

Protocolo de retorno a las prácticas de atletismo

06/06/2020

La Confederación Argentina de Atletismo dio a conocer el protocolo para habilitar el retorno a las prácticas del atletismo al aire libre incluyendo las pistas. El mismo ya fue enviado a las autoridades nacionales para su reconocimiento y luego para que sirva de guía a todas las provincias y municipios, que obviamente son quienes pueden resolver sobre en el ámbito de su jurisdicción.

De acuerdo a lo resuelto oportunamente por el Consejo Directivo, a las normativas nacionales vigentes por la situación del Covid-19 y a lo aconsejado por el médico de la institución Darío Souto, el propósito es que se pueda entrenar durante esta cuarentena que atravesamos, en todos los caso dentro del marco jurídico correspondiente a las autoridades públicas respectivas.

PUNTOS IMPORTANTES

El texto incluye una serie de consideraciones generales, recomendaciones para el entrenamiento individual y los requisitos que deberían cumplir las instalaciones deportivas.

Cada uno de los entrenamientos se llevarán a cabo al aire libre, dentro del margen de la pista, y los espacios adyacentes se podrán utilizar para ejercicios complementarios de movilidad y fuerza con peso libre. Teniendo en cuenta que no se habilitarán gimnasios o lugares cerrados ni tampoco los vestuarios del lugar correspondiente del entrenamiento.

Quienes asistan lo deberán hacer con las medidas de distanciamiento social y uso de barbijos, mascarillas o antiparras, portando atomizador con alcohol al 70 por ciento que se usará luego de tocar diferentes objetos con posible

contaminación.

Durante el entreno, la distancia de otro atleta será de más de 20 mts en sentido de adelante y atrás, y de 2 mts lateral si se mueven en la misma línea. En las pausas se mantendrá la distancia con entrenador y otros atletas de más de 2 mts y no se compartirán los elementos personales.

Y durante la sesión del entreno de alta intensidad se liberarán de barbijos y mantendrán las distancias antes mencionadas

Mientras que el entrenamiento se realizará de manera individual, no habiendo contacto físico entre el entrenador y el atleta, ni siquiera para ayudas o correcciones, manteniendo una distancia de seguridad mínima de tres metros entre ellos, en situación de parado. Evitar el uso de instalaciones cerradas.

Luego del entreno se cambia la ropa (la guarda en bolsa cerrada) por otra seca, se coloca ropa de calle con la que se llegó y se retira a su domicilio.