BASES CAMPEONATO SOCIAL DE NATACIÓN LA VENATORIA 2021

1.- PARTICIPACIÓN.

- La edad de participación se establece a partir de los 2 años de edad.
- Cada participante podrá participar en una prueba individual.

2.- INSCRIPCIONES.

- Se realizarán en la portería de La Venatoria indicando nombre, 2 apellidos y la edad del participante, plazo limite hasta 48 horas antes a la celebración de las pruebas.
- Estos datos serán utilizados para realizar el registro de entrada a la piscina donde se desarrollarán las pruebas.
- Se entregará al participante en el momento de realizar la inscripción la "Declaración Responsable COVID-19" que debe ser cumplimentada y presentada al acceder a la piscina donde se desarrollarán las pruebas.
- No se podrá participar en la competición sino se ha realizado la inscripción dentro del plazo establecido y sin la presentación de la "Declaración Responsable COVID-19" a la entrada de la piscina donde se desarrollarán las pruebas.

3.- PRUEBAS.

Categoría: Benjamín y mayores

- 50 m. libre.

Categoría: 2 a 5 años

- 25 m. libre (posibilidad de nadar con churro). Los participantes de esta categoría pueden ir acompañados de un adulto si se desea.

3.- FÓRMULA DE COMPETICIÓN Y CATEGORÍAS.

- Las pruebas se nadarán por sistema "contra – reloj" en la piscina de 50 metros o en la cubierta de 25 m. en caso de mal tiempo.
- Competirán todas las personas inscritas sin distinción entre no federados y federados, divididos entre masculino y femenino y en siete categorías, según la edad:

  1.- PATITOS: 2 – 5 años;

  2.- BENJAMÍN: 6 - 9 años;

  3.- ALEVIN: 10 – 13 años;

  4.- JUNIOR: 14 – 17 años;

  5.- ABSOLUTO: 18 – 30 años;

  6.- SENIOR: 31 – 45 años;

  7.- VETERANOS: 46 y más.

4.- CLASIFICACIONES Y PREMIOS.

- Se harán clasificaciones por cada categoría y prueba.
- Habrá premio para el primer, segundo y tercer clasificado en la prueba de 50 m.
- Regalo para todos los participantes de 2 a 5 años.
- Patatas fritas y refresco para todos los participantes.

5.- RELACIÓN DE PREMIOS.

CATEGORIA	NÚMERO DE PREMIOS
PATITOS (2-5 años)	Regalo para todos los participantes (cono de chuches)
BENJAMÍN (6-9 años)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***
ALEVÍN (10 – 13 años)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***
JUNIOR (14 – 17 años)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***
ABSOLUTO (18 – 30 años)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***
SENIOR (31 – 45 años)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***
VETERANOS (46 años y mayores)	**ORO masc. y fem.** **PLATA masc. y fem.** **BRONCE masc. y fem.** ***Total: 6***

6.- ESPECIAL PROTOCOLO COVID-19.

- Las indicaciones de este Protocolo pueden sufrir modificaciones, en función de las indicaciones marcadas por las autoridades competentes en materia de deporte y de sanidad. Se dará adecuada difusión a cada variación en el Protocolo.
- Las normas básicas que rigen este documento son las que se derivan de las normas y protocolos publicados por las autoridades sanitarias y otras competentes en esta materia.
- Este protocolo es de obligada observancia para el conjunto de participantes, organizadores, acompañantes y espectadores.
- Las personas diagnosticadas por COVID-19, aún asintomáticos, que no hayan superado la enfermedad y que no cuenten con el alta médica, no podrán participar.
- Para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo se les recomienda extremar las medidas preventivas o incluso no participar.
- Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Se recomienda que todos los usuarios (deportistas, técnicos, jueces y resto de personal) realicen una vigilancia activa de sus síntomas y lleven a cabo un registro regular de su temperatura corporal. Se aconseja dos veces al día, mañana y noche.
- Se realizará control de temperatura a todos los participantes y personal de la organización.
- No se permitirá el acceso de público a la instalación donde se desarrollan las pruebas.
- Durante todo el desarrollo de la competición, es muy importante la desinfección de manos con gel hidro-alcohólico individual. Es una responsabilidad de cada uno de los asistentes.
- No estará permitido el uso de ningún tipo de material de entrenamiento.
- Los deportistas no compartirán bebidas. Han de utilizar botellas de uso individual.
- Existirá un control de acceso a la instalación a partir de un registro de asistentes. Todos ellos deberán entregar la “Declaración Responsable COVID-19” al acceder a la instalación, donde se realizará el control de temperatura.
- Durante la actividad y siempre que el deportista no se encuentre en el medio acuático:

  o Se mantendrá en todo momento la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 m como mínimo.

  o El uso de mascarilla desechable es de obligado cumplimiento hasta el momento de participar en la prueba individual que se retirará depositándolas en un cubo de basura destinado a tal efecto. Al finalizar la prueba se le dará una mascarilla nueva tipo quirúrgica.
- Se colocará cartelería con información tanto de medidas preventivas como de pautas a seguir por los asistentes a una competición.

PERSONAL RESPONSABLE Y DE ORGANIZACIÓN.

- Secretaría y megafonía: Nombrado por Ludens, las funciones serán las habituales a otros Ctos Sociales de Natación.
- Acceso y circulación: Voluntarios de entre los acompañantes de los participantes, a ser posible miembros de la Sección de Natación.

- Controlar que se accede cumpliendo las normas higiénicas: Con mascarilla, desinfectando las manos, guardando la distancia de seguridad.
- Realizar el control de temperatura a los asistentes.
- Comprobar que cada uno de los asistentes están en el registro. Esto deberá realizarse al comienzo de cada sesión.
- Controlar y supervisar que todos los asistentes respetan en todo momento el circuito de circulación establecido por la organización, manteniendo la distancia de seguridad y con mascarilla.

- Pre-Cámara y Camara de Salidas: Voluntarios de entre los acompañantes de los participantes, a ser posible miembros de la Sección de Natación.
  - Será el responsable de coordinar los tiempos entre las distintas series, dando las órdenes de acceso a la cámara de salida.
  - Cámara de Salidas: será el responsable de dar paso a la siguiente serie una vez comprobado que la anterior ha abandonado la zona de salidas. Comprobar que se guardan las distancias de seguridad y la utilización correcta de mascarillas.

ACCESO A LA INSTALACIÓN DONDE SE DESARROLLAN LAS PRUEBAS.

- Solamente podrán acceder las personas incluidas en el registro de acceso.
- Para acceder a la instalación es obligatorio presentar en control de acceso el "Declaración Responsable COVID-19".
- El acceso se realizará siguiendo las normas higiénicas: Acceso con mascarilla, desinfección de manos, distancia de seguridad.
- Se realizará un control de temperatura a todos los asistentes. La temperatura máxima para poder acceder a las instalaciones es de 37,4º. Si en la toma de temperatura resultare 37,5º o superior, se esperarán 10 minutos y se realizará una segunda toma, y en el caso de que la temperatura continúe en esos parámetros no se permitirá el acceso a la instalación, dando cuenta inmediata de ello a las autoridades sanitarias.
- Una vez efectuado el control de acceso cada deportista se trasladará al lugar designado por la organización, permaneciendo en él hasta que el personal de organización indique el comienzo del periodo de calentamiento en agua.

CALENTAMIENTO.

- Se establecerán tantos turnos de calentamiento como sean necesarios en función del número de y el ratio de nadadores por calle establecido por los protocolos vigentes en ese momento.
- Se deben cumplir en todo momento las indicaciones que sean dadas por la organización durante el periodo de calentamiento en agua de los deportistas.
- En el acceso a playa para el periodo de calentamiento se recomienda que el deportista acuda con lo imprescindible para poder realizarlo (bañador, gorro, gafas y bolsa de plástico identificada con su nombre para guardar su mascarilla).

MundoLudens

Medidas de prevención para la COVID-19:

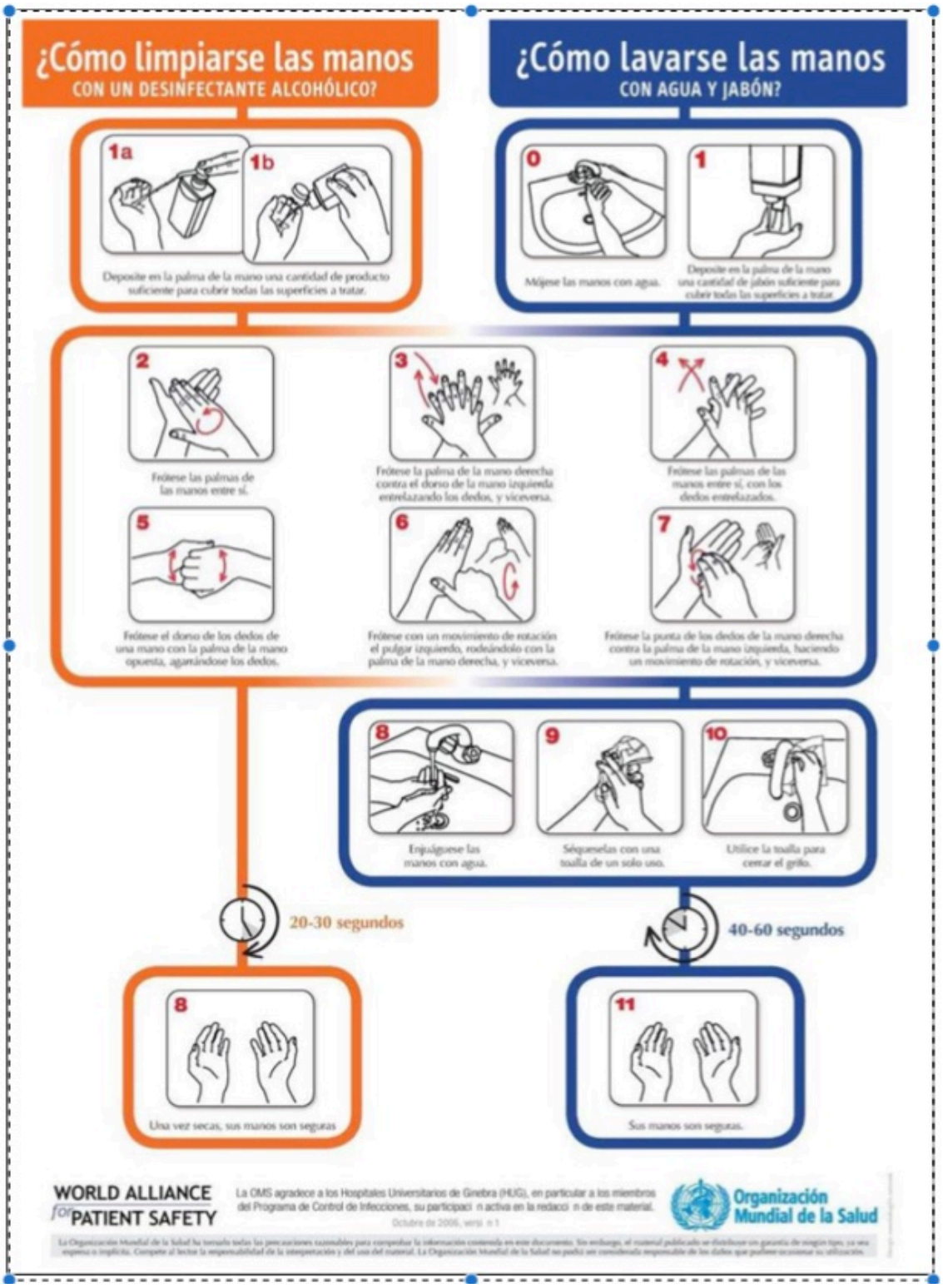
No acudas con síntomas
Si tienes fiebre, tos seca, falta de aliento o fatiga.

Manten la distancia de seguridad
Guarda una distancia de 2 metros y respeta los espacios marcados.
Evita las aglomeraciones a toda costa.

Usa la mascarilla
Es obligatoria para mayores de 6 años, y habrá que usarla siempre que no se pueda respetar la distancia mínima de seguridad.

Lávate las manos
Lavatelas frecuentemente con agua y jabón o usa las soluciones hidroalcohólicas disponibles para tal fin.

Estornuda y/o tose en tu codo
Procura usar la parte interior de tu codo si tienes que toser o estornudar.


¿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.
¿Cómo lavarse las manos
CON AGUA Y JABÓN?
0
Mójese las manos con agua.
1
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.
2
Frótese las palmas de las manos entre sí.
3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.
4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
5
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
6
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.
7
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
Enjuáguese las manos con agua.
9
Séquesela con una toalla de un solo uso.
10
Utilice la toalla para cerrar el grifo.
20-30 segundos
40-60 segundos
8
Una vez secas, sus manos son seguras
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 participaci n activa en la redacci n de este material.
Octubre de 2006, versi n 1
Organización Mundial de la Salud

Mascarillas higiénicas en población general

La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, **el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.**

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:

- Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación
- Mantén 2 metros de distancia entre personas
- Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente
- Evita tocarte ojos, nariz y boca
- Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar
- Usa pañuelos desechables

Una **mascarilla higiénica** es un **producto no sanitario** que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- **Reutilizables** (población adulta e infantil)
- **No reutilizables** (población adulta e infantil)

¿A QUIÉN se recomienda su uso?

A la **población general sana**

¿CUÁNDO se recomienda su uso?

- Cuando **no es posible mantener la distancia de seguridad** en la compra, en espacios cerrados o en la calle

El uso de mascarillas en **transporte publico es obligatorio** desde el 4 de mayo de 2020

Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

- **Lávate las manos antes** de ponerla.
- Durante todo el tiempo la mascarilla debe **cubrir la boca, nariz y barbilla.** Es importante que se ajuste a tu cara.
- **Evita tocar la mascarilla** mientras la llevas puesta.
- Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. **No reutilices las mascarillas** a no ser que se indique que son reutilizables.
- **Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás**, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.
- Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las **instrucciones del fabricante**.

14,de,mayo,2020

Consulta)fuentes)oficiales)para)informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE SANIDAD

DECLARACIÓN RESPONSABLE

Los datos de esta ficha son responsabilidad de Ludens y serán tratados exclusivamente en el marco de una prestación de servicios contratada por el interesado o su tutor legal. Estos datos no serán cedidos a terceros salvo obligación legal. El interesado tendrá derecho de acceso, rectificación, supresión y oposición al tratamiento de sus datos, además de otros derechos reconocidos en la normativa vigente. Para información adicional, consulte nuestra web.

FECHA DE ENTREGA: _____ / _____ / _____

PARTICIPANTE		
NOMBRE Y APELLIDOS	**DNI**	**TLFNO**

PADRE, MADRE O TUTOR DEL PARTICIPANTE (SI EL PARTICIPANTE ES MENOR)		
NOMBRE Y APELLIDOS	**DNI**	**TLFNO**

EL PARTICIPANTE, O EL PADRE/MADRE O TUTOR (EN CASO DE QUE EL PARTICIPANTE SEA MENOR) DECLARO QUE:

1. No tiene síntomas compatibles con el COVID-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria, malestar, diarrea…) o con cualquier otro cuadro de infección.
2. No es ni ha sido positivo durante los 14 días anteriores.
3. No ha estado en contacto estrecho con positivos confirmados o con personas con sintomatología compatibles en los 14 días anteriores.
4. Conoce los protocolos y guías elaboradas en relación con las medidas a adoptar respecto de la participación en las actividades a fin de minimizar y/o evitar, los riesgos de contagio por COVID-19.
5. Asume voluntariamente y conoce la existencia de riesgos objetivos de contagio de COVID-19 al participar en las actividades.
6. En caso de resultar contagiado por COVID-19, exonera expresamente a LUDENS de cualquier responsabilidad que pudiera derivarse de la aparición de posibles daños o perjuicios en su persona.
7. Todas las personas que se presenten en el centro deberán cumplir con las medidas de seguridad e higiene que se establezcan y las que estén recogidas en el Protocolo COVID-19. Estas medidas serán siempre las dictadas por las Autoridades Sanitarias, por el Centro Deportivo y por Ludens.

Y ME COMPROMETO A:

- Informar a LUDENS de la aparición de cualquier caso de COVID-19 en el entorno del participante.
- Vigilar diariamente el estado del participante, tomando la temperatura antes ir a la actividad.
- Que en caso de que tenga fiebre o presente alguno de los síntomas compatibles con el COVID-19 no asistirá a la actividad.
- Aportar un certificado médico en el que se indique que no hay riesgo de contagio para la reincorporación a la actividad tras un positivo.

FIRMA (del participante o del padre, madre o tutor en caso de que el participante sea menor)