

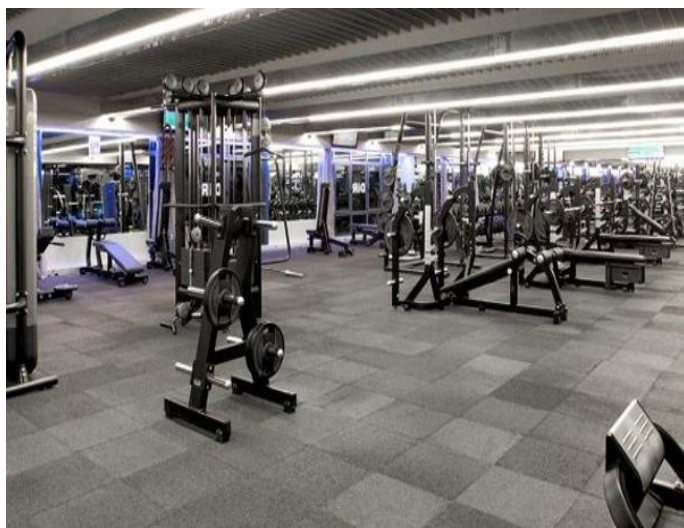
Información ofrecida por el servicio de Dinamización Deportiva de la Mancomunidad de Municipios Siberia en virtud de la orden SND/399/2020, de 9 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 1 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, publicado en el BOE número 130, se trasladan a los ayuntamientos las siguientes pautas para la práctica de actividad física y deporte.

Actividad deportiva individual en centros deportivos

Se llevará a cabo bajo las siguientes condiciones

- Sistema de cita previa, que establezca turnos
- Sin contacto físico
- Un usuario por cada entrenador (que será imprescindible)
- Podrá haber tantos usuarios como entrenadores, siempre que no se supere el 30% del aforo y siempre manteniendo las medidas de distanciamientos entre todos los presentes.
- Vestuarios y duchas cerrados
- Limpieza y desinfección antes de la reapertura

Se procederá a la limpieza y desinfección del material después de cada uso



Actividad física en la vía pública

Se siguen las mismas recomendaciones que para la fase 0, es decir:

- Horario de 8:00-23:00, por ser localidades de menos de 5000 habitantes
- Los paseos se podrán realizar acompañados siempre que sean miembros de la misma unidad familiar, como mucho a 1km del domicilio y una vez al día
- Actividad física individual. (carreras, ciclismo, patinaje, ...), dentro de los límites del municipio.



**DINAMIZACIÓN DEPORTIVA
DE EXTREMADURA** #SOMOSDEPORTE



JUNTA DE EXTREMADURA
DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTES



Actividad física en instalaciones deportivas al aire libre

Se podrán abrir las instalaciones deportivas al aire libre, que según el boe se definen como: “toda aquella instalación deportiva descubierta, con independencia de que se encuentre ubicada en un recinto cerrado o abierto, que carezca de techo y paredes simultáneamente, y que permita la práctica de una modalidad deportiva.”

El uso de estas instalaciones se realizará bajo las siguientes condiciones:

- Se llevará a cabo su limpieza y desinfección antes de la reapertura
- El acceso a ésta será siempre bajo cita previa, que regulará la entidad gestora.
- Se permite la práctica deportiva individual o aquéllas que se pueden realizar por un máximo de 2 personas en el caso de modalidades así practicadas.
- Siempre sin contacto físico y manteniendo al menos 2 metros de separación
- Límite de 30% de capacidad del aforo de uso deportivo en cada instalación
- Podrá acceder con los deportistas un entrenador si es necesario, y este hecho se acredita debidamente. No se podrán hacer actividades dirigidas. La presencia del entrenador se considera necesaria cuando tenga que preparar a un deportista para una práctica concreta y será acreditado por la federación del deporte correspondiente.
- A la finalización de cada turno se deberá hacer una limpieza y desinfección de las zonas comunes
- En cada turno se deberá limpiar y desinfectar el material compartido después de cada uso.
- Al final de la jornada se procederá a la limpieza de la instalación

Ejemplos:

Se permitirá la práctica de tenis, pádel (1x1), atletismo, patinaje, ... o modificaciones de deportes colectivos siempre que sea de forma individual, como lanzar a canasta, lanzamientos a porterías (sin portero), ...

