

# **PROTOCOLO COVID-19**

*Federación Asturiana de Karate y Disciplinas Asociadas*



1.	INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS .....	2
2.	SÍNTOMAS COVID-19 .....	3
3.	MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE AL COVID-19.....	5
4.	ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LOS CLUBES.....	6
5.	ACTIVIDADES DE LA FAKYDA .....	9
5.1.	MEDIDAS GENERALES. ....	10
5.2.	MEDIDAS ESPECÍFICAS EN LOS CURSOS OFICIALES.....	13
5.3.	MEDIDAS ESPECÍFICAS EN LOS EXÁMENES DE CINTURÓN NEGRO .....	14
5.4.	MEDIDAS ESPECÍFICAS EN EL AULA .....	16
5.5.	MEDIDAS ESPECIFICAS PARA COMPETICIONES OFICIALES .....	17
6.	MEDIDAS ANTE UN POSIBLE CASO DE COVID-19 .....	22
7.	ANEXOS: DOCUMENTOS .....	23

KARATE



## **1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS**

El presente documento tiene como objetivo proporcionar a los clubes información relativa a los protocolos sanitarios para la vuelta a los entrenamientos, campeonatos y resto de actividades que la federación desarrolla, aportando el máximo de garantías para la salud los federados.

Los objetivos fundamentales son:

- **Garantizar** la realización de la actividad de la FAKYDA de acuerdo con los parámetros de protección de la **salud** para todos los colectivos de la FAKYDA, intentando establecer las máximas **precauciones** y las mejores prácticas sanitarias y de **seguridad** con la cooperación y colaboración de todos los miembros de la FAKYDA.
- **Cumplir** con las **medidas** y **recomendaciones** establecidas por el Ministerio de Sanidad del Gobierno de España y la Consejería de Salud del Principado de Asturias.
- **Inculcar** hábitos higiénico-saludables frente al COVID-19 entre todos los federados para una vuelta a la actividad deportiva segura, **minimizar** los riesgos frente a la pandemia y **concienciar** sobre la importancia de la prevención.
- **Aunar** en el presente protocolo todas las experiencias, medidas, ideas, etc., que se propongan por los federados de la FAKYDA.
- **Actualizar**, modificar o eliminar cualquier medida sanitaria adoptada según la evolución de la pandemia y acorde a las directrices y normas dadas por las autoridades competentes.

No obstante, se recomienda cancelar o posponer cualquier actividad que no sea considerada fundamental y que pudiera ser postergable.

***El riesgo cero no existe. Es labor de todos minimizar los riesgos.***

## 2. SÍNTOMAS COVID-19



\*Los síntomas podrían aparecer de **1 a 12 días** después de la exposición al virus.

El COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de las personas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada y se recuperan sin necesidad de hospitalización.

Los **síntomas** más **habituales** son los siguientes:

- Fiebre
- Tos seca
- Cansancio

Otros **síntomas menos comunes** son los siguientes:

- Molestias y dolores
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Conjuntivitis
- Dolor de cabeza
- Pérdida del sentido del olfato o del gusto
- Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies.

Los **síntomas graves** son los siguientes:



- Dificultad para respirar o sensación de falta de aire
- Dolor o presión en el pecho
- Incapacidad para hablar o moverse

Si alguna persona presenta síntomas graves deberá buscar atención médica inmediata. Siempre se debe llamar al médico o atención sanitaria antes de presentarse en el lugar en cuestión.

Las autoridades sanitarias recomiendan que las personas que sufran síntomas leves y tengan un buen estado de salud general se confinen en casa. Es importante cumplir con este autoconfinamiento estrictamente por el bien del conjunto de la sociedad.

De media, las personas contagiadas empiezan a presentar síntomas en un plazo de 5 a 6 días desde que se infectan, pero pueden pasar hasta 14 días a que aparezcan los síntomas.





### **3. MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE AL COVID-19**

Se deben seguir las recomendaciones de los organismos de salud pública, tomando las precauciones adecuadas e informándonos bien para protegernos y cuidar de quienes nos rodean.

Para evitar la propagación del COVID-19:

- **Lavarse** las **manos** con frecuencia. Usar agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Mantener una **distancia** de seguridad con personas que tosan o estornuden.
- Utilizar la **mascarilla** obligatoriamente en cualquier espacio cerrado de uso público, así como en aseos y vestuarios
- **No tocar** los ojos, la nariz y la boca.
- Al toser o estornudar, **cubrirse** la nariz y la boca con el **codo** flexionado o con un pañuelo desechable.

#### ***¡Si no te encuentras bien, quédate en casa!***

En caso de que tener fiebre, tos o dificultad para respirar deberás buscar atención médica. Primero deberás llamar por teléfono antes de acudir a cualquier proveedor de servicios sanitarios para que te dirijan al centro médico adecuado. De esta forma, te protegerás a ti y evitarás la propagación de virus y otras infecciones.

#### ***Mascarillas***

Las mascarillas ayudan a prevenir que las personas que las llevan propaguen el virus y lo contagien a otras personas. Sin embargo, no protegen frente a la COVID-19 por sí solas, sino que deben combinarse con el distanciamiento físico y la higiene de manos.

***Sigue las recomendaciones de los organismos de salud pública.***



#### **4. ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LOS CLUBES**

##### **MEDIDAS GENERALES:**

- Se deberán **respetar** las **medidas** de **seguridad** e higiene para la población en general establecidas por las autoridades sanitarias.
- Los clubes deberán llevar un **control diario** y exhaustivo de los asistentes a los entrenamientos donde conste los días de asistencia, nombre y apellidos y número de teléfono. Se guardará dicho registro al menos **un mes**. El registro debe cumplir con las normas de **protección de datos** de carácter personal.
- Los **responsables** de cada club firmarán un **documento** de conocimiento y cumplimiento estricto del presente protocolo y serán los encargados de **informar** del mismo a sus usuarios, socios, voluntarios y trabajadores.
- Se recomienda que todos los miembros participantes en cualquier actividad del club cumplimenten un documento de conocimiento y asunción del protocolo y los posibles riesgos provocados por el COVID-19 (Anexo 1 y 2).
- Las personas con condiciones físicas que les hacen vulnerables al COVID-19 (mayores de 60 años, enfermedades respiratorias, enfermedades cardiovasculares incluida la hipertensión arterial, diabetes, cáncer, etc.) deben valorar su asistencia, no recomendándose, pudiendo acudir siempre que su condición clínica esté estable y lo permita, y manteniendo rigurosas medidas de protección según indicación de su profesional sanitario de referencia o servicio de prevención de riesgos laborales.
- Será **obligatorio** el uso de la mascarilla, excepto en aquellos casos que por la propia naturaleza de la actividad el uso de esta sea incompatible como se indica el art 6.2 del Real Decreto-Ley 21/2020.
- **Limpieza** de la sala de entrenamiento con productos desinfectantes como mínimo dos veces al día. Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad. En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta. Se debe prestar especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes (pomos, pasamanos...).
- Los usuarios, socios, voluntarios y trabajadores del club no deberán asistir a las actividades del club ante cualquier síntoma de enfermedad compatible con el



COVID-19, por encontrarse en aislamiento tras confirmarse un diagnóstico (aun siendo asintomáticos o encontrándose bien) o por encontrarse en cuarentena domiciliaria al ser contacto estrecho de una persona diagnosticada.

### **ACCESO Y SALIDA DE LA INSTALACIÓN**

- Se deberá asistir a la **hora** indicada por el club para evitar aglomeraciones y colas en la entrada. Se recomienda una asignación horaria escalonada para la entrada y salida.
- Se deberá respetar una **distancia** de seguridad interpersonal de al menos 1,5 metros y será obligatorio el uso de **mascarilla**.
- Se dispondrán soluciones alcohólicas para la **desinfección** de **manos** claramente visibles. Se deberán limpiar las manos en la entrada y salida de cada espacio de la instalación.
- Habrá que dirigirse directamente a la sala de entrenamiento. El uso de los **vestuarios** se limitará exclusivamente a los usuarios y personal que vayan a realizar la actividad deportiva, respetando el **aforo** máximo indicado por la propia instalación y manteniendo la distancia interpersonal.
- En los **aseos** se contará con una **papelera** con tapa, preferiblemente de pedal, y habrá disponibilidad de **toallas** de papel desechable y **jabón** (en su defecto podrá sustituirse por geles hidroalcohólicos o desinfectantes para manos con actividad virucida aprobados por el Ministerio de Sanidad).
- El uso de vestuarios y aseos se ajustará a la **normativa vigente** en cada momento.
- El aforo máximo en la instalación y la sesión de entrenamiento será el determinado por las autoridades sanitarias según la evolución de la pandemia.
- Se **habilitará** una zona para el **depósito** de bolsas, mochilas y efectos personales.
- Se **evitarán** aquellos **saludos** que impidan la distancia de seguridad interpersonal.



## **ACTIVIDAD DEPORTIVA**

- Cada asistente ocupará un **lugar** previamente **asignado** durante toda la sesión, manteniendo la **distancia** interpersonal de al menos 1,5 metros.
- Se procurará el empleo de **materiales individuales**. En los casos que sea necesario compartir material se dispondrán de elementos de **limpieza** y desinfección que permitan el intercambio y su uso continuado.
- **No se compartirán** alimentos ni bebidas.
- Se potenciarán sesiones de **trabajo individual**. Cuando sea imprescindible la realización de trabajos por parejas estos se realizarán siempre con la misma pareja.
- Se procurará una **ventilación** natural y continua mientras se desarrolle la actividad deportiva. En todos los espacios cerrados de ámbito público se seguirán, en la medida de lo posible, las recomendaciones vigentes del Ministerio de Sanidad en la operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales para la propagación del COVID-19.
- Las personas **responsables** de la actividad deberán mantener la distancia de seguridad interpersonal en todo momento y **velar** por el cumplimiento de las normas higiénico-sanitarias por parte de los asistentes.

***Todos los usuarios, socios, voluntarios y trabajadores son responsables directos del cumplimiento de estas normas.***





## **5. ACTIVIDADES DE LA FAKYDA**

Todas las personas que forman parte de la FAKYDA deben de ser conscientes de que su actuación personal y responsable es la vía sobre la que podrán garantizar su salud y la de los demás.

Sólo con el cumplimiento responsable de las medidas sanitarias y todos los requisitos del protocolo por parte cada persona (directivos, deportistas, técnicos, árbitros y jueces, organización, etc.) permitirá el desarrollo lo más seguro posible de las actividades oficiales de la FAKYDA.

- La vigilancia del cumplimiento del protocolo por todos los miembros de la FAKYDA.
- La comunicación inmediata y precoz a la FAKYDA de cualquier incidencia existente en cuanto al cumplimiento.
- La comunicación inmediata de cualquier indicio de posibles síntomas sospechosos de infección de la COVID-19.
- La adopción de medidas de aislamiento inmediato y la no presencia individual cuando se tenga sospecha de estar infectado, encontrarse en aislamiento, se haya estado en contacto con alguna persona de la que se tenga sospecha de estar infectada o se encuentre en cuarentena domiciliaria.

**NUNCA ACUDIR A UNA ACTIVIDAD OFICIAL DE LA FAKYDA si se tiene sospecha de estar infectado, si se está en cuarentena domiciliaria o si se está en aislamiento hasta que se reciba AUTORIZACIÓN MÉDICA por parte de la autoridad sanitaria competente.**

Toda persona y club que participa en una actividad de la FAKYDA:

- Lo hace voluntaria y libremente.
- Acepta las presentes medidas y los protocolos que se establezcan de forma libre y voluntaria.
- Es consciente de que no existe el riesgo cero y que la propia práctica deportiva del Karate y Disciplinas Asociadas puede suponer un riesgo que asume de forma libre y voluntaria.



## 5.1. **MEDIDAS GENERALES.**

- Se deberán **respetar** las **medidas** de **seguridad** e higiene vigentes establecidas por las autoridades sanitarias.
- Los participantes en cualquiera de las actividades de la FAKYDA deberán **cancelar** su asistencia ante cualquier **síntoma** compatible con el COVID-19 o por encontrarse en aislamiento o en cuarentena domiciliaria.
- Será **obligatorio** la **inscripción** previa en cualquier actividad de la FAKYDA con riguroso cumplimiento de los tiempos de inscripción detallados en las circulares de la actividad. No se permitirá el acceso de personas no inscritas.
- Las **inscripciones** a las diferentes actividades, así como cualquier **trámite** burocrático, se realizará a través de los medios **telemáticos** de la FAKYDA.
- Todos los participantes (deportistas, técnicos, árbitros, organización...) de cualquier actividad oficial de la FAKYDA deberán cumplimentar los formularios y documentos obligatorios establecidos por la FAKYDA y presentarlos en los plazos y lugares que se determinen en cada Circular.
- Las personas con condiciones físicas que les hacen vulnerables al COVID-19 (mayores de 60 años, enfermedades respiratorias, enfermedades cardiovasculares incluida la hipertensión arterial, diabetes, cáncer, etc.) deben valorar su asistencia, no recomendándose, pudiendo acudir siempre que su condición clínica esté estable y lo permita, y manteniendo rigurosas medidas de protección según indicación de su profesional sanitario de referencia o servicio de prevención de riesgos laborales.
- El tipo de **acceso** (puertas y horarios) a la instalación donde se celebre el evento, así como su **aforo** máximo, condiciones de **almacenamiento** (depósito de mochilas y enseres personales), uso de **duchas** y vestuarios, etc., se indicarán a los participantes inscritos con suficiente antelación a la celebración del evento.
- Se dispondrá de los elementos de **cartelería** y **señalización** necesarios y claramente visibles relativos al cumplimiento de las normas, uso de los espacios, recorridos, etc. Se emplearán todos los medios audiovisuales disponibles (megafonía, pantallas...) como **recordatorios** para el cumplimiento de las normas y la prevención de la salud.
- La FAKYDA deberá tener **registro** de todos los **participantes** en sus actividades donde conste al menos el nombre y apellidos y el día de celebración de la

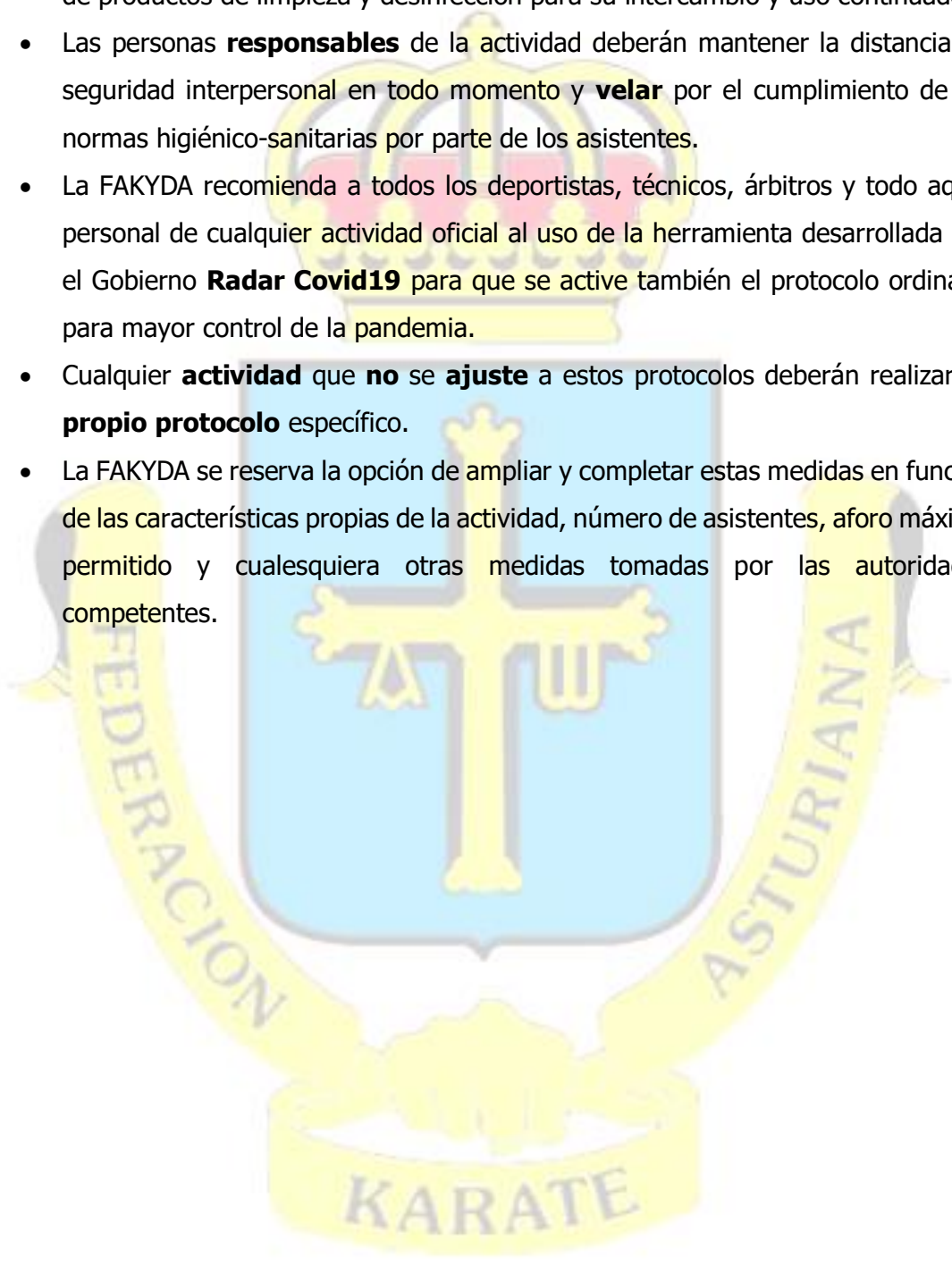


actividad. Se guardará dicho registro al menos **un mes**. El registro deberá cumplir con las normas de **protección de datos** de carácter personal.

- Será **obligatorio** el uso de la mascarilla, excepto en aquellos casos que por la propia naturaleza de la actividad el uso de esta sea incompatible como se indica el art 6.2 del Real Decreto-Ley 21/2020. Además, se deberá mantener la **distancia** de seguridad interpersonal y un **lavado** frecuente de manos empleando los geles hidroalcohólicos habilitados para ello.
- Se recomienda la habilitación de una zona para la limpieza del **calzado**.
- Se recomienda la vigilancia de síntomas en el domicilio (control de la **temperatura**, tos, malestar...) de todas las personas participantes y el compromiso de no acudir en las circunstancias señaladas.
- Se recomienda a los participantes asistir con la **vestimenta** adecuada para la actividad que vayan a realizar.
- Los participantes se dirigirán directamente a las zonas previamente asignadas.
- **Limpieza** del espacio donde se realice la actividad con productos desinfectantes como mínimo dos veces al día. Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad. En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta. Se debe prestar especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes (pomos, pasamanos...).
- En los **aseos** se contará con una **papelera** con tapa, preferiblemente de pedal, y habrá disponibilidad de **toallas** de papel desechable y **jabón** (en su defecto podrá sustituirse por geles hidroalcohólicos o desinfectantes para manos con actividad virucida aprobados por el Ministerio de Sanidad).
- Se procurará una **ventilación** natural y continua mientras se desarrolle la actividad. En todos los espacios cerrados de ámbito público se seguirán, en la medida de lo posible, las recomendaciones vigentes del Ministerio de Sanidad en la operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales para la propagación del COVID-19.
- Para las actividades colectivas desarrolladas en instalaciones deportivas deberá ventilarse y proceder a la limpieza y desinfección de la sala, dejando un espacio entre cada actividad no inferior a 15 minutos.



- Es responsabilidad de los participantes llevar el **material necesario** para la realización de la actividad. Se evitará en todo momento compartir materiales. En aquellas actividades que sea necesario compartir el material se deberá disponer de productos de limpieza y desinfección para su intercambio y uso continuado.
- Las personas **responsables** de la actividad deberán mantener la distancia de seguridad interpersonal en todo momento y **velar** por el cumplimiento de las normas higiénico-sanitarias por parte de los asistentes.
- La FAKYDA recomienda a todos los deportistas, técnicos, árbitros y todo aquel personal de cualquier actividad oficial al uso de la herramienta desarrollada por el Gobierno **Radar Covid19** para que se active también el protocolo ordinario para mayor control de la pandemia.
- Cualquier **actividad** que **no** se **ajuste** a estos protocolos deberán realizar su **propio protocolo** específico.
- La FAKYDA se reserva la opción de ampliar y completar estas medidas en función de las características propias de la actividad, número de asistentes, aforo máximo permitido y cualesquiera otras medidas tomadas por las autoridades competentes.





## 5.2. MEDIDAS ESPECÍFICAS EN LOS CURSOS OFICIALES

### **ASISTENTES:**

- Técnico/ponente de la actividad.
- Deportistas participantes en la actividad.
- Presidente y directivos de la FAKYDA.

### **ACTIVIDAD FORMATIVA Y TÉCNICA**

- Se procurará realizar **actividades** que fomenten el trabajo **individual** y permitan el distanciamiento social.
- Se aplicarán las mismas **medidas** adoptadas para la vuelta a la práctica deportiva en los **clubes**.
- Las personas **responsables** de la actividad deberán mantener la distancia de seguridad en todo momento y **velar** por el cumplimiento de las normas higiénico-sanitarias por parte de los asistentes.
- **No** se realizará ningún tipo de entrega física de **diplomas** o premios.

*Todos los participantes son responsables directos del cumplimiento de estas normas.*



### **5.3. MEDIDAS ESPECÍFICAS EN LOS EXÁMENES DE CINTURÓN NEGRO**

- Los exámenes de grados se realizan a **puerta cerrada**.
- Será **obligatorio** el lavado y desinfección de las manos a la entrada y antes y después de la realización de su examen.

#### ***ASISTENTES:***

- **Jueces y secretarios del Tribunal de Grados.** Dispondrán de la documentación individual de cada aspirante en un soporte personal e intransferible. Estarán separados por una distancia de 2 metros en la mesa de jueces.
- **Personal de Organización.** Serán los encargados de la limpieza de aquellas partes que fueran susceptibles de ser utilizadas por los aspirantes
- **Equipo médico.**
- **Presidente y directivos de la Federación Asturiana de Karate.** Dispondrán de una zona habilitada, alejada de las zonas de influencia y participación de los aspirantes.
- **Aspirantes** al examen de grados. Se habilitarán zonas de calentamiento en relación con el número de aspirantes. Estarán delimitadas de manera que permitan una distancia de seguridad de dos metros.
- **Técnicos** pertenecientes al mismo club de los aspirantes.

#### ***MODIFICACIONES A LA NORMATIVA DE GRADOS DE CINTURÓN NEGRO***

Ante la situación actual de la pandemia y siguiendo los protocolos actuales en materia de sanidad, el Departamento de Grados de la FAKYDA ha modificado la estructura del examen de grados de forma puntual en los apartados donde es necesario el trabajo de interacción con compañeros.

#### ***FASE TÉCNICA.***

- **Bunkai Kumite.** El aspirante explicará primero verbalmente el ejercicio y en segundo lugar físicamente, realizando la técnica de ataque y posteriormente la técnica de respuesta de la parte del kata a que se refiera.



- **Kihon Kumite.** El aspirante realizará a modo de trabajo de Kihon, en primer lugar, la técnica de ataque, y posteriormente las técnicas o combinaciones de respuesta.
- **Oyo Waza.** El aspirante explicará las acciones de ataque y de respuesta, realizando la técnica en solitario a modo de ejercicio de Kihon o Kata.

Estos apartados se valorarán con los mismos criterios del trabajo por parejas indicado en la normativa, a excepción de los factores que no sean posibles de evaluar por la falta del compañero, como puede ser la distancia o el timing.

### ***FASE DE KUMITE***

Se realizará el ejercicio como un trabajo de sombra y sin adversario. Se presentará inmediatamente a continuación de la exposición de la fase técnica.

1. El aspirante demostrará durante **1 minuto** trabajo de **técnicas de ataque** en el que demostrará las series de ataques que crea convenientes. Podrán ser ataques simples, combinados, con fintas, amagues, etc.
2. El aspirante demostrará durante **1 minuto** trabajo de **técnicas de defensa** y de **respuesta**, combinando acciones defensivas con respuestas ofensivas.
3. El aspirante demostrará durante **1 minuto** un trabajo **libre** ofensivo y defensivo. Podrá realizar diferentes opciones tácticas: anticipaciones, contraataques, acciones de vacío, fintas, amagues, segundas intenciones, etc.

El aspirante dispondrá de un tiempo de **recuperación** de **20 segundos** entre los ejercicios.

El tribunal valorará los recursos técnicos, los desplazamientos, las demostraciones técnico-tácticas y la preparación física.

La calificación se realizará puntuando como apto o no apto cada serie de trabajo. Si el aspirante obtiene como mínimo dos o más resoluciones con la puntuación de apto, obtendrá una resolución final de apto.

***Todos los participantes son responsables directos del cumplimiento de estas normas.***



#### **5.4. MEDIDAS ESPECÍFICAS EN EL AULA**

##### **ASISTENTES:**

- Técnico/ponente de la actividad.
- Deportistas participantes en la actividad.
- Presidente y directivos de la FAKYDA.

##### **ACTIVIDAD TEÓRICA, FORMATIVA Y TÉCNICA**

- Se respetará la **distancia** de seguridad interpersonal de al menos 1,5 metros en todo momento y se deberá realizar la **desinfección** de manos con agua y jabón o soluciones alcohólicas. Será obligatorio el uso de la  **mascarilla**.
- Los **asientos** habilitados deberán respetar la **distancia** de seguridad interpersonal de al menos 1,5 metros y deberán ser **desinfectados** diariamente. Se mantendrá el asiento **asignado** durante todas las sesiones a lo largo del curso.
- Se procurará una **ventilación** natural y continua, manteniendo las puertas y ventanas abiertas y evitando su manipulación.
- En los **intercambios** y descansos se podrá acceder a los pasillos y zonas exteriores. Se deberá mantener la distancia social, usar mascarilla e higiene de manos.
- Al final de cada jornada se abandonará directamente las instalaciones evitando la formación de grupos y aglomeraciones.
- Los participantes deberán asistir con al menos dos mascarillas, gel desinfectante y un trapo.

***Todos los participantes son responsables directos del cumplimiento de estas normas.***





## 5.5. MEDIDAS ESPECIFICAS PARA COMPETICIONES OFICIALES

ASISTENTES:

- **Clubes, Deportistas y Técnicos.**
- **Jueces y Árbitros.**
- **Personal de Organización.**
- **Equipo Médico.**
- **Presidente y directivos de la Federación Asturiana de Karate**

PRE-COMPETICIÓN.

- Las **instalaciones** donde se vayan a realizar las competiciones y el personal encargado de las mismas deben **cumplir** con todas las **normativas** sanitarias y de seguridad dictadas por el Gobierno del Principado de Asturias para la contención del COVID-19.
- Todas las **inscripciones** se realizarán por medio **telemático** pudiendo la FAKYDA acortar los plazos de inscripción en caso de ser necesario para garantizar la salud de los participantes. La **circular** de cada competición determinará las **medidas** concretas en relación con la inscripción, atendiendo a las recomendaciones de las autoridades.
- Los **Clubes** Deportivos participantes deberán firmar el **Anexo 3**.

COMPETICIÓN

- Se procurará disponer de un **circuito** zonal determinado para asegurar la asistencia y participación en la competición de manera segura y cumpliendo los protocolos sanitarios.
- El deporte del Karate y D.A. cuenta en todas sus competiciones con presencia de **personal médico** y sanitario de atención urgente, por lo que, la FAKYDA contará con la opinión y recomendaciones que manifiesten los médicos y personal sanitario presentes en la competición para una mejor adaptación y garantía de cumplimiento de medidas sanitarias.
- Todos los **participantes** deberán asistir provistos de los equipos de protección individual dictaminados por las autoridades sanitarias y por la FAKYDA. Es obligación de cada participante en la competición llevar su propia mascarilla y mantener la distancia social de 1,5 metros.

- Se portará la **mascarilla**, se mantendrá la **distancia** de seguridad y se emplearán los **geles** hidroalcohólicos.
- Se **evitarán** muestras de afecto y cariño o saludos que impliquen contactos físicos con terceros.
- Todos los participantes deberán **atender** las recomendaciones e indicaciones del personal de **organización**.

#### **ACCESO:**

- Todos los **participantes** tendrán que acceder a la instalación de forma **individual**, manteniendo la **distancia** social, por categorías y edades, en el **horario** establecido por la organización y por la **puerta** de acceso determinada.
- Se **notificará** a cada participante (deportistas, técnicos, jueces y árbitros, organización, etc.) la **zona** asignada. Queda expresamente prohibido deambular por zonas no asignadas. Las personas que no respeten las zonas asignadas podrán ser invitadas a abandonar la instalación y se podrá dar traslado a las autoridades competentes de este incumplimiento del protocolo de COVID-19.
- Sólo se **permitirá** el acceso a la instalación deportiva de las personas autorizadas e **inscritas** en la competición.
- Se recomienda que los deportistas accedan a la instalación con el Keikogi.

#### **PESAJE:**

- El pesaje se realizará en la **zona** delimitada de manera **individual** y respetando la distancia social de 1,5 metros.
- Se realizará por **categorías**.
- Los deportistas deberán de llevar **mascarilla** en todo momento.
- Se dispondrán **medidas** de protección y artículos de limpieza y desinfección.

#### **ZONA DE CALENTAMIENTO:**

- Será de uso exclusivo de los **deportistas**.
- Se procurará el mantenimiento de la **distancia** social estableciendo un **aforo** máximo en función de las circunstancias, características de la instalación y deportistas convocados
- Los deportistas podrán estar acompañados por sus **técnicos** deportivos, cuyo número, condiciones de acceso y estancia en la instalación se determinarán para cada competición.



### **COMPETICIÓN:**

- El acceso a la zona de competición será bajo estricta **llamada** de la organización.
- Las **especificaciones** técnicas para la competición se estudiarán y realizarán para cada competición de forma **individualizada**, siendo el objetivo la mayor seguridad para todos los participantes.
- La **Dirección Técnica** de la Federación establecerá las medidas específicas a adoptar en cada competición atendiendo a las recomendaciones de las autoridades competentes, dentro de su competencia técnico-deportiva, con el objeto de reforzar el cuidado, la seguridad y la salud de todos los participantes:
  - Equipos de protección permitidos y obligatorios.
  - Limitación y supresión de modalidades o pruebas deportivas.
  - Modificaciones organizativas, reglamentarias y técnicas para el desarrollo de los encuentros y la competición.
  - Personal necesario para la realización del campeonato.
  - Número máximo de inscritos.
- Se dispondrá de **gel** hidroalcohólico en la zona de competición para que cada deportista pueda usar dicho gel en la entrada y salida a la competición, así como los jueces y árbitros en cada inicio y finalización de su actuación.
- Se contará con el **mínimo** número posible de **personas** para organización, árbitros, mesa de competición, etc.
- En el caso de tener que producirse una intervención **médica**, se aplicarán las normas establecidas por el servicio médico para la asistencia sanitaria.
- **No** se podrán **compartir** botellas de agua o cualquier otro líquido, debiendo hacer un uso individual exclusivo.
- **No** se podrán compartir el **material** deportivo necesario para la práctica deportiva.

### **ENTREGA DE MEDALLAS:**

- Los **medallistas** del campeonato y las personas encargadas de la entrega de medallas atenderán a la entrega de premios **cumpliendo** las medidas de seguridad:
- Deberán portar obligatoriamente **mascarilla**.
- Se situarán manteniendo la **distancia** de seguridad interpersonal entre todos ellos.



- Se deberá usar **gel** hidroalcohólico para la limpieza de las manos.
- Se **evitarán** saludos y muestras de afecto y otras formas de contacto.
- La entrega de medallas se realizará a través de una **bandeja**, previamente desinfectada, de donde el deportista cogerá su medalla correspondiente.

***MATERIAL MÍNIMO NECESARIO EN LA INSTALACIÓN:***

- **Termómetro** digital de toma de temperatura externa.
- Cubas o **alfombras** desinfectantes para calzado.
- **Gel** de desinfectante de manos en la entrada a la instalación, la zona de pesaje, la zona de calentamiento, la zona de competición y los vestuarios.
- Contar con guantes y mascarillas para ser distribuidas de forma excepcional o en caso de necesidad, así como material de limpieza y desinfección.



***Todos los participantes son responsables directos del cumplimiento de estas normas.***



## PÚBLICO

- La presencia de público estará supeditada a la normativa en vigor en cada momento para el control de la infección.
- El público deberá permanecer en las butacas preasignadas guardando la distancia de seguridad de al menos 1,5 m, siendo obligatorio el uso de la mascarilla, así como las medidas de higiene y etiqueta respiratoria.
- En las competiciones deportivas en las que no sea posible controlar la asistencia de público por imposibilidad de cumplir con lo señalado en el párrafo anterior, o aquellas en las que el número de participantes así lo aconseje, se realizará una autovaloración del riesgo del evento y se solicitará autorización a la Consejería de Salud.

## COORDINACIÓN COVID

- Se designará a una persona, o comité Coordinador COVID, encargada del cumplimiento de todas las medidas de prevención y control establecidas en relación con la infección COVID-19, de la realización de una autovaloración del riesgo de cada evento y de la solicitud del permiso a la Consejería de Salud en caso de que fuera preciso.

## **6. MEDIDAS ANTE UN POSIBLE CASO DE COVID-19**

En el caso de la sospecha y detección de un positivo durante el desarrollo de una actividad oficial de la FAKYDA y siempre bajo la vigilancia de las autoridades sanitarias competentes, se procederá:

### CASO SOSPECHOSO:

- **Aislar** en una sala con las debidas condiciones de seguridad sanitaria y con los suministros necesarios (con termómetro laser, mascarillas, geles, etc.) a la persona a la que se le detecte algún síntoma durante una actividad oficial.
- **Establecer** contacto con el **centro de salud** pública al que corresponda el lugar donde se celebra la actividad para cualquier necesidad y consulta sobre el protocolo a seguir en estos casos.
- **Disponer** del nombre y apellidos y **contacto** de todos los asistentes por si fuera necesarios.

### CASO CONFIRMADO:

- En caso de confirmarse un **caso**, se colaborará y seguirán las **recomendaciones** de Salud Pública.
- Se notificará al centro de salud correspondiente o al sistema de información que determine el **Servicio de Vigilancia Epidemiológica**.
- **Desinfectar** las instalaciones.



## **7. ANEXOS: DOCUMENTOS**

Todo participante en cualquier actividad oficial de la FAKYDA deberá de entregar debidamente firmado la declaración responsable en el Anexo 1 ó 2.

Todo club participante en cualquier competición oficial de la FAKYDA deberá entregar debidamente firmado el Certificado del Club del Anexo 3.

Si una persona o club no presenta ni rellena la declaración responsable se le denegará el acceso a la instalación.

Si una persona no cumple con las medidas higiénico-sanitarias dictaminadas por las autoridades competentes y por la FAKYDA deberá ser expulsado de la instalación y podrá exponerse a recibir una sanción administrativa y federativa.

ANEXO 1: DECLARACIÓN RESPONSABLE Y COMPROMISO DE LOS DEPORTISTAS MENORES DE EDAD.

ANEXO 2: DECLARACIÓN RESPONSABLE Y COMPROMISO DE LOS PARTICIPANTES (Deportistas mayores de edad, técnicos, jueces y árbitros, organización, etc.).

ANEXO 3: CERTIFICADO CLUBES DEPORTIVOS.

## **ANEXO 1**

### **DECLARACIÓN RESPONSABLE Y COMPROMISO DE LOS DEPORTISTAS MENORES DE EDAD**

Sr./a ..... mayor de edad y con DNI..... con número de teléfono..... domiciliado en ..... en nombre propio o como padre/madre/tutor/tutora legal del menor ..... con licencia federativa número..... perteneciente a la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA.

#### **DECLARO RESPONSABLEMENTE**

1. Que tengo pleno conocimiento y conciencia que la práctica del deporte del KARATE Y DISCIPLINAS ASOCIADAS tanto en los entrenamientos como en la competición implica un riesgo de contagio del COVID-19 del cual soy consciente y acepto, en el bien entendido que tendré derecho a poder presentar las reclamaciones oportunas contra aquellas personas que hubieren incumplido las reglas de protección y comunicación establecidas en los protocolos.
2. Que no presento sintomatología compatible con el COVID-19 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) ni cualquier otro síntoma típico de las infecciones, que no he dado positivo ni he tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento y que no me encuentro en aislamiento ni en cuarentena domiciliaria.
3. Que he leído los protocolos de seguridad y las medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 dispuestas por el organizador de la competición y las acepto cumplir de manera responsable, en su totalidad, con las pautas de conducta y comportamiento que allí se establecen, aceptando que la organización del evento puede acordar unilateralmente mi exclusión de la competición y de la instalación deportiva en caso de incumplirlas.
4. Que soy consciente y acepto que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de haber dado positivo o no haber declarado el hecho de haber tenido una relación próxima con personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y la pérdida de la licencia deportiva por toda la temporada.
5. Que acepto que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades en las que pudiera llegar a incurrir ante las autoridades competentes (incluidos los órganos disciplinarios federativos) como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación en el ámbito deportivo-federativo o en otros ámbitos diferentes.
6. Que me comprometo a informar al organizador, la FAKYDA y a mi CLUB de cualquier síntoma que tenga compatible con el COVID-19, el hecho de haber dado positivo o la existencia de cualquier presunto o confirmado caso de covid-19 en el entorno familiar o próximo y me comprometo a mantener puntualmente informado de la evolución de los mismos a los responsables de la competición.
7. Que acepto que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la FAKYDA con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición o actividad, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones, o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación o costes en que hubiese incurrido.

Esta información será tratada de manera confidencial y con la exclusiva finalidad de poder adoptarse las medidas necesarias para evitar el contagio y la propagación del virus. Al cumplimentar el presente documento, el abajo firmante otorga el consentimiento expreso para que la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA pueda hacer un tratamiento de estos datos desde el punto de vista estrictamente médico y de prevención.

Al mismo tiempo y con la firma de este documento se declara conocer las medidas específicas de protección e higiene establecidas en el Protocolo del CSD y de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de KARATE Y DISCIPLINAS ASOCIADAS y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes sin que exista responsabilidad alguna por parte de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA de los contagios que con ocasión de la participación en la competición se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos, firmo

En ..... el ..... de ..... de 20....



## **ANEXO 2**

### ***DECLARACIÓN RESPONSABLE Y COMPROMISO DE LOS PARTICIPANTES***

Sr./a ..... mayor de edad y con DNI..... con número de teléfono..... domiciliado en ..... en nombre propio en mi condición de ..... participante en una competición o actividad oficial de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA.

#### **DECLARO RESPONSABLEMENTE**

1. Que tengo pleno conocimiento y conciencia que la práctica del deporte del KARATE Y DISCIPLINAS ASOCIADAS tanto en los entrenamientos como en la competición implica un riesgo de contagio del COVID-19 del cual soy consciente y acepto, en el bien entendido que tendré derecho a poder presentar las reclamaciones oportunas contra aquellas personas que hubieren incumplido las reglas de protección y comunicación establecidas en los protocolos.
2. Que no presento sintomatología compatible con el COVID-19 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) ni cualquier otro síntoma típico de las infecciones, que no he dado positivo ni he tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento y que no me encuentro en aislamiento ni en cuarentena domiciliaria.
3. Que he leído los protocolos de seguridad y las medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 dispuestas por el organizador de la competición y las acepto cumplir de manera responsable, en su totalidad, con las pautas de conducta y comportamiento que allí se establecen, aceptando que la organización del evento puede acordar unilateralmente mi exclusión de la competición y de la instalación deportiva en caso de incumplirlas.
4. Que soy consciente y acepto que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de haber dado positivo o no haber declarado el hecho de haber tenido una relación próxima con personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y la pérdida de la licencia deportiva por toda la temporada.
5. Que acepto que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades en las que pudiera llegar a incurrir ante las autoridades competentes (incluidos los órganos disciplinarios federativos) como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación en el ámbito deportivo-federativo o en otros ámbitos diferentes.
6. Que me comprometo a informar al organizador, la FAKYDA y a mi CLUB de cualquier síntoma que tenga compatible con el COVID-19, el hecho de haber dado positivo o la existencia de cualquier presunto o confirmado caso de covid-19 en el entorno familiar o próximo y me comprometo a mantener puntualmente informado de la evolución de los mismos a los responsables de la competición.
7. Que acepto que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la FAKYDA con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición o actividad, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones, o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación o costes en que hubiese incurrido.

Esta información será tratada de manera confidencial y con la exclusiva finalidad de poder adoptarse las medidas necesarias para evitar el contagio y la propagación del virus. Al cumplimentar el presente documento, el abajo firmante otorga el consentimiento expreso para que la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA pueda hacer un tratamiento de estos datos desde el punto de vista estrictamente médico y de prevención.

Al mismo tiempo y con la firma de este documento se declara conocer las medidas específicas de protección e higiene establecidas en el Protocolo del CSD y de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de KARATE Y DISCIPLINAS ASOCIADAS y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes sin que exista responsabilidad alguna por parte de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA de los contagios que con ocasión de la participación en la competición se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos, firmo

En ..... el ..... de ..... de 20....

**ANEXO 3**

***CERTIFICADO CLUBES DEPORTIVOS.***

Sr. ...., mayor de edad y con DNI....., con el número de teléfono ..... y domicilio en ..... Calle ..... número..... en calidad de REPRESENTANTE del CLUB .....

***CERTIFICO***

1. Que ningún participante presenta sintomatología compatible con el COVID-19 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones.
2. Que ningún participante ha dado positivo ni ha tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento.
3. Que ningún participante se encuentra en aislamiento o en cuarentena domiciliaria.
4. Que se ha garantizado documentalmente y puesto a disposición de todos los participantes del encuentro los protocolos de seguridad y medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 y que se le ha informado de la exclusión de la competición y de la instalación deportiva para cualquiera de los participantes que incumpla dichas normas.
5. Que es consciente y acepta que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de casos positivos confirmados o personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y, en su caso, pérdida de la categoría deportiva.
6. Que el organizador del encuentro ha registrado a todos los participantes en el mismo a los efectos de poder tener una trazabilidad en caso de que se diera un positivo o síntomas de positivo entre alguno de los participantes que haya tenido contacto estrecho con los demás con ocasión del encuentro.

Al mismo tiempo declara estar informado de las medidas específicas de protección e higiene establecidas en el Protocolo del CSD y de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de KARATE Y DISCIPLINAS ASOCIADAS y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes y del club o entidad que organiza el encuentro, sin que exista responsabilidad alguna por parte de la FEDERACIÓN ASTURIANA DE KARATE Y DA de los contagios que con ocasión de la disputa de la competición se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos, expido este certificado en ....., el ..... de ..... de ..... 20 .....

Firmado: .....

Presidente/Delegado del Club .....

KARATE