

DEPARTAMENT D'ATENCIÓ A LES ENTITATS ESPORTIVES DEL BAIX LLOBREGAT

RELACIÓ DE FASES DE TORNADA A LA NOVA NORMALITAT EN EL SECTOR ESPORTIU

FASE 0 ([BOE Núm. 121 a 1 de maig del 2020](#), [BOE Núm. 123 a 3 de maig del 2020](#))

MESURES COMUNES I ÚNIQUES PER A L'ESPORT INDIVIDUAL NO FEDERAT:

**Queda permesa la pràctica no professional de qualsevol esport individual sense contacte amb tercers i les passejades a l'aire lliure.*

**Aquestes activitats es podran dur a terme una vegada al dia, dins les franges establertes (6.00-10.00h i 20.00h-23.00h), de manera individual, les persones que per necessitat necessitin sortir acompanyades ho podran fer amb una persona cuidadora habitual.*

**Les passejades es realitzaran amb una distància no superior a 1 quilòmetre, respecte al domicili. Aquesta limitació no serà aplicable a les pràctiques no professionals de qualsevol esport individual que es podran realitzar dins el municipi de residència.*

**No està permès l'ús d'instal·lacions esportives.*

ESPORTISTES FEDERATS

- Activitat dins els límits del terme municipal de residència.
- Possibilitat d'accedir lliurement als espais naturals on han de desenvolupar la seva pràctica esportiva.
- Les disciplines d'esport adaptat poden realitzar-se amb acompanyament d'un/a altre esportista. La distància de seguretat es reduirà al mínim necessari per a la pràctica, ambdues persones amb mascareta i prenent les mesures higièniques necessàries.
- La distància de seguretat interpersonal serà de 2 metres, exceptuant en l'ús de bicicletes, patins i implements del mateix tipus on la distància serà de 10 metres.
- No està permesa la presència d'entrenadors i personal auxiliar durant l'entrenament.
- La llicència esportiva és suficient acreditació.

ESPORT PROFESSIONAL I ESPORTISTES 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 seva província de residència i sense limitació de durada ni d'horari de pràctica. En cas que s'hagi de desplaçar fora de la seva província necessitarà un certificat de la Federació esportiva o del centre d'entrenament.
- 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 exclusiu 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 per esportista sempre que sigui necessari i complint les mesures d'higiene i distanciament social.
- Amb caràcter general la distància de seguretat ha de ser de dos metres, tret en la utilització de bicicletes, patins o implements similars que s'augmentarà a deu metres.
- 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 ús de proteccions sanitàries per a esportistes i personal auxiliar de les instal·lacions.

FASE 0 AMPLIADA (Regions sanitàries de Barcelona ciutat i les àrees metropolitanes nord i sud) ([BOE Núm.138, 16 de maig del 2020](#))

MESURES COMUNES I ÚNIQUES PER A L'ESPORT INDIVIDUAL NO FEDERAT:

A les mesures implementades a la fase 0 s'afegeix el següent punt:

**Les instal·lacions esportives a l'aire lliure i els centres esportius coberts han de romandre tancats i per tant no s'hi podrà desenvolupar la pràctica esportiva.*

ESPORTISTES FEDERATS

A les mesures implementades a la fase 0 s'afegeixen els següents punts:

- Els esportistes federats podran realitzar la pràctica esportiva a l'aire lliure 2 vegades al dia en l'àmbit territorial de la seva regió sanitària, mantenint les franges horàries de 6h a 10h i de 20h a 23h en municipis de més de 5.000 habitants.
- Les instal·lacions esportives a l'aire lliure i els centres esportius coberts han de romandre tancats i per tant no s'hi podrà desenvolupar la pràctica esportiva.

ESPORT PROFESSIONAL I ESPORTISTES D'ALT NIVELL

A les mesures implementades a la fase 0 s'afegeixen els següents punts:

- Es permet l'obertura dels Centres d'Alt Rendiment i els centres de tecnificació reconeguts per l'administració competent, en les condicions establertes pels articles 38 i 40 de l'ordre 399/2020.
- Els equips de lligues professionals poden desenvolupar entrenaments de caràcter mitjà (en grups de màxim 10 persones) amb les condicions de seguretat i higiene que estableix l'ordre 399/2020.

FASE 1 (BOE Núm. 130 a 9 de maig del 2020)

MESURES COMUNES I ÚNIQUES PER A L'ESPORT INDIVIDUAL NO FEDERAT:

- Obertura d'instal·lacions esportives a l'aire lliure (1) i centres esportius per a realitzar activitats esportives, amb limitacions.** Queden excloses les piscines i les zones d'aigües. Podrà accedir qualsevol ciutadà que desitgi realitzar activitat física mitjançant cita prèvia, concertada amb la entitat gestora de la instal·lació.
 - En aquestes instal·lacions es permetrà la pràctica esportiva individual o de modalitats que es poden desenvolupar per un màxim de dues persones sense contacte físic i mantenint la distància de seguretat de 2 metres.*
 - Es respectarà el límit del 30% d'aforament màxim en l'ús esportiu de la instal·lació com en l'accés a aquesta. Habilitant un sistema d'accés que eviti acumulació de persones i respecti la normativa d'higiene i distanciament social.*
- Exclusivament a les instal·lacions a l'aire lliure podrà accedir amb els/les esportistes un/a entrenador/a per persona en el cas que resulti necessari, circumstància que caldrà acreditar degudament, amb exempció de les persones amb diversitat funcional o menors que requereixen la presència d'un acompanyant.**
 - Les instal·lacions i centres esportius de titularitat pública o privada, podran oferir serveis esportius dirigits al desenvolupament d'activitat física amb caràcter individualitzat i amb cita prèvia.*
 - L'activitat esportiva s'organitzarà de manera individualitzada, sense contacte físic, per torns prèviament estipulats i evitant l'acumulació de persones als accessos, tant en l'inici com en la finalització dels torns.*
- L'activitat esportiva individualitzada en centres esportius (gimnasos) només permetrà l'atenció a una persona per entrenador i per torn. Si el centre disposa de diversos entrenadors podrà prestar servei individualitzat a tantes persones com entrenadors disposi, sempre mantenint la normativa de no superar el 30% de l'aforament i mantenint sempre la distància mínima de 2 metres.**
 - En cap cas s'obriran els vestuaris i zones de dutxes. En casos estrictament necessaris s'habilitaran espais auxiliars amb ocupació màxima d'una persona i en els casos que es necessiti assistència podrà accedir una persona acompanyant.*
 - Caça i pesca queden excloses d'aquestes mesures.*
- (1) Són instal·lacions esportives a l'aire lliure les que no tinguin ni sostre ni parets.**

ESPORTISTES FEDERATS

- Els esportistes federats podran realitzar la pràctica esportiva a l'aire lliure 2 vegades al dia en l'àmbit territorial de la seva regió sanitària, mantenint les franges horàries de 6h a 10h i de 20h a 23h en municipis de més de 5.000 habitants.

ESPORT PROFESSIONAL I ESPORTISTES D'ALT NIVELL

- Obertura dels Centres d'Alt Rendiment.** S'autoritza l'accés a aquests centres als/les esportistes integrats/des en els programes d'Esportistes d'Alt Nivell (DAN), Esportistes d'Alt Rendiment (DAR) i els reconeguts d'Interès Nacional pel Consejo Superior de Deportes.
- Exclusivament podrà accedir amb els/les esportistes un/a entrenador/a en el cas que resulti necessari, circumstància que caldrà acreditar degudament, amb exempció de les persones amb diversitat funcional o menors que requereixen la presència d'un acompanyant.**
- Els esportistes podran accedir al centre d'entrenament (CAR, CEAR, CTD o CETD) més proper a la seva residència dins el territori de la seva província. Si no fos el cas podrien accedir a un centre dins la mateixa comunitat autònoma i com última opció a un centre de la comunitat autònoma tocant, amb un certificat de la Federació esportiva o del centre d'entrenament.**
- Els entrenaments es realitzaran preferentment de manera individual i amb exercicis sempre sense contacte i respectant la distància de seguretat establerta pel Ministeri de Sanitat.
- S'establiran torns horaris d'accés i entrenament, amb neteja dels espais utilitzats després de cada torn. Els torns tindran una durada màxima de dues hores i mitja respectant en cada torn, les distàncies de seguretat i respectant el límit del 30% d'aforament.
- Entrenament de caràcter mig en lligues professionals:
- S'entén per entrenament de caràcter mig: Exercici en tasques individualitzades de caràcter físic i tècnic, així com entrenaments tàctics no exhaustius en petits grups d'esportistes fins a un màxim de 10. Mantenint la distància de seguretat de 2 metres i evitant les situacions on es produeixi contacte físic.
- Els entrenaments es duren a terme per torns, evitant superar el 30% de l'aforament per a esportistes de la instal·lació.
- Podrà accedir el personal tècnic necessari per a les sessions sempre mantenint la distància de seguretat i la normativa d'higiene.
- Es podran utilitzar els vestuaris, sempre seguint les mesures de prevenció i higiene indicades per les autoritats sanitàries.
- No estarà permesa la presència de mitjans de comunicació als entrenaments.
- Es podran realitzar reunions tècniques de treball amb un màxim de 10 persones participants, enteses com aquelles sessions teòriques relatives a visionat de vídeos o xerrades tècniques de revisió d'aspectes de caràcter tàctic, tècnic o esportiu relacionades amb les sessions d'entrenament. Sempre mantenint les distàncies de seguretat i utilitzant les mesures de protecció necessàries.

FASE 2 (BOE Núm.138, 16 de maig del 2020)

MESURES COMUNES I ÚNIQUES PER A L'ESPORT INDIVIDUAL NO FEDERAT:

- Obertura d'instal·lacions esportives cobertes per a realitzar activitats esportives amb limitacions.** Podran accedir a aquestes qualsevol persona que desitgi realitzar pràctica esportiva.
 - Es considera instal·lació esportiva coberta, tota aquella instal·lació esportiva, amb independència de si es troba en un recinte obert o tancat, que es trobi completament tancada, que tingui sostre i que permeti la pràctica d'una modalitat esportiva.*
 - L'activitat esportiva requerirà cita prèvia amb la entitat gestora de la instal·lació. S'organitzaran torns horaris, fora dels quals no es podrà romandre a la instal·lació.*
 - Es permetrà la pràctica esportiva individual o aquelles modalitats que es poden desenvolupar per un màxim de dues persones, sempre sense contacte físic, mantenint les mesures de seguretat i protecció i una distància de seguretat de 2 metres.*
 - Es respectarà el límit del 30% de l'ús de l'aforament esportiu de la instal·lació, tant en l'accés com en la pràctica. Facilitant un sistema d'accés que compleixi amb les mesures de seguretat i protecció sanitària i eviti l'acumulació de persones.*
- Exclusivament podrà accedir amb els/les esportistes un/a entrenador/a per persona en el cas que resulti necessari, circumstància que caldrà acreditar degudament, amb exempció de les persones amb diversitat funcional o menors que requereixen la presència d'un acompanyant.**
 - Es podran utilitzar els vestuaris respectant les mesures generals de prevenció i higiene.*
- Les piscines a l'aire lliure i cobertes podran ser utilitzades per qualsevol persona, amb preferència per als/les esportistes federats en modalitat esportives que es desenvolupin en el medi aquàtic: natació, salvament i socorrisme, triatló, pentatló modern i activitats subaquàtiques.**
 - Es respectarà el límit del 30% de la capacitat d'aforament en ús esportiu de cada piscina, exceptuant quan la piscina es divideixi per carrers d'entrenament, situació en la qual només podrà exercitar-se un/a esportista per carrer.*

ESPORTISTES FEDERATS

- Entrenament de caràcter bàsic en lligues no professionals federades dirigit a una modalitat esportiva.
- S'entén per entrenament de caràcter bàsic a l'entrenament individualitzat, adaptat a les especials necessitats de cada modalitat esportiva, desenvolupat als centres d'entrenament de les entitats o en altres instal·lacions que es trobin obertes i respectant les normatives d'higiene i distanciament social.
- La federació esportiva corresponent emetrà la deguda acreditació als/les esportistes integrats en aquesta. Considerant-se la llicència federativa suficient acreditació.
- Els esportistes federats podran realitzar la pràctica esportiva a l'aire lliure en l'àmbit territorial de la seva província, mantenint les franges horàries de 6h a 10h i de 20h a 23h en municipis de més de 5.000 habitants.
- Es permet l'activitat cinegètica, la pesca esportiva i recreativa en totes les seves modalitats sempre es respectin la distància de seguretat i les mesures d'higiene i prevenció. Si no és possible mantenir la distància serà obligatori l'ús de mascareta, no es compartiran utensilis de caça o pesca, ni menjar ni beguda i s'hauran de desinfectar es utensilis de caça i pesca utilitzats.

ESPORT PROFESSIONAL I ESPORTISTES D'ALT NIVELL

- Els clubs esportius professionals o societats anònimes esportives podran desenvolupar entrenaments de caràcter total dirigits a una modalitat esportiva específica, complint amb les corresponents mesures de prevenció i higiene.
- S'entén per entrenament de caràcter total al desenvolupament de tasques dirigides a la fase prèvia de la competició, inclòs els treballs tàctics exhaustius, que incloguin accions conjuntes en grup de varis/es esportistes, fins a un màxim de 14 persones.
- Les tasques d'entrenament es desenvoluparan sempre que sigui possible per torns . Evitant superar el 50% de la capacitat de la instal·lació per a els/les esportistes.
- Podran assistir a la sessió d'entrenament i el personal tècnic necessari i el personal de suport auxiliar imprescindible.
- Es podran utilitzar els vestuaris.
- Es podran desenvolupar reunions tàctiques de treball amb un màxim de 15 participants, inclòs el/la tècnic/a. Caldrà respectar la distància de seguretat i utilitzar les mesures de protecció necessàries.
- Els/les àrbitres podran accedir a les instal·lacions per al seu entrenament específic, en el mateix règim i amb les mateixes condicions aplicables als/les esportistes i personal tècnic i d'acord amb les normatives que regules les instal·lacions esportives a l'aire lliure i cobertes.
- A les sessions d'entrenament no podran accedir mitjans de comunicació.
- Reobertura de campionats professionals mitjançant partits a porta tancada que podran ser retransmesos, sempre que la evolució de la situació sanitària ho permeti.
- El nombre de persones que podran accedir als estadis i pavellons esportius on la competició professional es desenvolupi, per garantir el funcionament d'aquest espais, es determinarà pel Consejo Superior de Deportes amb anterioritat al inici de la competició.

FASE 3 (INFORMACIÓ PROVISIONAL)
MESURES COMUNES I ÚNIQUES PER A L'ESPORT INDIVIDUAL NO FEDERAT:

- **Espectacles i activitats esportives en espais a l'aire lliure amb aforament menys limitat, en termes similars les activitats culturals i d'oci d'aquesta fase. (1/2 de l'aforament)**
- **Espectacles i activitats esportives en espais tancats, només per a modalitats esportives que no existeixi contacte o amb un baix risc de contagi. (Públic limitat a una persona per cada m2).**
- **Partits amb un màxim de 1/3 de l'aforament, garantint sempre la separació de seguretat entre els espectadors i activitats esportives a l'aire lliure o amb un màxim de 1/3 de l'aforament de gimnasos sense poder utilitzar els vestuaris.**

ESPORTISTES FEDERATS

- **Entrenament de caràcter mig en lligues no professionals federades:**
- **S'entén per entrenament de caràcter mig: Exercici en tasques individualitzades de caràcter físic i tècnic, així com entrenaments tàctics no exhaustius en petits grups d'esportistes fins a un màxim de 10. Mantenint la distància de seguretat de 2 metres i evitant les situacions on es produeixi contacte físic.**
- **Els entrenaments es duren a terme per torns, evitant superar el 30% de l'aforament per a esportistes de la instal·lació.**
- **Podrà accedir el personal tècnic necessari per a les sessions sempre mantenint la distància de seguretat i la normativa d'higiene.**

REGIONS SANITÀRIES A CATALUNYA (Font: gencat.cat)



Comarques de: Alt Urgell, Alta Ribagorça, Cerdanya, Pallars Jussà, Pallars Sobirà i Vall d'Aran



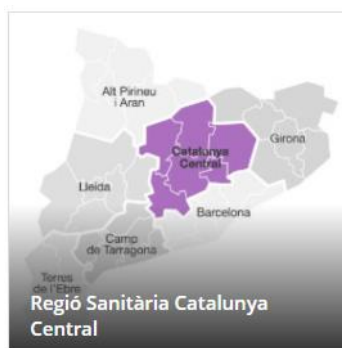
Comarques de: Garrigues, Noguera, Pla de l'Urgell, Segarra, Segrià i Urgell



Comarques de: Alt Camp, Baix Camp, Baix Penedès, Conca de Barberà, Priorat i Tarragonès



Comarques de: Baix Ebre, Montsià, Ribera d'Ebre i Terra Alta



Comarques de: Anoia, Bages, Berguedà, Moianès, Osona i Solsonès



Comarques de: Alt Empordà, Baix Empordà, Garrotxa, Gironès, Pla de l'Estany, Ripollès i Selva.
Municipis de: Calella, Canet de Mar, Malgrat de Mar, Palafròls, Pineda de Mar, Sant Cebrià de Vallalta, Sant Iscle de Vallalta, Sant Pol de Mar, Santa Susanna i Tordera



3 àmbits:

- Àmbit Metropolità Nord: Barcelonès Nord, Maresme, Vallès occidental i Vallès Oriental
- Àmbit Metropolità Sud: Alt Penedès, Baix Llobregat, Garraf i Barcelonès Sud
- Barcelona ciutat

Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:



- **Esport individual no federat:** és aquella pràctica esportiva lliure i individualitzada, sense necessitat d'inscripció en una federació esportiva per a la seva pràctica. Activitat permesa una vegada al dia dins les franges horàries establertes (6.00 a 10.00h i 20.00 a 23.00h) en municipis de més de 5.000 habitants, dins els límits territorials del seu municipi de residència.
- **Esport federat:** és aquella pràctica esportiva regulada per la normativa de la federació esportiva corresponent. En aquesta diferenciació es refereix als esportistes adscrits a una federació esportiva, i per la qual cosa compten amb una llicència federativa que els acredita per a realitzar activitat física dues vegades al dia dins les franges horàries establertes (6.00 a 10.00h i 20.00 a 23.00h) en municipis de més de 5.000 habitants, dins els límits territorials de la seva regió sanitària.
- **Esport professional i esportistes d'alt nivell:** aquesta categoria inclou els esportistes professionals d'acord amb el Real Decreto 1006/1985, de 26 de juny amb el qual es regula la relació laboral especial dels i les esportistes professionals, els i les esportistes qualificats pel *Consejo Superior de Deportes* com a esportistes d'alt nivell o d'interès nacional. En aquesta categoria també estan inclosos els esportistes integrats en clubs i societats anònimes esportives que participen en lligues professionals (1^a i 2^a divisió A de futbol masculí i lliga ACB de bàsquet).
- **Instal·lacions esportives a l'aire lliure:** són aquelles instal·lacions que no tinguin sostre ni parets de manera simultània.
- **Instal·lacions esportives cobertes:** Es considera instal·lació esportiva coberta, tota aquella instal·lació esportiva, amb independència de si es troba en un recinte obert o tancat, que es trobi completament tancada, que tingui sostre i que permeti la pràctica d'una modalitat esportiva.
- **Entrenament esportiu de caràcter bàsic:** s'entén com a l'entrenament individualitzat, adaptat a les especials necessitats de cada modalitat esportiva, desenvolupat als centres d'entrenaments dels qual disposin les entitats o altres instal·lacions que es trobin obertes al públic i sempre respectant les corresponents mesures de prevenció i higiene.
- **Entrenament esportiu de caràcter mig:** s'entén com a l'entrenament amb tasques individualitzades de caràcter físic i tàctic, així com entrenaments tàctics no exhaustius, en petits grups d'esportistes, fins a un màxim de 10 mantenint les distàncies de seguretat de 2 metres i evitant en tot cas les situacions on es pugui produir contacte físic. La realització de les tasques d'entrenament es desenvoluparà sempre que sigui possible per torns, evitant superar el 30% de l'aforament per a esportistes que tingui la instal·lació, amb l'objectiu de mantenir les distàncies de seguretat.

Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:

