



Instituto Navarro del Deporte  
Nafarroako Kirolaren Institutua

## FAQs NUEVA NORMALIDAD.

Dudas y cuestiones en la dirección de correo:  
[covid.deporte@navarra.es](mailto:covid.deporte@navarra.es)

16 de julio

**La Orden Foral 34/2020 de 15 de julio de la consejera de salud adopta medidas preventivas en relación al uso de mascarillas durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID 19 en la Comunidad Foral de Navarra ¿Es necesario hacer uso de la mascarilla durante la práctica deportiva?**

No, no es necesario hacer uso de la mascarilla durante la práctica deportiva, especialmente en aquellas actividades de un esfuerzo alto, y así lo recomienda la OMS. De todas formas se deberán tomar medidas en la medida de lo posible para garantizar la distancia de seguridad en la práctica deportiva, como pueden ser salidas escalonadas, grupos reducidos, etc.

Es obligatorio el uso de mascarilla antes y justo después de la finalización de la actividad y en todo momento, en el tránsito de accesos, flujos de circulación, presentaciones, vestuarios, banquillos, entregas de trofeos, etc, y en todos los espacios comunes que existan en instalaciones y centros deportivos.

6 de julio de 2020

**Voy a organizar un evento en el que participan diferentes categorías y también diferentes especialidades. ¿El límite máximo de los 200 participantes se aplica a cada categoría o especialidad, o es el sumatorio de todas?**

El límite de 200 o del 50% de la participación del año anterior se aplica al sumatorio de la participación de todas las categorías y/o especialidades, con la excepción de si hay una diferencia de 5 horas como mínimo entre la finalización de una prueba y el comienzo de otra.

**En la piscina voy a organizar clases de aquagym. ¿Tengo que respetar los 10 metros cuadrados para uso deportivo o los 2 m que marca para las piscinas recreativas?**

Es suficiente con los 2 metros, dado que el aquagym no está contemplado como modalidad deportiva, sino actividad física y se regirá por el criterio de las piscinas recreativas.

**¿Es necesario tener un control nominal también de los/las espectadores/as de los eventos o competiciones?**

Si es en una instalación deportiva si, y con el número de teléfono con el fin de en un supuesto rebrote, poder trazar toda la red de posibles contagios. Se deberá informar sin que esto suponga aglomeración, del hecho de que la información solicitada será de carácter confidencial y sólo se hará uso de ésta en caso de extrema necesidad.

**¿Se pueden dar avituallamientos en una prueba?**

El consejo es que se eviten en la medida de lo posible, y en el caso de imperiosa necesidad con las medidas preventivas exigidas.

**¿Se pueden utilizar vestuarios al finalizar un evento?**

Si, pero se debe controlar que en los mismos se respete el aforo máximo con al menos 3 metros cuadrados por usuario y respetando la distancia de seguridad. Además, se deberá realizar una estricta limpieza tras los usos.

**¿Se pueden entregar medallas y txapelas en las pruebas?**

Se recomienda que no, y en el caso de hacerlo, de ninguna forma colgándosela o colocándosela al premiado/a, sino dándosela a la mano o mejor todavía, debiendo éste /a cogerla de una bandeja.

**¿Se debe llevar mascarilla en las pruebas o acontecimientos?**

Siempre que no se pueda respetar la distancia de seguridad si. En general se recomienda a todos/as llevarla ante la posibilidad de agrupamientos y la no posibilidad de mantener la citada distancia, con la excepción de los/las participantes en el momento de la prueba.

**¿Cuántas personas pueden salir en una travesía, marcha o recorrido cicloturismo?**

Grupos de 25 personas como máximo. El límite de 200 participantes o el 50% de participación del año anterior con límite de mil es para la celebración de eventos, e implican un protocolo.

23 de junio de 2020

**¿Puedo organizar competiciones deportivas ya?**

Si, pero según la modalidad deportiva y de la instalación donde se realicen existe una previsión de fechas de inicio diferente. Se debe consultar el Anexo II de la Resolución 459/2020, del 23 de junio del Director Gerente del IND.

**¿Puedo organizar campus deportivos de cualquier modalidad?**

Si, pero según la modalidad estarán restringidas determinadas tareas, en especial las que tienen oposición y contacto, que previsiblemente se irán permitiendo gradualmente en diferentes fechas según modalidades.

**¿Puedo organizar un carrera popular?**

Si, pero con límite de participación de un 50% en relación al evento anterior con límite de 1000, o bien de 200 participantes como máximo por otra parte, y siempre cumpliendo con el protocolo establecido.

**¿Pueden entrar espectadores en un evento deportivo?**

Si, pero con los aforos máximos permitidos de dos tercios como máximo, y siempre que se respeten las distancias de seguridad y medidas establecidas.

**¿Puedo jugar un partido de fútbol federado o con mis amigos?**

No, todavía no por ser una actividad con contacto y oposición, aunque se prevé que a partir del 15 de agosto se pueda entrenar sin restricciones o jugar de forma recreativa y competiciones a partir del 1 de octubre, todo en el mejor de los supuestos en cuanto a evolución de la pandemia.

**¿Se mantiene un número máximo de participantes por grupo en las actividades?**

Si, pero se aumenta a 25 personas en las dirigidas, en las federadas y a 30 en grupos de turismo activo. No se mantiene en salas fitness.

**¿Es necesario rellenar algún protocolo para comenzar a entrenar? ¿Y para organizar competiciones?**

No es necesario rellenar ningún protocolo para el comienzo de entrenamientos excepto en el caso de deportistas profesionales o de Alto Nivel o Alto Rendimiento, o aquellos que vayan a competir en los meses de junio y julio.

Es necesario sin embargo, cumplir con un protocolo para la organización de competiciones y eventos, con declaración responsable del cumplimiento de determinadas medidas.

**¿Es obligatoria la presencia de un/a técnico/a en las salas de fitness?**

No, es obligatoria en las horas de máxima afluencia pero puede ser sustituida por un sistema de control de acceso, aforo y de videovigilancia.

**¿Se puede hacer uso de los gimnasios al aire libre?**

Si, pero se recomienda limpiar y desinfectar antes y después de cada uso, y respetar siempre la distancia de seguridad.

**¿Cuándo se puede entrenar o competir a mi deporte?**

Viene marcado en el calendario del Anexo II de la Resolución 459/2020 de 23 de junio del Director Gerente del IND que regula las diferentes modalidades

**¿Es obligatoria la inscripción on line para la participación en cualquier campeonato?**

Si, pues el objetivo es disminuir la actividad presencial y los agrupamientos que se puedan ocasionar en las inscripciones con el riesgo que conlleva.

**¿Tengo que respetar el número de usuarios/as por calle en las clases de iniciación o aprendizaje de natación?**

No, en este caso solamente se guardará la distancia de seguridad entre el alumnado evitando el contacto también con el/la monitor/a, para lo cual la metodología del curso deberá plantearse en base a esto.

**¿Sigue existiendo el límite de 20 usuarios máximo en gimnasios?**

Se elimina el número de 20 usuarios como máximo, pues normalmente no es una práctica grupal, pero se debe respetar los dos tercios de aforo y cumplir los 5 metros cuadrados por usuario en el caso de actividades de poca movilidad y de 16 metros cuadrados en las de gran movilidad.

**¿El año pasado organicé dos carreras de trail, una con 1000 participantes y otra con 150. Cuál es el límite de participación de cada prueba?**

La Resolución 459/2020 de 23 de junio del Director Gerente del IND, especifica que la participación en eventos al aire libre podrá ser de hasta 200 personas o bien el 50% de la participación del año anterior con límite de 1000. Por tanto, en la primera de las pruebas el límite será de 500 personas y en la segunda de 200.

**¿La especialidad que practico no se ve reflejada en la normativa. Eso quiere decir que no la puedo practicar?**

No, se han intentado nombrar de manera genérica la mayoría de las modalidades, pero al ser la casuística tan amplia, no se pueden recoger todas. En este sentido, si hay dudas, consultar con el IND que en base al nivel de contacto de la especialidad y del espacio donde se desarrolle lo valorará.

**¿Puedo utilizar material propio en mi práctica, como aletas o palas de mano para nadar?**

Si, si la entidad responsable de la instalación lo acepta, se permite, pero se debe evitar compartirlo, y si así fuera, con las medidas de desinfección pertinentes.

**¿Puedo jugar a badminton o a squash por parejas?**

Si, siempre y cuando el espacio permita un ratio de 16 metros cuadrados por practicante, por lo que si se trata de pistas reglamentarias, cumplen este requisito.

**¿Mi pueblo es muy pequeño y hay un frontón pero no tenemos los medios para controlar la asistencia; lo podemos abrir?**

Si, en esta etapa todas las instalaciones deportivas se pueden abrir, pero se deberá dar información y difusión de que las actividades de contacto y oposición donde no se respeta la distancia mínima no se pueden practicar, así como no formar grupos de más de 25 personas.