

NORMATIVA ACTIVIDADES DEPORTIVAS USAL

En las instalaciones de la USAL la práctica de la actividad física y deportiva no federada, al aire libre, podrá realizarse de forma individual o colectiva, **sin contacto físico, respetando las medidas de seguridad e higiene** establecidas por las autoridades sanitarias o, en su defecto, medidas alternativas de protección física, de higiene de manos y etiqueta respiratoria.

La práctica de la actividad física y deportiva no federada, al aire libre, podrá realizarse de forma individual o colectiva, sin contacto físico, y **hasta un máximo de cinco personas** de forma simultánea, según establece la normativa vigente de la Junta de Castilla y León.

En las instalaciones y centros deportivos cubiertos podrá realizarse actividad deportiva en grupos de hasta cinco personas, sin contacto físico.

La práctica de la actividad deportiva federada de competencia autonómica podrá realizarse de forma individual o colectiva, sin contacto físico, y hasta un máximo de cinco personas de forma simultánea en el caso de los entrenamientos.

Para la actividad físico-deportiva grupal deberá velarse porque la composición de los mismos sea estable, con los mínimos cambios entre los miembros que lo conforman, que únicamente se llevarán a cabo por circunstancias ineludibles.

Los **deportistas integrados en nuestro club** podrán realizar entrenamientos de tipo medio-alto, consistentes en el ejercicio de tareas individualizadas de carácter físico y técnico, así como en la realización de entrenamientos tácticos en grupos de varios deportistas hasta un **máximo de cinco**, manteniendo las distancias de seguridad de dos metros de manera general, y evitando en todo caso, situaciones en las que se produzca contacto físico.

Es necesaria la concertación de cita previa para la realización de las actividades deportivas en las instalaciones y centros.

Las salas de musculación estarán abiertas para uso exclusivo de los miembros de la comunidad universitaria. Teniendo en cuenta las características de la sala, se establecerán turnos de uso restringido diarios. Dichas salas contarán diariamente con un reforzamiento de los sistemas de limpieza y desinfección con hidrogeles a la entrada, para su uso obligatorio.

En las instalaciones deportivas de la USAL la actividad física y deportiva estará sujeta a los siguientes criterios generales de uso:

- 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 o efectos personales sólo se podrán dejar en los espacios habilitados para ese fin.
- c) Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares.
- d) Antes de entrar y al salir del espacio asignado, deberán limpiarse las manos con los hidrogeles que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto.
- e) Los técnicos, monitores o entrenadores **deberán mantener la distancia de seguridad** interpersonal en las instalaciones o, en su defecto, utilizar mascarilla.
- f) **Se utilizará la mascarilla** durante el tiempo de circulación entre espacios comunes en las instalaciones, salvo que se pueda garantizar la distancia de seguridad interpersonal.

La celebración de eventos deportivos y competiciones deportivas en instalaciones deportivas o en la vía pública podrán desarrollarse con público, con un límite de veinticinco personas para lugares cerrados y de cincuenta personas tratándose de actividades al aire libre.