

Pla Sectorial

Utilització Instal·lacions Esportives

(DEPARTAMENT DE PRESIDÈNCIA)

Document aprovat pel Comitè Tècnic del Pla PROCICAT per emergències associades a malalties transmissibles emergents amb potencial alt risc en data 28 d'octubre de 2020

L'etapa de represa a les instal·lacions esportives



A l'etapa de represa de la COVID-19, el “Pla d'acció pel desconfinament esportiu a Catalunya”, aprovat pel PROCICAT, recull les mesures bàsiques de protecció i organitzatives per prevenir el risc de transmissió i afavorir la contenció de la infecció per SARS-CoV-2 al sector esportiu.

Aquest Pla situa el règim jurídic aplicable a les activitats esportives de Catalunya; els criteris generals per a la pràctica de l'activitat física i esportiva organitzades, així com per a les competicions i esdeveniments esportius; la continuïtat de les activitats esportives de lleure i tecnificació per a menors de 18 anys; i les condicions per a la celebració d'assemblees i reunions d'entitats esportives regulades pel Decret Llei 31/2020.

També dedica un apartat a l'àmbit de les instal·lacions esportives, on estableix que es podran desenvolupar activitats esportives en instal·lacions i centres esportius, tant de caràcter individual com col·lectiu, sempre que es garanteixi la distància física interpersonal o fins i tot amb contacte físic, quan es formin grups estables seguint els protocols.

Aquest Pla estableix que el titular de cada instal·lació esportiva, haurà de disposar i actuar d'acord amb un “Pla de contingència” propi que contempli les normes i protocols de prevenció per minimitzar els riscos i la propagació de la pandèmia.

Per tal de facilitar aquesta tasca als titulars i gestors de les instal·lacions esportives, el present document recull, de manera resumida i actualitzada, els principals criteris a tenir en compte en la utilització de les instal·lacions esportives durant l'etapa de represa de la COVID-19, fonamentat en el [Pla d'acció pel desconfinament esportiu a Catalunya](#) i el document [Incidència de la pandèmia de la COVID-19 en els equipaments esportius de Catalunya](#), així com en les normes sanitàries d'aplicació general.

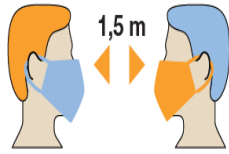
La SGEAF reitera la importància que totes les persones implicades en el sistema esportiu de Catalunya actuïn en tot moment amb la màxima responsabilitat, prudència i sentit comú.

Aquest document recull de manera resumida els criteris a tenir en compte en l'ús de les instal·lacions esportives

Normes generals de prevenció

Extremeu les mesures de prevenció

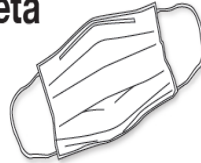
/ Mantingueu la **distància de seguretat**



/ Renteu-vos sovint **les mans**



/ Poseu-vos la **mascareta**



En cas que tingueu símptomes
contacteu amb **061** /Salut Respon

Tallem la cadena de transmissió

/ **Recorda:** la **detecció precoç** de les persones amb **COVID-19** i la **ràpida identificació i aïllament** dels **contactes estrets** és fonamental per **mantenir el control de la pandèmia**.

No ens podem relaxar. Evitem un rebrot!

[Més informació a Canalsalut](#)

- ❑ Les persones usuàries i treballadores han d'acomplir les mesures generals de protecció en tot moment i a tots els espais de les instal·lacions esportives.
- ❑ La limitació general de trobades i reunions de més de 6 persones no és d'aplicació a les activitats esportives si es compleixen els requeriments del pla sectorial, llevat dels àmbits territorials on les autoritats sanitàries dictin restriccions específiques.
- ❑ Només estan permeses les excepcions de l'ús de la mascareta quan es facin activitats incompatibles amb el seu ús i durant el desenvolupament de determinades activitats esportives on dificulta la respiració.
- ❑ S'ha de mantenir la distància de seguretat de 1,5 m habitualment. Només els grups estables podran practicar activitats de contacte, sempre que es garanteixi el compliment dels protocols per formar aquests grups.
- ❑ No poden accedir a la instal·lació esportiva les persones amb la COVID-19, les que hagin estat en contacte estret o les que presentin símptomes compatibles amb la malaltia.

A les instal·lacions esportives s'han d'aplicar les normes de caire general establertes per les autoritats sanitàries

Normes específiques de la instal·lació



Disposar d'un pla de contingència

- Les instal·lacions esportives han de ser espais segurs i exemplars en l'adopció de mesures contra la propagació de la pandèmia de la COVID-19.
- Les instal·lacions que ofereixin un servei esportiu han de disposar d'un pla de contingència d'acord amb les normes sanitàries d'aplicació i amb el Pla d'acció pel desconfinament esportiu a Catalunya.



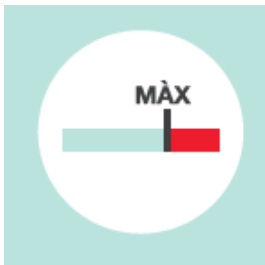
Identificar el responsable de prevenció

- Per aplicar els protocols de prevenció s'ha d'identificar una persona responsable. Aquesta persona, també serà la interlocutora amb l'autoritat sanitària quan sigui necessari.
- Cal establir protocols específics de riscos dels llocs de treball, de protecció, d'higiene, de neteja, de desinfecció i de gestió de residus.



Definir els protocols de protecció i higiene

- Dotar els equips i mitjans necessaris per poder implementar els diferents protocols de la instal·lació.
- Reforçar la renovació natural de l'aire i la ventilació constant dels espais interiors de tota la instal·lació esportiva.
- Establir l'aforament dels espais esportius i complementaris que conformen la instal·lació i aplicar les restriccions que en cada moment dictin les autoritats sanitàries per a determinats àmbits territorials.



Establir l'aforament dels espais

- Amb caire general, es recomana prioritzar aquelles dinàmiques individuals que evitin al màxim, en la mesura del possible, el contacte físic entre esportistes i permetin el manteniment de la distància de seguretat.

Les instal·lacions esportives han de ser espais segurs i exemplars contra la propagació de la pandèmia

Control de les persones usuàries i treballadores



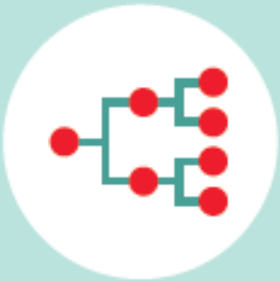
Declaració responsable

- ❑ Tota persona usuària individual o treballadora de la instal·lació haurà de declarar responsablement que no presenta cap símptoma compatible amb la COVID-19, no ser positiu o contacte estret amb una persona contagiada.
- ❑ També ha de declarar que coneix les normes de prevenció adoptades a la instal·lació i que pren el compromís de complir-les.
- ❑ Per permetre l'accés als grups, la persona responsable haurà de certificar que compleixen les condicions establertes per ser considerat un grup estable i permanent, d'acord amb allò que estableix el Pla d'acció pel desconfinament esportiu a Catalunya.



Grups estables

- ❑ S'entendrà com a grups estables i permanents, aquells grups d'esportistes que, de forma continuada, hagin tingut contacte estret en la pràctica esportiva i cap dels seus membres hagi presentat la simptomatologia clínica de la COVID-19 durant el període d'estabilització del grup.

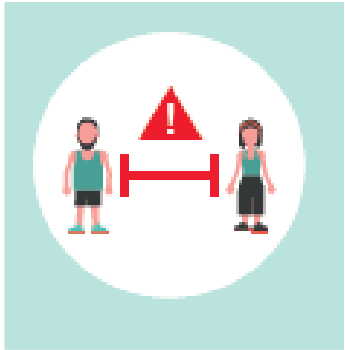


Traçabilitat dels usuaris

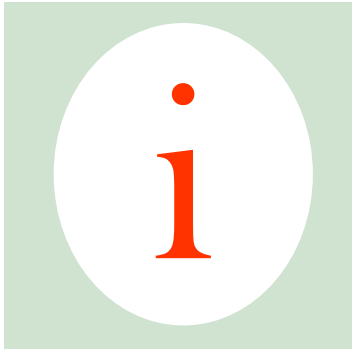
- ❑ El responsable de la instal·lació ha d'adoptar les mesures necessàries per identificar els usuaris que han participat de les activitats programades per assegurar la traçabilitat en cas que es detecti cap positiu entre els participants de les diferents activitats.
- ❑ En relació a la presència de públic a les instal·lacions esportives, es recomana que es limiti al màxim la presència d'espectadors en tota mena de competicions esportives, exceptuant l'acompanyament d'esportistes menors d'edat, els quals podran accedir-hi amb un adult.

Cal evitar que les persones afectades per la malaltia o que presentin símptomes compatibles accedeixin a la instal·lació

Condicions de l'accés i dels recorreguts interiors



Evitar aglomeracions



Informació accessible

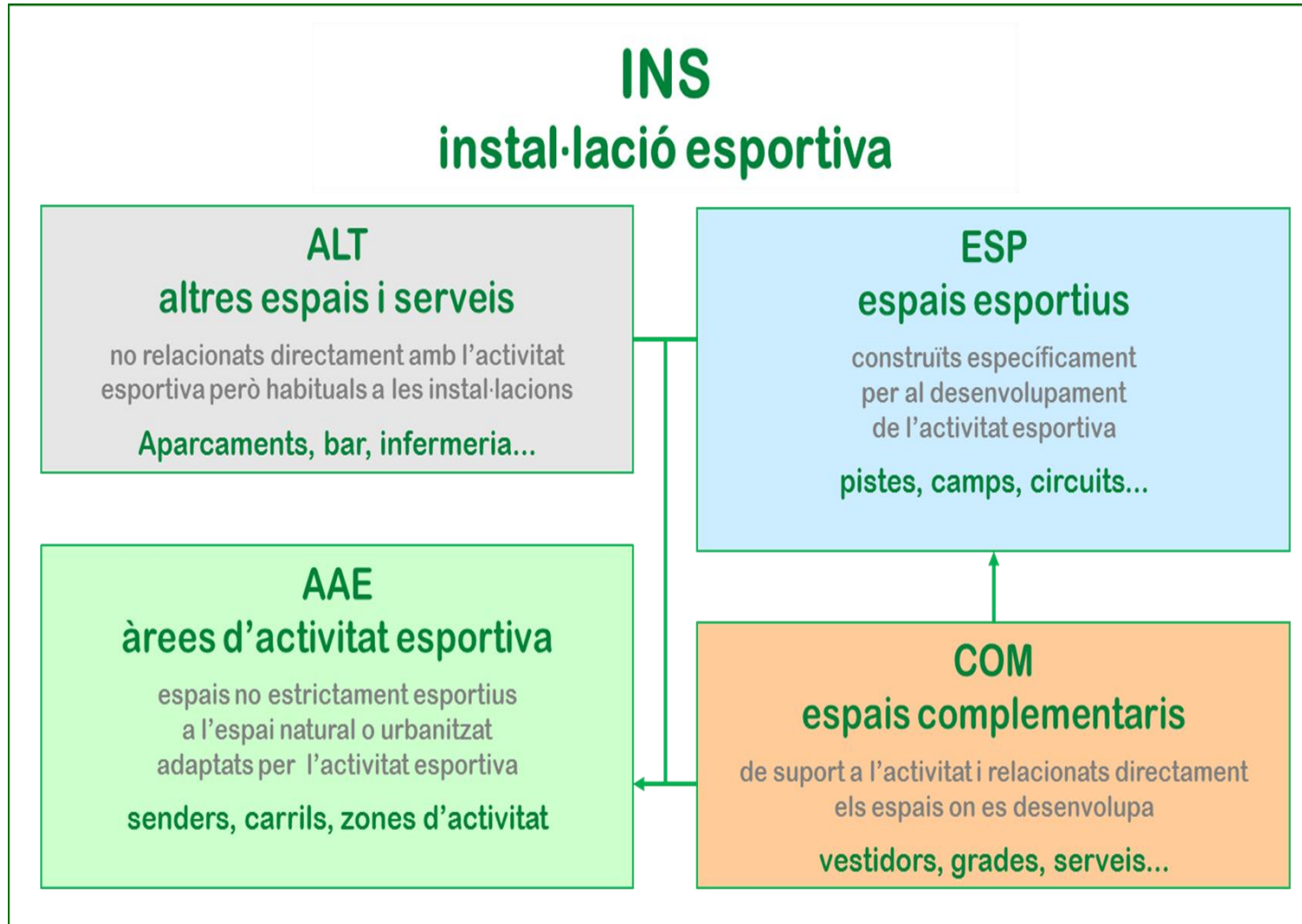


Persones vulnerables

- ❑ Les mesures que s'estableixin pel control i accés a la instal·lació hauran de garantir que s'eviti l'aglomeració de persones usuàries a l'entrada o la sortida, així com a cada espai esportiu o complementari de la instal·lació.
- ❑ Establir, si és necessari, torns d'entrada o un sistema de reserva prèvia per franges horàries. L'assignació horària ha d'evitar que es formin cues o aglomeracions per accedir-hi.
- ❑ Es recomana limitar al màxim la utilització de vestidors i dutxes, prioritzant, especialment per als casos de proximitat, que s'accedeixi a la instal·lació ja canviat/da des de casa
- ❑ Diferenciar l'entrada i la sortida, si és possible, per portes diferenciades. Establir itineraris interiors amb portes obertes, si és compatible amb les mesures de seguretat, de manera que els recorreguts siguin d'un sol sentit i es redueixin els creuaments. Prioritzar l'ús de les escales vers els ascensors. En cas d'utilització de l'ascensor s'ha de limitar a l'ús individual.
- ❑ Evitar la manipulació dels torns d'entrada, manetes de les portes, sistemes d'identificació de tipus digital o tàctil, fonts d'aigua, aixetes, cisternes, interruptors i altres mecanismes, substituint-los per automatismes de detecció de presència o pulsadors temporitzats.
- ❑ Informar en lloc visible, a l'entrada de la instal·lació i de cada espai, de l'aforament, de les normes d'ús i de les mesures de prevenció establertes.
- ❑ Garantir l'accés i la pràctica esportiva de persones vulnerables o sensibles d'acord amb els criteris establerts per les autoritats sanitàries, disposant, si és necessari, mesures específiques i torns exclusius per a les persones de risc especial i majors de 65 anys.

Cal evitar les aglomeracions, la interacció física, reduir els encreuaments i mantenir informats els usuaris.

L'aforament de les instal·lacions esportives









- ❑ El titular o, si escau, la persona responsable de l'organització d'activitats a la instal·lació ha d'establir l'aforament d'ús esportiu de cada espai esportiu i complementari de la instal·lació.
- ❑ Cal diferenciar l'aforament per a ús esportiu que es detalla en aquest document amb l'ocupació màxima calculada per l'evacuació i incendis que apareix a la llicència ambiental de la instal·lació.
- ❑ Als àmbits territorials amb restriccions específiques, serà obligatori reduir l'aforament el % establert per les autoritats sanitàries en cada moment.

[Consulteu aquí les instal·lacions esportives censades al CEEC](#)

L'aforament per a ús esportiu de la instal·lació és la suma dels aforaments dels espais esportius i complementaris

Referències per al càlcul de l'aforament dels espais esportius

- ❑ Per al càlcul de l'aforament dels espais esportius cal tenir en compte que la majoria de les activitats esportives són dinàmiques i incrementen l'exhalació que produeixen les persones. Com a referència, els valors a considerar per als diferents tipus d'espai són els següents:

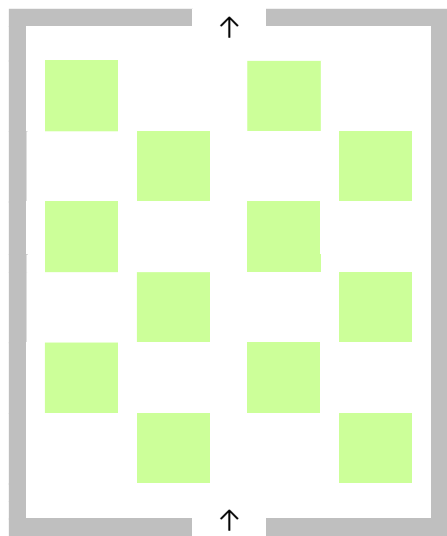
		➤ Les activitats de sala, on la persona pot estar dempeus o estirada a terra, es necessita com a mínim una superfície de 4 m ² /persona (2x2 m), a sales amb aparells s'incrementa a 5 m ² /persona (2x2,5 m).
		➤ Les activitats no estàtiques en piscina, com nedar o banyar-se, es necessita com a mínim una superfície de 6 m ² /persona (3x2 m).
		➤ Les activitats d'equip en pista necessiten per a competició una superfície de 25 m ² /persona (5x5 m) i per a entrenaments un mínim de 12,5 m ² /persona (5x2,5 m).
		➤ Les activitats d'equip en camp necessiten per a competició una superfície de 100 m ² /persona (10x10 m) i per a entrenaments un mínim de 50 m ² /persona (10x5 m).

La superfície necessària augmenta al incrementar-se el desplaçament que requereix l'activitat

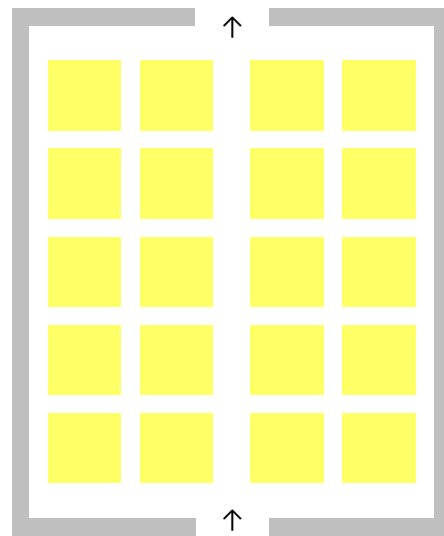
Càlcul de l'aforament per a ús esportiu de les sales

Tipus de sala	Superfície sala (m ²)	Ocupació reduïda (persones)			Ocupació màxima (aforament)
		Baixa 30%	Mitjana 50%	Alta 70%	
Sala d'activitats	80	6	10	14	20
Sala d'activitats	160	12	20	28	40
Sala d'activitats	200	15	25	35	50
Sala amb aparells	100	6	10	14	20
Sala amb aparells	150	9	15	21	30
Sala amb aparells	200	12	20	28	40

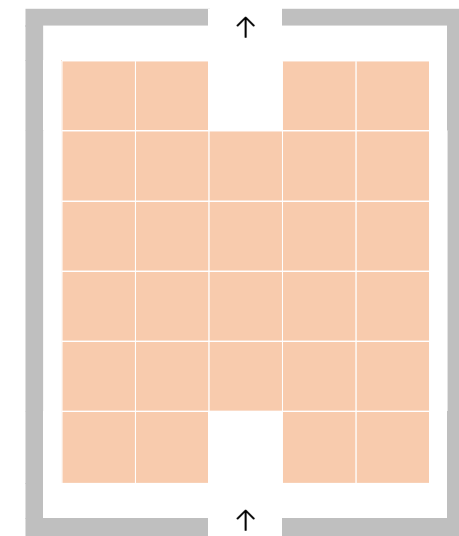
- ❑ Cal considerar com a màxim 1 persona per cada 4 m² a les sales d'activitats i 1 persona per cada 5 m² a les sales amb aparells de musculació i cardiovasculars, sense restriccions (ocupació màxima).
- ❑ Per mantenir la distància de seguretat, s'aconsella marcar a terra una quadrícula de 2 x 2 m, deixant els passos necessaris.



Ocupació baixa
30% aforament = 12 persones



Ocupació mitjana
50% aforament = 20 persones



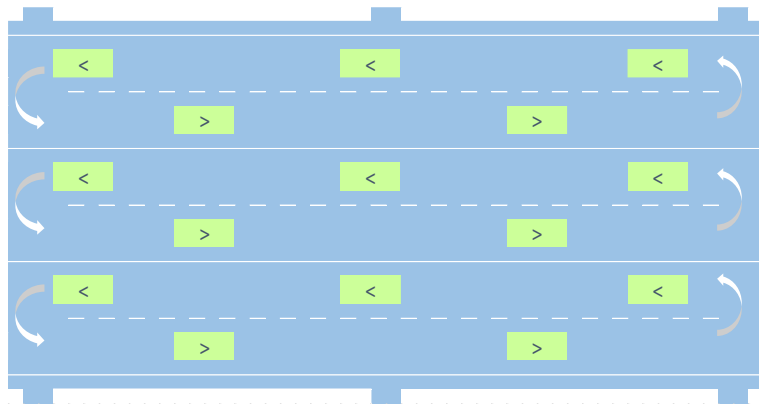
Ocupació alta
70% aforament = 28 persones

Exemple d'aplicació de les reduccions per a una sala d'activitats de 160 m²

Càlcul de l'aforament per a ús esportiu de les piscines

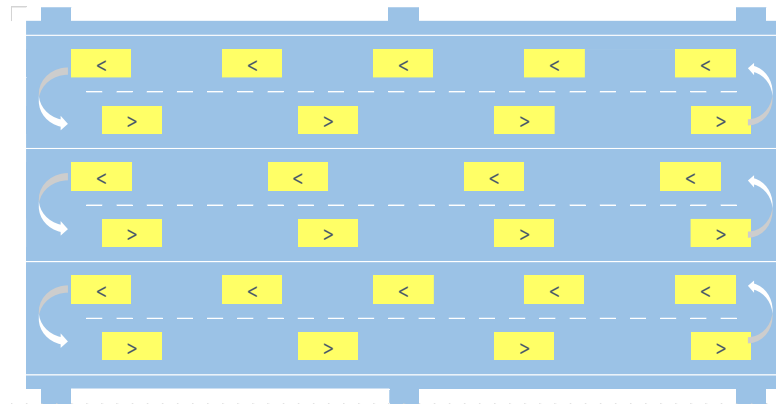
Tipus de vas	Superfície làmina aigua (m2)	Ocupació reduïda (persones)			Ocupació màxima (aforament)
		Baixa 30%	Mitjana 50%	Alta 70%	
Vas de 25 x 12,5 m	312,5	15	26	36	52
Vas de 25 x 16,6 m	416,5	20	34	48	69
Vas de 33 x 25 m	825	41	68	96	137
Vas de 50 x 21 m	1050	52	87	122	175

- ❑ Cal considerar com a màxim d'1 persona per cada 6 m² de làmina d'aigua, sense restriccions (ocupació màxima).
- ❑ Per mantenir la distància de seguretat s'han de prohibir els avançaments i encreuaments al mateix carrer. Per això, o es limita a 1 persona per carrer o s'agrupen els carrers per parelles, un d'anada i l'altre de tornada, diferenciant nivells de natació.



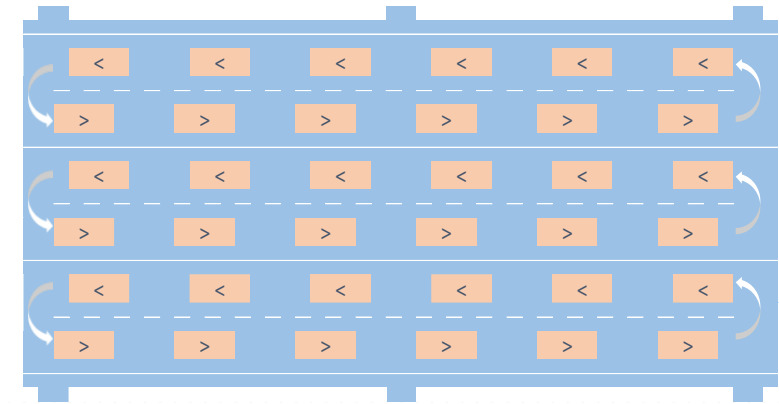
Ocupació baixa

30% aforament = 5 persones cada 2 carrers



Ocupació mitjana

50% aforament = 8/9 persones cada 2 carrers

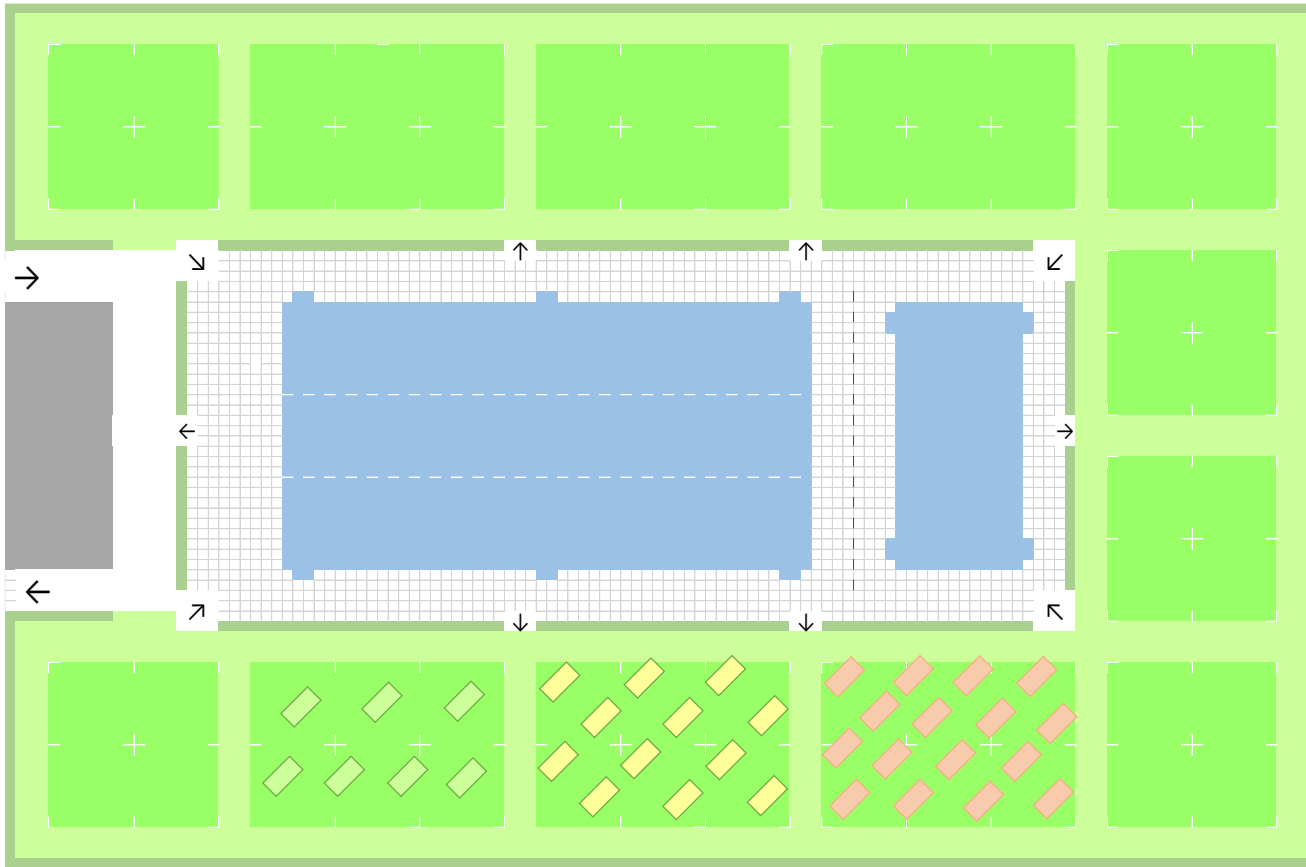


Ocupació alta

70% aforament = 12 persones cada 2 carrers

Exemple d'aplicació de les reduccions a un vas de natació 25 x 12,5 m i 6 carrers de 2 m

Càlcul de l'aforament per a ús recreatiu de les piscines a l'aire lliure



Ocupació baixa

30% aforament

Solàrium: 13,33 m²/persona

Vasos: 15 + 4 = 19 persones

Ocupació mitjana

50% aforament

Solàrium: 8 m²/persona

Vasos: 26 + 6 = 32 persones

Ocupació alta

70% aforament

Solàrium: 5,71 m²/persona

Vasos: 36 + 8 = 44 persones

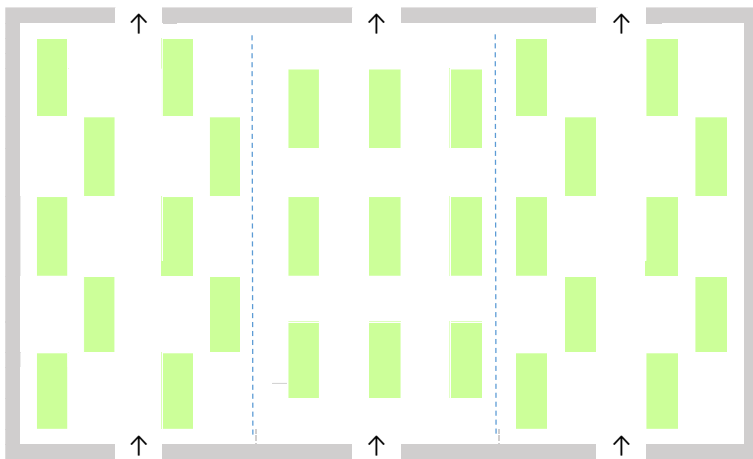
- ❑ A les zones d'estada o solàriums de les piscines a l'aire lliure està establert com a màxim 1 persona cada 4 m², sense restriccions (ocupació màxima).
- ❑ S'aconsella marcar amb banderoles o cons, una quadrícula de 4 x 4 m, deixant els passos necessaris. En cada quadrat podrien estar fins a 4 persones en condicions de normalitat (ocupació màxima).
- ❑ És convenient reservar zones del solàrium per a col·lectius específics (majors, grups i unitats de convivència).
- ❑ Per a ús recreatiu dels vasos s'ha de considerar un màxim d'1 persona per cada 6 m² de làmina d'aigua, sense restriccions (ocupació màxima).
- ❑ És convenient reservar zones dels vasos per a les diferents activitats (nedar, bany lliure i jocs infantils).

Exemple de distribució del solàrium d'una piscina amb vasos de 25 x 12,5 m i 12,5 x 6 m

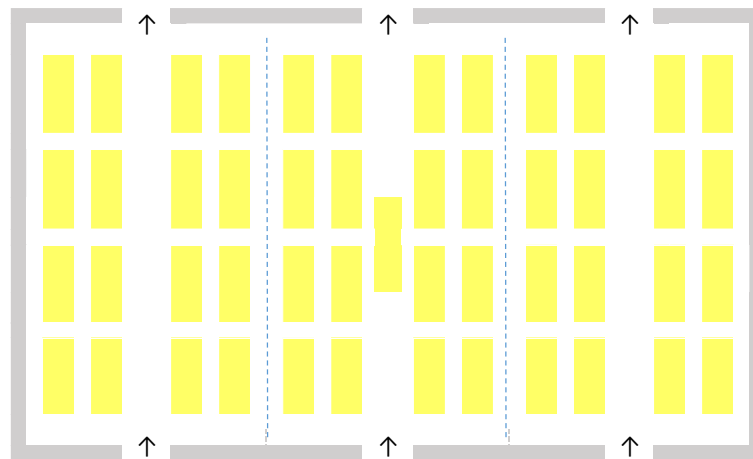
Càlcul de l'aforament per a ús esportiu de les pistes i pavellons

Tipus d'espai	Superfície pista (m ²)	Ocupació reduïda (persones)			Ocupació màxima (aforament)
		Baixa 30%	Mitjana 50%	Alta 70%	
Pista de 32 x 19 m	608	15	24	34	49
Pista de 44 x 22 m	968	23	39	54	77
Pista de 44 x 32 m	1.408	34	56	79	113
Pavelló de 32 x 20 m	640	15	26	36	51
Pavelló de 44 x 23 m	1.012	24	40	57	81
Pavelló de 45 x 27 m	1.215	29	49	68	97

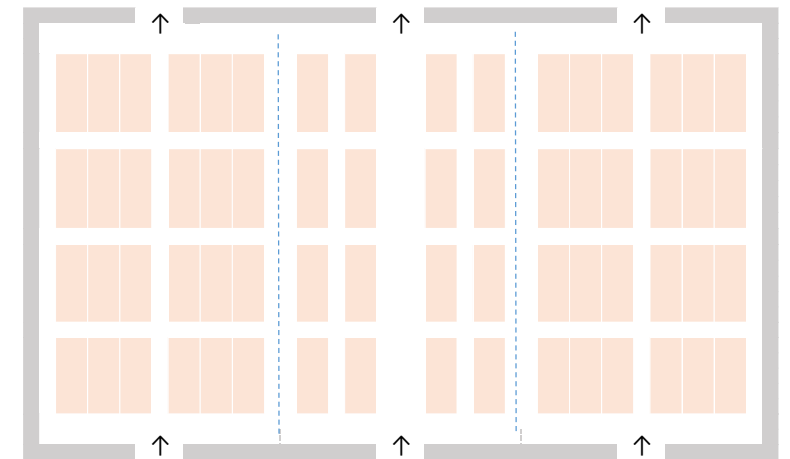
- ❑ Per al càlcul de l'aforament cal tenir en compte la superfície total de l'espai esportiu (marcatges més bandes).
- ❑ Per a entrenaments es requereix un mínim de 12,5 m² (5x2,5 m) per persona (ocupació màxima).
- ❑ S'aconsella dividir la pista en sectors per acollir els diferents grups.



Ocupació baixa: 30% aforament = 29 persones



Ocupació mitjana: 50% aforament = 49 persones



Ocupació alta: 70% aforament = 68 persones

Exemple d'aplicació de les reduccions en un pavelló triple de 45 x 27 m

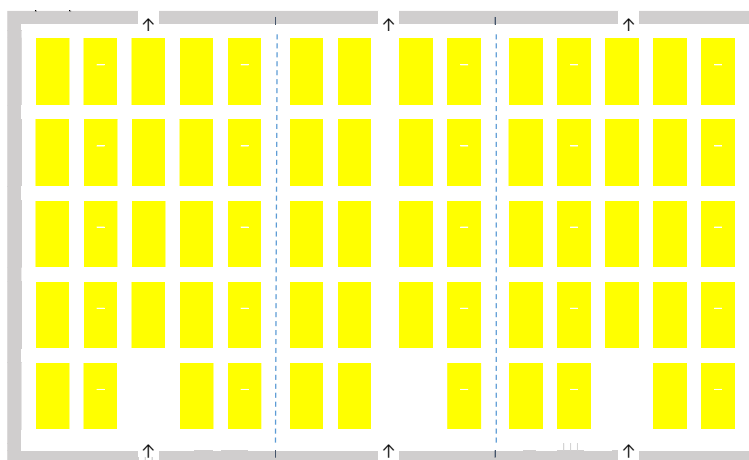
Càlcul de l'aforament per a ús esportiu dels camps

Tipus d'espai	Superfície camp (m ²)	Ocupació reduïda (persones)			Ocupació màxima (aforament)
		Baixa 30%	Mitjana 50%	Alta 70%	
Camp de 53 x 33 m	1.749	10	17	24	35
Camp de 63 x 42 m	2.646	16	26	37	53
Camp de 70 x 48 m	3.360	20	34	47	67
Camp de 95 x 48 m	4.560	27	46	64	91
Camp de 106 x 63 m	6.678	40	67	93	134
Camp de 114 x 73 m	8.322	50	83	117	166

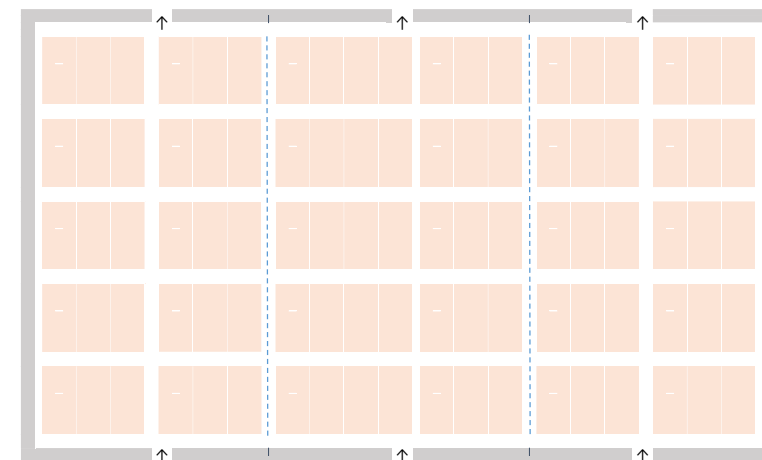
- ❑ Per al càlcul de l'aforament cal tenir en compte la superfície total de l'espai esportiu (marcatges més bandes).
- ❑ Per a entrenaments es requereix un mínim de 50 m² (10x5 m) per persona (ocupació màxima).
- ❑ S'aconsella dividir el camp en sectors per acollir els diferents grups.



Ocupació baixa: 30% aforament = 40 persones



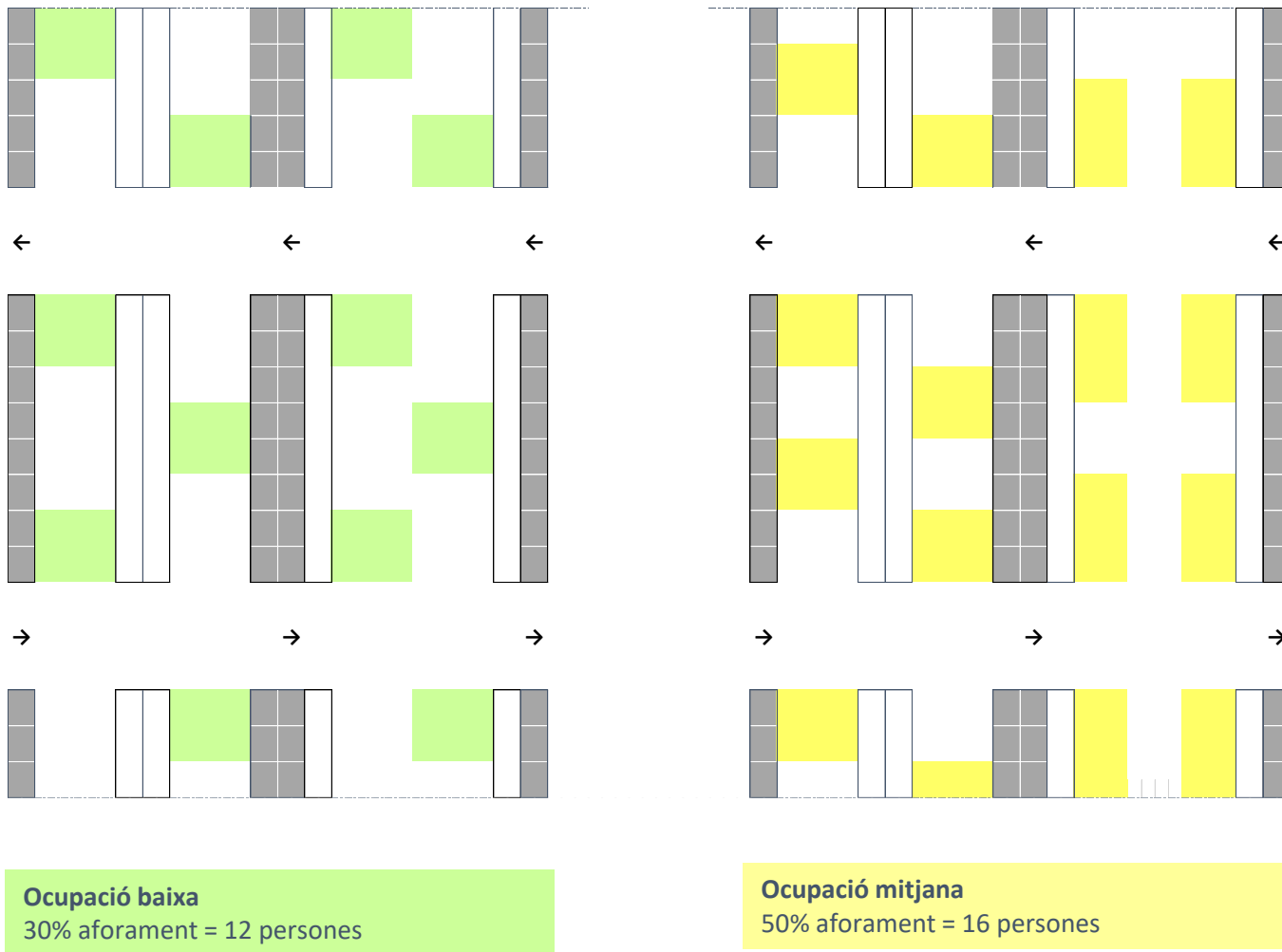
Ocupació mitjana: 50% aforament = 67 persones



Ocupació alta: 70% aforament = 93 persones

Exemple d'aplicació de les reduccions en un camp de 106 x 63 m

Càlcul de l'aforament dels vestidors



- ❑ Cal considerar com a mínim 3 m² de superfície de vestidor per persona.
- ❑ Per garantir la distància entre persones, s'aconsella marcar a terra zones de canvi d'1,5 x 1 m o cercles de superfície equivalent davant del corresponent banc i armariet, separant aquestes zones entre si 1 m com a mínim.
- ❑ S'aconsella fer servir només els armariets situats davant de cada zona de canvi i els assecadors sectoritzats individualment.
- ❑ L'ocupació màxima s'ha de limitar per garantir en tot moment la distància de seguretat d'1,5 m. Si no es pot garantir aquesta distància, caldrà instal·lar mampares protectores.

Exemple de distribució de les zones de canvi d'un vestidor tipus de 100 m²

