



Mesures per al retorn a l'activitat física del món federat i professional Fase 0 del 4 al 10 de maig

Esportistes professionals i d'alt nivell

- Els esportistes professionals i els esportistes considerats d'alt nivell pel Consejo Superior de Deportes podran realitzar activitat física de manera individual, a l'aire lliure, dins la província de residència i sense limitació horària i de durada.
- Els entrenaments no es poden dur a terme en instal·lacions esportives. Es podran utilitzar els instruments i l'equipament necessari per a la pràctica.
- Les modalitats d'esport adaptat o paralímpiques es podran realitzar en acompanyament d'una persona. Sempre amb mesures per garantir la higiene personal i caldrà que ambdues persones utilitzin mascareta
- Es permet la presència d'un/a entrenador/a sempre que sigui necessari i mantenint les mesures d'higiene i distanciament social.
- Amb caràcter general la distància de seguretat ha de ser de dos metres, tret de la utilització de bicicletes, patins o implements similars que serà de deu metres.

Altres esportistes federats

- Els esportistes federats no considerats en l'apartat anterior, podran entrenar-se individualment a l'aire lliure dues vegades al dia, seguint les franges horàries establertes (6-10h i 20-23h) i dins el terme municipal de residència.
- Els entrenaments no es poden desenvolupar en instal·lacions esportives.
- No està permesa la presència de personal tècnic ni auxiliar.

Esportistes de lligues professionals

- Els esportistes de lligues professionals (Primera i Segona Divisió A de futbol i lliga ACB de bàsquet) podran realitzar entrenaments de caràcter bàsic.
- S'entén per entrenament de caràcter bàsic a l'entrenament individualitzat, desenvolupat als centres d'entrenament de les entitats i adaptat a les necessitats de cada modalitat esportiva.
- Cal respectar les mesures d'higiene i distanciament social: distància mínima de 2 metres, rentat de mans i us de proteccions sanitàries per a esportistes i personal auxiliar de les instal·lacions.

Informació extreta dels documents que podeu consultar als enllaços d'interès.

@ daee@cebllob.cat

☎ 676 621 829

🕒 Dilluns i dimecres de 15:30 a 19:30 hores
Dimarts i dijous de 9.00 a 13.00 hores

📍 Parc de Torreblanca, Carretera N-340
Sant Feliu de Llobregat
(Consell Esportiu del Baix Llobregat)

ENLLAÇOS D'INTERÈS

- [Comunicat de la SGEAF en relació al retorn a la pràctica de l'activitat física i l'esport per part del món federat i professional](#)
- [BOE 03/05/2020](#)