



**PROTOCOLO  
MEDIDAS FRENTE AL COVID19  
PARA ENTRENAMIENTOS  
DEL CLUB DEPORTIVO ARETÉ Bádminton**

# PROTOCOLO DE MEDIDAS FRENTE AL COVID19 PARA ENTRENAMIENTOS DEL CLUB DEPORTIVO ARETÉ BÁDMINTON.

Para la elaboración del siguiente protocolo se han tenido en cuenta el acuerdo 46/2020, de 20 de agosto de la Junta de Castilla y León por el que se aprueba el Plan de Medidas de Prevención y Control para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el Covid19 en la Comunidad de Castilla y León, recomendaciones de protocolo de la Dirección General de Deportes, el Protocolo de Salud en competición de la Federación Española de Bádminton y toda la normativa regional y nacional de aplicación.

Así mismo se tendrán en cuenta todas las medidas que se vayan estableciendo en el marco de actuación de Castilla y León y por lo tanto será susceptible de modificación para adaptarse siempre que sea necesario.

Este protocolo se refiere exclusivamente a las medidas específicas para Bádminton, si bien se tendrán en cuenta las medidas comunes establecidas por la Junta de Castilla y León y que están recogidas en el protocolo general.

Esta información estará disponible en la web del Club [www.clubdeportivoarete.es](http://www.clubdeportivoarete.es) y será de obligado cumplimiento para todos sus socios.

## I.- ÁMBITO APLICACIÓN Y RIESGO

I.1.- Las modalidades y pruebas a las que se refiere el siguiente protocolo serán:

### **Bádminton. (Individuales, Dobles y Mixtos)**

I.2.- El Bádminton es un deporte sin contacto que se practica en instalaciones cerradas, en el que los deportistas están separados por una red. Dadas las dimensiones de las pistas hacen que en las pruebas de dobles haya suficiente distancia, durante el juego. Es por ello que se considera de bajo riesgo.

I.3.- Durante los entrenamientos, normalmente sólo están presentes en la instalación deportistas y entrenadores por lo que el riesgo es bajo.

I.4.- El número de deportistas máximo es de 4 por pista con unas dimensiones de 13,40 m x 6,10 m. (20 m<sup>2</sup> por deportista). Por lo tanto, se mantiene la distancia de seguridad.

I.5.- Las competiciones se realizan en instalaciones donde el aforo para deportista, técnicos y jueces es inferior al que fija las medidas establecidas por la Junta de Castilla y León y en donde tanto deportistas como jueces y entrenadores pueden mantener la distancia de seguridad.

## **II.- PROTOCOLO PARA LOS ENTRENAMIENTOS.**

Tal y como establece el acuerdo 46/2020 de 19 de agosto de la Junta de Castilla y León los clubes de Castilla y León deberán cumplir, las normas comunes además del siguiente protocolo.

En el caso que el Ayuntamiento de Aranda de Duero, que cede la instalación, fije protocolos más restrictivos o con medidas no contempladas en el elaborado por el club deberán ser cumplidas, además de las establecidas por la federación y el propio club.

### **II.1.- Con carácter general se establece:**

- a) Con carácter general, no se compartirá ningún material y, si esto no fuera posible, se garantizará la presencia de elementos de higiene para su uso continuado.
- b) Las bolsas, mochilas solo se podrán dejar en los espacios habilitados para ese fin y deberán ser lo suficientemente amplios para poder guardar dentro el abrigo y resto de efectos personales y de juego que el jugador vaya a necesitar durante el entrenamiento.
- c) Como mínimo se tendrá que llevar en la mochila o bolsa una toalla seca para el secado del sudor, una botella de agua, un bote pequeño con gel hidroalcohólico y una bolsa con una mascarilla nueva de repuesto.
- d) Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares.
- e) Durante la práctica de la actividad física deportiva deberá mantenerse una distancia de seguridad interpersonal, al menos, de 2 metros.
- f) El uso de mascarilla será obligatorio durante toda la práctica deportiva, de modo que cubra desde parte del tabique nasal hasta la barbilla incluida y la misma NO debe estar provista de válvula exhalatoria.
- g) Se recomienda antes de acceder a las instalaciones para entrenamientos el control de temperatura, no superando el 37,5 ° C ° para poder acceder. Cualquier síntoma que pueda detectarse hará que no accedan al entrenamiento.
- h) Tanto técnicos como deportistas que presenten síntomas compatibles con el Covid19 no acudirán a entrenar.
- i) El uso de vestuarios y duchas estará supeditado a la normativa general y la específica de cada instalación deportiva.
- j) El uso de mascarilla será obligatorio en vestuario y se deberá guardar la distancia de seguridad.
- k) El Club deberá llevar un registro de cada deportista, donde estará reflejado los días y horas que ha asistido a los entrenamientos.

## **II.2.- Con carácter específico para entrenamientos:**

### **II.2.1.- Material de protección y desinfección.**

- El club o responsables de la instalación deberán contar con geles hidroalcohólicos y desinfectante aprobados y homologados, en cantidad suficiente. Se recomienda un gel hidroalcohólico por pista. La mascarilla de uso obligatorio no se podrá quitar durante la práctica deportiva del entrenamiento. También se recomienda el uso de termómetro de temperatura sin contacto.

### **II.2.2.- Montaje de las pistas.**

- El personal que realice el montaje de las pistas deberá llevar mascarilla en todo momento y desinfectarse previamente las manos con gel hidroalcohólico autorizado y homologado. Deberá llevar mascarilla en todo momento y mantener la distancia de seguridad, salvo en aquellas operaciones que no sea posible.
- Se recomienda que antes del inicio del entrenamiento estén montadas las pistas.
- Se deberá desinfectar con los productos apropiados el material antes de montar las pistas. Sobre todo, postes y contrapesos.
- Una vez finalizado el entrenamiento el personal que realice el desmontaje de las pistas deberá llevar mascarilla y desinfectarse previamente las manos con gel hidroalcohólico autorizado y homologado. Deberá mantener la distancia de seguridad, salvo en aquellas operaciones que no sea posible. Desinfectará todo el material utilizado antes de su colocación en el almacén o lugar de almacenaje de la instalación.
- Finalmente, el personal de desmontaje deberá de nuevo desinfectarse las manos con gel hidroalcohólico autorizado y homologado.

### **II.2.3.- Acceso de los deportistas.**

- Se recomienda que el acceso de los deportistas y los cambios de grupos se realicen de forma escalonada para evitar aglomeraciones.
- Se establecerá un circuito de entrada y salida de los deportistas, para que no se crucen ni se produzcan aglomeraciones, sobre todo en cambios de grupo.
- Los deportistas cuando lleguen al entrenamiento deberán desinfectarse las manos con gel hidroalcohólico.
- Se establecerá una zona determinada para que cada deportista puede dejar su material.
- Esperaran en la zona habilitada hasta que comience el entrenamiento, siempre con la mascarilla puesta y manteniendo la distancia de seguridad.

### **II.2.4.- Durante el entrenamiento.**

- El uso de la mascarilla será obligatorio durante todo el entrenamiento.
- Si se realiza el calentamiento, deberán ser sin contacto entre los deportistas y manteniendo la distancia de seguridad en todo momento, por lo que los técnicos deberán tenerlo en cuenta a la hora de programar la sesión.

- El material de uso específico del entrenamiento de cada deportista se dejará, dentro de una mochila, al lado de su pista o en la zona habilitada a su efecto.
- Deportistas y técnicos deberán evitar compartir material personal, herramientas u objetos personales. En caso de ser inevitable se deberá someter a una adecuada desinfección.
- Los técnicos deberán guardar durante todo el entrenamiento la distancia de seguridad con los deportistas.
- En el caso de cambios de lado de pista los deportistas durante el entrenamiento lo deberán realizar sin cruzarse y manteniendo la distancia de seguridad.  
En la medida de lo posible realizarán el cambio de lado de pista abandonando la misma por su lado derecho.

#### **II.2.5.- Después del entrenamiento.**

- Finalizado el entrenamiento los deportistas deberán recoger su material y colocarlo dentro de sus mochilas y se desinfectarán las manos con el gel hidroalcohólico antes de salir.
- Abandonarán la instalación siguiendo el circuito de salida diseñado para tal fin, para no cruzarse con otros grupos y deberán cumplir en todo momento la distancia de seguridad.
- En caso de utilización de vestuarios y duchas deberán cumplir con lo establecido en la instalación deportiva para su uso cumpliendo las medidas establecidas.

### III.- INFORMACIÓN:

**JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN** [www.jcyl.es](http://www.jcyl.es)  
**SANIDAD** [www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
**CSD** [www.csd.gob.es](http://www.csd.gob.es)  
**FESBA** [www.badminton.es](http://www.badminton.es)

### **FEDERACIÓN DE BÁDMINTON DE CASTILLA Y LEÓN**

Web: [www.fecleba.com](http://www.fecleba.com)

Teléfonos contacto: Tef/Fax.- 979 100 850 627 94 95 01

Mail: [fecleba@fecleba.com](mailto:fecleba@fecleba.com)

### **CLUB DEPORTIVO ARETÉ (BÁDMINTON)**


Web: [www.clubdeportivoarete.es](http://www.clubdeportivoarete.es)

Teléfonos contacto: 626-502807


Mail: [aretebadaranda@gmail.com](mailto:aretebadaranda@gmail.com)

## Anexo I

### ¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?




**1a**




**1b**


Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



**2**



**3**




**4**


Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.


Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



**5**



**6**




**7**


Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.

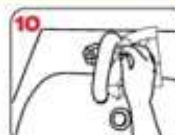
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



**8**



**9**




**10**


Enjuáguese las manos con agua.

Séquelas con una toalla de un solo uso.

Utilice la toalla para cerrar el grifo.




**20-30 segundos**




**11**

Una vez secas, sus manos son seguras.

### ¿Cómo lavarse las manos CON AGUA Y JABÓN?




**0**




**1**

Mójese las manos con agua.


Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



**2**



**3**




**4**


Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.


Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



**5**



**6**




**7**


Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.

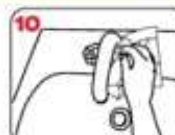
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



**8**



**9**




**10**


Enjuáguese las manos con agua.

Séquelas con una toalla de un solo uso.

Utilice la toalla para cerrar el grifo.



**40-60 segundos**




**11**

Sus manos son seguras.

**WORLD ALLIANCE**  
*FOR* **PATIENT SAFETY**

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Diciembre de 2008, sexta edición



**Organización  
Mundial de la Salud**

La Organización Mundial de la Salud ha trabajado con sus socios locales para garantizar la disponibilidad de este documento. Sin embargo, el material publicado no garantiza en ningún caso, ya sea explícito o implícito, el grado de exactitud de la información y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no puede ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar su utilización.

## Anexo II

# USO DE MASCARILLA EN POBLACIÓN GENERAL

Preferiblemente higiénica o quirúrgica



**PROTEGE** a quienes están a tu alrededor.  
**EVITA** la dispersión del virus al estornudar, toser o hablar.

### ¿Por qué?



### ¿Cuándo?

#### OBLIGATORIO > 6 AÑOS

- ▶ En la **vía pública**.
- ▶ Espacios al **aire libre**.
- ▶ **Espacio cerrado** de uso público o que se encuentre **abierto al público**.



Siempre que no sea posible una distancia de seguridad de al menos 2 metros

#### RECOMENDADO ENTRE 3 Y 5 AÑOS

EXCEPCIONES\*



Lávate las manos con agua y jabón.  
Asegúrate de **tapar nariz y barbilla** sin que queden huecos entre mascarilla y cara.

**Evita tocar la parte delantera.**

Retírala tirando de las **gomas**.

Lávate las manos tras quitártela.

### ¿Cómo?

### ¿Cuándo cambiarla?

Depende del fabricante, **consulta las instrucciones**.

**No reutilizar si no lo indica.**

Cuando esté **húmeda o deteriorada**.

Cuidado con la **auto-contaminación** al tocar y reutilizar la mascarilla contaminada.



### A tener en cuenta...

Puede provocar una **falsa sensación de seguridad**.

La mascarilla es **complementaria y no un reemplazo** de: distancia física, higiene de manos y evitar tocarse la nariz, los ojos y la boca.



\*Orden SND/422/2020, de 19 de mayo.

