pagos únicamente con tarjeta o transferencia bancaria. - Publicación de toda la información del evento siempre de forma online, además del TOA - Publicar en el AR las medidas de seguridad obligatorias para todos los participantes y acompañantes, estableciendo penalizaciones directas por incumplimiento.
Oficina de regatas Salas de protestas	Oficinas en la sede del evento.	<ul style="list-style-type: none"> - Estancia para el personal del comité organizador. Uso de mascarillas en el interior. - Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante. - Desinfección e higiene de la oficina diariamente. - Solamente acceso de participantes de forma individual. Las filas con distancia de 1,5 metros. - Medidas de seguridad y de distancia para acudir al TOA. Acudir siempre con mascarilla y no tocarlo. Solo un miembro de la organización para manipular TOA y mástil de señales. Lavado de manos previo y posterior.
Llegada o salida del club, puerto, centro de actividad deportiva. Desestiba, arbolado de embarcaciones. Estiba y desarbolado de embarcaciones. Charlas técnicas previas a las mangas.	Varadero, pantalán, playa o similar. Siempre al aire libre.	<ul style="list-style-type: none"> - Cada participante deberá traer su propia mascarilla y gel hidroalcohólico. - Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante y/o uso de mascarilla. - El organizador debe habilitar el espacio para cumplir con esta distancia para el volumen de inscritos. - Especial atención en descargas y cargas de remolques, uso de grúas: lavado de manos previo y siempre mascarilla.
Cambio de ropa. Aseos.	Vestuario. Aseos.	<ul style="list-style-type: none"> - Separación interpersonal de seguridad de forma constante y lavado de manos en entradas. Aseos individuales - Los cambios de ropa y equipamientos deben efectuarse en casa/hotel si es posible. - Desinfección y limpieza constante durante duración actividades de vestuarios y aseos.
Operaciones de salida y regreso del mar.	Rampa, pantalán, varadero, playa.	<ul style="list-style-type: none"> - Separación de 2 metros interpersonal de forma constante. - Desinfección de embarcaciones y material después del uso. - Lavado de manos con gel hidroalcohólico y uso de mascarilla para usar la manguera común.
Regatas en el agua.	Mar.	<ul style="list-style-type: none"> - Asignación de embarcaciones de organización fijas, sin cambios de material. - En las situaciones de navegación en las que no se pueda mantener la distancia de seguridad, se usará mascarilla siempre que las condiciones lo permitan y su uso no sea incompatible con la actividad. En caso de condiciones duras de mar, viento y/o lluvia, se utilizará el traje de aguas para cubrir nariz y boca. - Máximo de 1 técnico por lancha neumática con 1 acompañante (1,5m de separación). - Obligatorio el uso de mascarillas FFP2 y guates en técnicos, auxiliares y jueces cuando interactúen con deportistas, y juego de mascarillas nuevas por si se necesita rescatar regatistas.
Actos sociales. Entregas de premios.	Aire libre. Salón club. Cafetería club.	<ul style="list-style-type: none"> - Separación de 1,5 metros interpersonal de forma constante y uso de mascarillas en interiores. - Entregas de premios NO EN MANO, manteniendo la distancia de seguridad interpersonal. - No se proporcionarán comidas, pinchos ni caterings comunes. En todo caso será individual.

*Protocolo sujeto a constante revisión por nuevas medidas incorporadas por las Autoridades Sanitarias.