



FEDERACIÓN ARAGONESA DE VOLEIBOL

Avda José Atarés, 101. Semisótano. 50018 Zaragoza
TEL: 976730841 E-mail: secretaria@favb.es CIF: G50144849

PROTOCOLO ENTRENAMIENTO DE VOLEIBOL 04/08/2020

Introducción

Ante la conocida situación de aislamiento obligatorio, los/as deportistas se vieron imposibilitados/as a continuar con su actividad. Al interrumpir sus entrenamientos, se truncan deseos, encuentros y la ansiada competición. Esos valores no se recuperan de un día para otro, es un proceso que llevará semanas de trabajo desde los clubes y la Federación. Ese trabajo deberá ser programado, ordenado y sobre todo seguro para todos/as los/as participantes: jugadores/as y entrenadores/as.

Medidas Generales

- 1- Difusión del protocolo y recomendaciones del Ministerio de Salud a los/as entrenadores/as y jugadores/as.
- 2- Sólo podrán participar en los entrenamientos personas con licencia federada/escolar y seguro en vigor.
- 3- Sólo serán admitidas en los entrenamientos personas asintomáticas.
- 4- Toda persona que entre en las instalaciones deberá hacerlo con mascarilla y no quitársela hasta la salida.
- 5- Se habilitará un espacio para que cada participante deje su material y que este separado del resto.
- 6- No se permitirá el ingreso de padres a los recintos de juego.
- 7- Por regla general no se utilizarán las sillas existentes en la instalación. En caso de usarlas en un momento determinado deberán ser desinfectadas a continuación.
- 8- No podrá ingresar otro grupo en el campo de juego hasta que no esté desocupado por el grupo anterior.

Medidas Individuales

- 1- Durante el entrenamiento cada persona deberá disponer de una toalla individual, una botella de agua de uso exclusivo, mascarilla y kits de limpieza propio (toallas desinfectantes o alcohol en gel).
- 2- No tocarse la cara, los ojos y la nariz.
- 3- Cubrirse la nariz y la boca cuando se estornuda con el pliegue del codo o con pañuelo desechable.
- 4- Repetir la higienización con solución hidroalcohólica cada 30 minutos.
- 5- Se prohíbe el saludo con contacto físico con otras personas, respetando siempre las medidas de distanciamiento (mínimo 1,5 m) cuando no se esté en acción de juego.
- 6- Limpiar y desinfectar los balones antes del entrenamiento y al finalizar el entrenamiento.

Federación subvencionada por:





FEDERACIÓN ARAGONESA DE VOLEIBOL

Avda José Atarés, 101. Semisótano. 50018 Zaragoza
TEL: 976730841 E-mail: secretaria@favb.es CIF: G50144849

- 7- Usar mascarilla durante el entrenamiento en caso de hacer juego real y por lo tanto no poder mantener la distancia de 1,5 m.
- 8- No compartir indumentaria: cada deportista deja su mochila en un lugar determinado por el/la entrenador/a, a distancia del resto de mochilas.
- 9- No beber de los mismos recipientes, cada deportista debe tener su propia botella. Se recomienda tener el agua y elementos marcados con el nombre sobre todo en las personas más jóvenes para evitar confusiones.
- 10- Prohibido comer en la instalación.
- 11- Prohibido dejar basura en la instalación. Cada deportista deberá llevarse la basura que genere.
- 12- No se podrá entrar en la instalación con anterioridad de 10 minutos al entrenamiento y en caso de tener que esperar se deberá mantener la distancia de 1,5 metros de seguridad.

Proyecto Práctico de los entrenamientos.

Las instrucciones técnicas deberán ser sin contacto físico con otras personas y respetando siempre las medidas de distanciamiento (mínimo 1,5 m).

En la zona donde están parados/as los/as deportistas deberá ser lo suficientemente amplia para que todos/as tengan una distancia de 1,5 metros entre cada uno/a de ellos/as.

En ejercicios en los que se trabaje la recepción se mantendrán distancias mínimas de 1,5 metros entre receptores/as.

En los ejercicios de colocación para el remate la distancia mínima serán 1,5 metros entre colocador/a y rematador/a.

La acción de bloqueo no se trabajará en las primeras fases para evitar en la medida de lo posible el riesgo de contacto y mantener las distancias de seguridad.

Federación subvencionada por:





FEDERACIÓN ARAGONESA DE VOLEIBOL

Avda José Atarés, 101. Semisótano. 50018 Zaragoza
TEL: 976730841 E-mail: secretaria@favb.es CIF: G50144849

Otros

No se podrá acceder a la actividad con síntomas compatibles con COVID-19 o si no se ha finalizado el período de aislamiento por enfermedad diagnosticada, o que se encuentre en periodo de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticado de COVID-19.

Desde Federación queremos haceros partícipes a los/as usuarios/as como ejemplo de imagen y responsabilidad que este deporte puede transmitir, la disciplina en la higiene y las medidas que adoptamos son para el bien de los/as usuarios/as y sus familiares, desde el conjunto pedimos máximo respeto, entre todos/as conseguiremos llegar a nuestra meta. La “nueva normalidad”.

Federación subvencionada por:

