



TÁBOAS ANEXAS II ESPECIALIDADE DE ESCALADA FISICOVID DXT GALEGO

MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID - 19

ADESTRAMENTO E ACTIVIDADES DE ESCALADA - REXISTRO DE ASISTENTES ÁS ACTIVIDADES DE ESCALADA

ENTIDADE ORGANIZADORA DA ACTIVIDADE - ADESTRAMENTO

Adestramento ou actividade de interior ou exterior A Entidade organizadora da actividade (club, federación, etc..) deberá dispoñer dun rexistro de asistentes (deportistas, staff, público, etc..) á mesma (adestramento, competición, concentración, tecnificación, etc...), custodiando o mesmo durante polo menos un mes despois da súa celebración, coa información do contacto dispoñible para as autoridades sanitarias, cumprindo coas normas de protección de datos de carácter persoal.

MEDIDAS DE VENTILACIÓN DAS INSTALACIÓNS

Adestramento no interior Deberán realizarse tarefas de ventilación nas instalacións cubertas durante un mínimo de 30 minutos ao inicio e ao remate de cada xornada, así como de forma continuada durante esta e obrigatoriamente ao remate de cada clase/sesión ou actividade de grupo. No caso da utilización de sistemas de ventilación mecánica, deberá aumentarse a subministración de aire fresco e non se poderá empregar a función de recirculación do aire interior.

Antes do inicio das actividades e do uso de vestiarios, baños, salas, etc.. asegurarse de que estean ben ventiladas e se fixeran as accións sinaladas no párrafo anterior.

Durante as actividades en recintos pechados, na medida do posible, realizar os tempos de descanso e/ou recuperación en zonas ao aire libre ou ben ventiladas

ADESTRAMENTO ESCALADA DE DIFICULTADE, BLOQUE E VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	MEDIDAS
ANTES	Deportista	Contacto	Os deportistas seleccionan e preparan o material deportivo na casa para a sesión de adestramento do día	Empregar para a sesión material que estivo en coretena. Empregar para a sesión material que púdose limpar con vircidas axeitados. Incluir no material deportivo, bote de xel individual para uso persoal.
	Deportista	Contacto	Transporte público ou privado compartindo vehículo con persoas non convivintes denda a casa a zona de adestramento	Aplicar xel as mans antes e despois do uso do transporte público e privado.
	Deportista	Aérea	Transporte público ou privado compartindo vehículo con persoas non convivintes denda a casa a zona de adestramento	Mascarilla obrigatoria durante os traxectos de ida e volta.
	Deportista	Contacto	Entrada ao pavillón - ximnasio abrindo portas empregando as mans	Unha única entrada coa porta aberta, bolquexada por unha cuña, ou que se poida usar co pé. Emprego de xel antes e despois de tocar a porta, pestillos ou calquer outro elemento para entrar.
	Deportista	Aérea	Os deportistas se achegan á zona de adestramento.	Entrada secuencial a zona de adestramento, mantendo da distancia de seguridade.
	Deportista	Contacto	Emprego de vestiarios	Utilizados segundo a normativa: limpeza, distancia de seguridade, xel antes de entrar e non empregar taquilla. Chegar á zona de adestramento vestido da casa, se é posible.
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa.
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a máscara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección.

	Staff adestrador	Aérea	Saúdos	Mantemento da distancia de seguridade. O adestrador leva posta a máscara se non pode asegurarse en todo momento a distancia de seguridade.
	Staff adestrador	Contacto	Cambio de presas para o deseño de pasos de escalada da sesión	Se o adestrador cambia as presas, farase despois de limpar as máns con xel e empregar ferramenta hixienizada con viricidas ou despois de pasar corentena de 72 horas.
	Outros	Contacto	Os acompañantes dos menores, pais, nais ou titores se achegan a instalación	Non se tocan as portas que deben manterse abertas en todo momento. Evitar calquer tipo de saúdo por contacto. Uso de xel antes de entrar no pavillón o na mesma porta.
	Outros	Aérea	Os acompañantes dos menores, pais, nais ou titores se achegan a instalación	Entrada secuencial ao rocódromo non coincidente con outros pais e fillos. Mantemento da distancia de seguridade. Os titores dos rapaces levarán posta a máscara.

ADESTRAMENTO ESCALADA DE DIFICULTADE, BLOQUE E VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	SOLUCIÓN
	Staff adestrador	Aérea	O adestrador comunica as tarefas da sesión directamente aos deportistas que se achegan para escoitar as directrices.	Tarefas enviadas con anterioridade vía correo electrónico. Recordatorio verbal mantendo a distancia de seguridade.
	Staff adestrador	Aérea	O adestrador observa aos deportistas durante os exercicios da sesión achegándose a eles para facer as correccións e modificacións técnicas da tarefa.	A observación realízase mantendo a distancia de seguridade polo adestrador e os deportistas. Se non é posible manter a distancia de seguridade, o adestrador terá que empregar a máscara.
	Staff adestrador	Contacto	O adestrador observa aos deportistas durante os exercicios da sesión achegándose a eles para facer as correccións e modificacións técnicas da tarefa.	As correccións técnicas fanse verbais ou demostración por parte do adestrador. Non hai contacto adestrador deportista.
	Staff adestrador	Contacto	O adestrador propón novos pasos de escalada de bloque colléndose as presas para amosar o novo movemento.	Sempre que sexa posible, o deseño dos novos pasos para a sesión faise con anterioridade ao adestramento. Se o adestrador cóllese a presas para indicar novos pasos, aplicarase xel antes de facelo. Se a proposta é eliminar presas, farase de xeito verbal ou sinalandoas cun punteiro sen tocala.

DURANTE	Deportista	Aérea	Quecemento. Aproximación entre os deportistas no momento de quecemento	O adestrador delimita unhas áreas de quecemento individuais onde se mantén a distancia de seguridade entre eles e co adestrador. Se emplean zonas de escalada, farase secuencialmente e despois de usar xel para as mans.
	Deportista	Contacto	Material deportivo de escalada persoal para o adestramento como casco, arnés, bolsa de magnesio e pés de gato.	O material deportivo non se presta nin se deixa tocar por outro compañeiro ou compañeira, e se mantén alonxado do restos dos compañeiros. O materia deportivo de uso persoal será levado a zona de adestramento dentro da mochila de cada un, e as mochilas estarán separadas entre si mantendo a distancia de seguridade e sen tocarse en ningún momento.
	Deportista	Contacto	Pasos de escalada moi próximos e coincidencia de varios escaladores na mesma zona que poden ter contacto persoal.	Uso secuencial das zonas de escalada polos deportistas para evitar a proximidade. Cando escala unha persoa, os demais observan mantendo a distancia de seguridade entre eles.
	Deportista Común as tres subespecialidades de dificultade, bloque e velocidade.	Contacto	Os deportistas escalan sobre as presas artificiais tocandoas coas extremidades superiores.	Uso de xel con anterioridade a escalada Emprego de magnesio líquido con composición de máis do 70 % en alcohol.
	Deportista Común as tres subespecialidades de dificultade, bloque e velocidade.	Contacto	Os deportistas escalan sobre as presas artificiais tocandoas coas extremidades inferiores e pés.	O calzado de escalada límpase antes e despois de cada exercicio con líquidos viricidas.
	Deportista Bloque	Contacto	Os deportistas durante a sesión de adestramento de bloque caen sobre a colchoneta.	Despois de cada caída se limpa a colchoneta cun viricida ou produto axeitado.
	Deportista Bloque	Contacto	Os deportistas atenden a súas quendas de series nos pasos de escalada de bloque sentados sobre as colchonetas de recepción.	Mentras estase esperando a realizar os pasos de escalada, está prohibido sentarse nas colchonetas
	Deportista Bloque	Aérea	Os deportistas atenden a súas quendas de series nos pasos de escalada de bloque a carón uns dos outros comentando os pasos e sen manter a distancia de seguridade.	Se lles recorda o mantemento da distancia de seguridade. Usarán as máscaras mentras atenden a quenda se non se pode manter a distancia de seguridade.

Deportista Bloque	Contacto	Un compañeiro portea a caída de outro compañeiro de escalada de bloque.	Prohibido portear aos compañeiros. A caída sobre a colcheneta será sempre sen axuda dirixida polos compañeiros/as.
Deportista Dificultade	Contacto	Os deportistas encórdanse empregando unha corda de escalada que poido ser tocada por outros compañeiros de adestramento.	Os escaladores antes de empregar unha corda, persoal ou de outro compañeiro, danse xel esperando a que sequen ben as mans para impedir transferencia do xel á corda. cada un fai e desfai o seu propio nó.
Deportista Dificultade	Contacto	O asegurador toca a corda que lle chega ao escalador.	O asegurador usa xel desinfectante e espera que estea ben seco para evitar transferencia á corda antes de tocar a corda e o freo de seguridade.
Deportista Dificultade	Contacto	Durante a práctica da escalada de dificultade o escalador pode levar a corda á boca.	Cambiar a conducta de levar a corda á boca. Adestrar aos deportistas a non morder a corda e só collela ca man sen levala á boca cando estea moi próximo a cinta express de seguridade.
Deportista Velocidade	Contacto	Encordamento ao sistema de freo automático	Cada deportista encórdae ao sistema de freo automático sen axuda externa doutro compañeiro ou adestrador e despois de empregar o xel atendendo a que seque ben.
Común a todos: deportistas e adestradores	Aérea máis contacto	Sesións de adestramento no medio natural. Os deportistas e adestrador saen ao medio natural para adestrar sobre rocha.	Procuranse zonas amplas que permitan manter as distancias de seguridade. Terase especial coidado coas cordas e as mochilas para evitar se toquen unhas coas outras. Evítanse zonas onde a concentración de persoas poda superar o máximo permitido.
Deportista Común a todas as especialidades de escalada.	Aérea	Durante a parte de volta a calma os deportistas aproxímanse uns aos outros durante os estiramientos.	Os deportista distribúense polo espazo mantendo a distancia de seguridade.
Deportista Común a todas as especialidades de escalada.	Contacto	Volta a calma despois da sesión. Estiramientos fanse as veces con axudas doutros compañeiros/as	Non estarán permitidos os estiramientos asistidos.
Staff adestrador	Aérea	Análise da sesión de adestramento con todos os deportistas formando un corrillo.	Análise individual mantendo a distancia de seguridade ou empregando a máscara por parte do adestrador. Envío por correo electrónico das conclusións do adestrador a cada un dos deportistas.

	Deportista	Compartir	Compartir bebida, xeles ou comida durante o adestramento.	Prohibido compartir bebidas e comidas de calquer tipo abertas ou pechadas. Cada deportista levará a súa bebida e comida que non comparte con ninguén.
	Outros	Aérea	Os pais, nais o tiores comparten un espazo esperando o final do adestramento de fillos/as	Non se pode esperar no recinto. Unha vez entran os fillos ao adestramento, teñen que abandonar as instalacións deportivas. Se a sesión de adestramento e ao aire libre, marcarase unha zona onde poden esperar os pais e nais, espazo que estará alonxado do lugar de adestramento. Recomendarase aos pais e nais o uso da mascarilla na zona común.

ADESTRAMENTO ESCALADA DE DIFICULTADE, BLOQUE E VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	SOLUCIÓN
DEPOIS	Deportista	Contacto	Os deportistas recollen o material deportivo despois do adestramento todos xuntos e sen orde achegándose entre eles comentando as incidencias da sesión de adestramento.	Cada un recolle o seu propio material sen tocar o dos demáis. Mantense a distancia de seguridade. Se recolle e introdúcese na mochila persoal. O material deportivo persoal empregado durante a sesión, pasará corentena de entre 48 e 72 horas en lugar ventilado e seco.
	Deportista	Contacto	Camiño dos vestiarios tócanse entre eles	Lémbrese a todos eles o mantemento da distancia de seguridade. Entrada no vestiario secuencial seguindo os pasillos marcados de entrada e saída.
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento , salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a máscara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. Evitar falar, berrar, celebracións, etc... mentres esteamos no vestiario
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección.
	Deportista	Aérea e Contacto	Uso de baños	Uso de máscara en todo momento Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m. Respetar as quendas de uso para cumprir aforos. Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcolico ao entrar e ao saír.



L	Deportista	Aérea	Saída do pavillón desordenada e en grupos sen respetar a distancia de seguridade	Saída secuencial individualizada mantendo a distancia de seguridade. Uso de mascarilla.
	Deportista	Contacto	Saída do pavillón desordenada e en grupos sen respetar a distancia de seguridade e tocándose	Carteis recordando manter a distancia de seguridade. Marcado o pasillo de abandono da instalación para non coincidir con outros deportistas que puidesen entrar.
	Outros	Contacto	Os acompañentes dos menores, pais, nais ou titores se achegan a instalación para recoller fillos/as	Saída secuencial do rocódromo mantendo a distancia de seguridade, axustandos os desprazamentos á sinalización de ida e volta. Evitar calquer tipo de despedida por contacto.
	Outros	Aérea	Os acompañentes dos menores, pais, nais ou titores se achegan a instalación	Mascarilla obrigatoria Mantemento da distancia de seguridade Axustar os desprazamentos de ida e volta as sinais indicadoras.
	Outros	Compartir	Os pais, nais o titores comparten comida ou bebida con outros nenos/as do grupo de adestramento	Prohibido compartir calquer tipo de comida, salgada ou doce, e bebida, pese a que os nenos/as o pidan. A comida e bebida é persoal e non intercambiable, incluso despois de lavarse as máns con xabón ou empregar xel.

COMPETICIÓN ESCALADA ESPECIALIDADES DE DIFICULTADE - BLOQUE - VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	SOLUCIÓN
	Deportista	Contacto	Recollida do material deportivo na casa	Empregar material que estivo en corentena. Empregar material que púdose limpar con vircidas axeitados. Incluir no material, bote de xel individual para uso persoal.
	Deportista	Contacto	Transporte público ou privado compartindo vehículo con persoas non convivintes denda a casa a zona de adestramento	Aplicar xel as mans antes e despois do uso do transporte público e privado.
	Deportista	Aérea	Transporte público ou privado compartindo vehículo con persoas non convivintes denda a casa a zona de adestramento	Mascarilla obrigatoria durante os traxectos de ida e volta.
	Deportista	Contacto	Entrada ao pavillón ao rocódromo onde se celebra a competición de bloque, dificultade ou velocidade	Unha única entrada coa porta aberta ou para usar co pé. Emprego de xel antes e despois de tocar a porta, pestillos ou calquer outro elemento para entrar.
	Deportista	Aérea	Achegada zonas de control dos e das competidoras.	O acceso e camiño para os e as competidores está sinalado e non é coincidente co público. Entrada secuencial convocando aos competidores, e mantendo as distancias de seguridade. Os saúdos serán verbais e a distancia.
	Deportista	Contacto	Emprego de vestiarios	Utilizados segundo a normativa: limpeza, distancia de seguridade, xel antes de entrar e non empregar taquilla. Chegar á zona de competición vestido da casa.
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa.
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións

ANTES	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a máscara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza
	Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección.
	Staff equipador	Contacto	Manexo de ferramentas, plataformas elevadoras, escaleiras e tornillería imprescindible para a montaxe das vías e pasos de escalada de bloque	As ferramentas e tornillería pasan a corentena de 48 h nun lugar ventilado. O equipador usa xel antes e despois do uso das ferramentas. Non achegará á boca ningún parafuxo ou outro elemento empregado durante o equipamento das vías de dificultade e pasos de bloque.
	Staff equipador	Aérea	O equipador proba as vías e os pasos de escalada de bloque axudado dun equipador auxiliar, técnico ou delegado.	Durante a proba dos pasos de bloque todos os implicados: emprego de xel antes de escalar, uso de magnesio líquido e non portean entre si os equipadores. Os pasos próbanse secuencialmente sempre mantendo distancia de seguridade. Non se tocarán nin se pasarán ferramentas para o axuste fino dos pasos, cada equipador disporá das súas ferramentas propias. Traballarase de xeito individual.
	Staff equipador	Contacto	Os equipadores moven os volúmenes de escalada que non se poden manexar de xeito individual.	Uso de máscara se non poden manter a distancia de seguridade de polo tamaño e peso do volume na plataforma de traballo, . Cada equipador levará a súa ferramenta de traballo que non poderán compartir.
	Staff organizadores	Aérea	Materiais e mobiliario como pancartas, mesas, cadeiras, cintas de marcaxe, sistemas de megafonía e outros empregados durante a competición.	Todos os materiais e mobiliario hixienízanse de acordo cas características de cada tipo de material e mantéñense en corentena previa ao uso durante o día da competición.
	Staff organizadores	Aérea	Os organizadores se reunen para concretar a distribución de espazos e funcións a desenvolver por cada un durante a competición	Sala de reunión ampla que permita a distancia de 2 m entre personas e ben ventilada. Se non pode ser, usarase a máscara. Antes e despois de manter a reunión empregárase xel. O espazo e mobiliario foi previamente hixienizado con dilución 1/20 auga lixivia ou outros produtos viricidas. Estimularanse as reunións telemáticas.

Staff organizadores	Contacto	Materiais e mobiliario como pancartas, mesas, cadeiras, cintas de marcaxe, sistemas de megafonía e outros empregados durante a competición.	Todos os materiais e mobiliario hixenízanse de acordo cas características de cada tipo de material e mantéñense en coretena previa ao uso durante o día da competición.
Staff organizadores	Contacto	Manexo de pancartas, mesas, cadeiras, cintas de marcaxe, sistemas de megafonía e outros	Durante o tempo que dura a montaxe e desmontaxe da infraestrutura necesaria para o desenvolvemento da proba, os equipos de traballo terán a disposición xel e un lugar onde lavarse as máns con auga e xabón as veces que o precisen. Recomendable o uso de gafas protectoras.
Staff organizadores	Contacto	Os organizadores preparan o material deportivo de seguridade para empregar durante a competición, cordas e freos de seguridade.	O material deportivo pasa a coretena de 72 horas antes de mobilizalo para a competición.
Staff equipo arbitral	Contacto	Montaxe da mesa de control co PC, grabadora de imaxe e cronómetros	O equipo informático, imaxe e cronómetros está limpo e pasada a coretena de 72 horas previas antes do uso. Antes do uso dos equipos, os árbitros se aplican xel.
Staff equipo arbitral	Aérea	Control de participantes por categorías en todas as subespecialidades. Os delegados de club achéganse aos árbitros para aportar as listaxes definitivas de participación.	O delegado de club informa ao xuíz árbitro principal sobre as baixas que se poideran producir na listaxe de participantes mantendo a distancia de seguridade ou ambos, xuíz e delegado, utilizando mascarilla.
Staff equipo arbitral	Aérea	Os árbitros de vía achéganse aos competidores/as para dar as indicacións sobre tempo e características da vía.	Mantense a distancia de seguridade, e se non é posible, o árbitro e competidores levarán posta a mascarilla durante o momento de explicación.
Outros	Aérea	Público asistente a espera para entrar no pavillón segundo o aforo permitido.	Lémbrese manter a distancia de seguridade e o uso de mascarillas. Establécense pasillos de acceso e saída con marcas no chan. Márcanse a distancia de seguridade.
Outros	Aérea	O público asistente entra no pavillón por un acceso habilitado.	Acceso habilitado con carteis indicadores de mantemento da distancia de seguridade e uso de mascarillas.
Outros	Contacto	O público asistente entra no pavillón por un acceso habilitado evitando ter que tocar portas ou calquer outro mecanismo de control de acceso como tornos.	O público asistente entra no pavillón por un acceso habilitado e as portas mantéñense abertas para evitar o contacto. Habará dispensadores de xel á entrada.
Outros	Aérea	Prensa e medios de comunicación	Os periodistas presentes manterán a distancia de seguridade. No toma de fotos a distancia reducida, os periodistas levarán sempre posta a mascarilla e darán as indicacións verbalmente sen tocar aos competidores ou membros da organización.

COMPETICIÓN ESCALADA ESPECIALIDADES DE DIFICULTADE - BLOQUE - VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	SOLUCIÓN
	Deportista - Staff técnico e de organización	Compatir alimentos e bebidas	Os competidores, staff técnico e organizativo, e árbitros comen e benben dos alimentos postos a disposición na área de avituallamento	Desaparece a área de avituallamento colectiva. cada un levará o seu propio avituallamento líquido e sólido que non compartirá con outras persoas.
	Deportista - Staff técnico e de organización	Aérea	Reunión técnica previa ao comezo da competición.	O xuíz principal, equipador, delegado federativo e director da competición manterán a reunión técnica telemáticamente ou previa a competición mantendo a distancia de seguridade.
	Deportista - Staff técnico e de organización	Aérea	Reunión técnica previa ao comezo da competición.	Na medida do posible evitárase a reunión técnica. A información desta reunión enviarase o día anterior ao correo electrónico dos delegados de clubs que a rebotarán aos competidores/as, ou ben o mesmo día previo ao inicio da competición ao teléfono dos delegados de club.
	Deportistas dificultade - bloque - velocidade	Aérea	Os deportistas acceden a zona de quecemento.	O acceso a zona de quecemento farase de xeito secuencial mantendo a distancia de seguridade. Dependendo das categorías e dinámica da competición, e se a instalación o permite, estableceranse horarios de acceso e uso.
	Deportistas dificultade - bloque - velocidade	Contacto	Os deportistas realizan exercicios de quecemento.	O tamaño da zona de quecemento se dimensiona para que os deportistas podan quecer mantendo a distancia de seguridade recomendada. Delimítanse as zonas de quecemento individuais con cintas e carteis. O uso da zona de escalada de quecemento se realiza de maneira secuencial, empregando magnesio líquido e previa a escalada utilízase xel. Durante os exercicios de quecemento non se compartirá ningún material persoal.
	Deportistas dificultade - bloque - velocidade	Aérea	Comunicación dos resultados das clasificatorias e finais mediante follas colgadas en tablóns de anuncios nunha zona anexa a área de competición.	Os resultados da clasificatoria e final envíanse telemáticamente aos delgados dos clubs: whastapp ou outro sistema de mensaxería.

Deportistas dificultade	Aérea	Os deportistas achéganse a pé de vía para o período de observación dos itinerarios e escoitar a explicación do equipador.	Os deportistas manteñen a distancia de seguridade entre eles, se non é posible manter dita distancia, usan mascarillas.
Deportistas dificultade	Contacto	Os deportistas achéganse a pé de vía para a observación dos itinerarios e escoitar a explicación do equipador.	Os deportistas durante o período de observación das vías de escalada non se tocan entre eles.
Staff equipador dificultade	Aérea	O equipador da as explicacións sobre as vías de escalada para a fase de clasificación onde os deportistas escaladan na modalidade coñecida como ao flash.	O equipador da as explicacións mantendo a distancia de seguridade con todos os deportistas.
Deportistas dificultade	Aérea	Os deportistas esperan os seus turnos de competición na área de tránsito.	Os deportistas atenden o seu turno na área de tránsito mantendo a distancia de seguridade entre eles e cos membros da organización. Os deportistas portan unha toalla persoal e non intercambiable que poñen sobre as cadeiras de espera. Abandonarán a zona de tránsito encordados, máns con magnesio líquido e preparados para comezar a escalar.
Staff asegurador/a dificultade	Contacto	O asegurador se achega ao competidor/a para facer o nó de encordamento.	O asegurador/a manexa a corda coa que fai o nó do competidor/a na área de tránsito. O asegurador emprega luvas de coiro durante o aseguramento.
Staff asegurador/a dificultade	Aérea	O asegurador se achega ao competidor/a para facer o nó de encordamento.	O asegurador/a achégase ata o competidor/a coa mascarilla.
Staff asegurador/a dificultade	Aérea	O asegurador/a e o competidor/a desprázanse dende a zona de tránsito ata o pé de vía para comezar a rolda de competición.	O competidor/a desprázase diante do asegurador a unha distancia mínima de 1,5 m e o asegurador/a leva mascarilla.
Deportistas dificultade	Contacto	O competidor/a espera na zona de tránsito o seu turno.	Durante a espera dase xel, unha vez seco, magnesio líquido. Non toca nada que non sexa o seu material deportivo persoal. O nó de encordamento faino o asegurador/a
Deportistas dificultade	Contacto	Compiten escalando e pasando a corda por todos os puntos de seguridade colocados polo equipador/a.	Durante a escalada os competidores/as só podrán empregar a corda usando as mans. Totalmente prohibido coller a corda coa boca. Se se dera o caso, retirárase a corda para cumprir corentena.
Deportistas dificultade	Contacto	Unha vez rematada a súa rolda, descólganse ao chan e atenden ao asegurador/a.	Unha vez no chan, o nó de encordamento é desfeito polo asegurador/a e non polo competidor.

DURANTE

Deportistas dificultade	Aérea	Unha vez rematada a súa rolda retírase da zona de competición.	O competidor/a desprázase por un pasillo sinalado alonxado dos outros competidores. Caso dunha segunda rolda, volverá a zona de quecemento por un pasillo diferenciado, mantendo o protocolo de prevención.
Deportistas dificultade	Aérea	Zona de illamento para a final	Pechada e acceso prohibido ata ter os finalistas. Acceso prohibido a calquer outra persoa que non sexan os finalistas e árbitros da proba. Nin os organizadores poderán entrar a esta área. As dimensións permitirán manter aos e as finalistas mantendo a distancia de seguridade.
Deportistas dificultade	Contacto	Finalistas dificultade	Protocolo de realización de nó de encordamento, colaboración co asegurador/a, paso pola zona de tránsito, comezo da súa quenda de competición, observación da vía, escalada, descolgue e retirada da área de competición. Igual que para a clasificación.
Deportistas bloque	Aérea	Os deportistas achéganse a carón do muro de bloque para a observación dos pasos, as presas de saída, presa zona e top e escoitar a explicación do equipador.	Os deportistas manteñen a distancia de seguridade entre eles, se non é posible manter dita distancia, usan mascarillas. O equipador da as explicacións mantendo a distancia de seguridade. Os competidores/as non se achegan ao equipador manténdose todo o tempo alonxados/as. Prohibido subirse as colchonetas.
Deportistas bloque	Aérea	Rolda de clasificación, sistema de rotación. Os deportistas atópanse xuntos nun área dende observan aos demais competidores/as e van saíndo a escalar os pasos de bloque segundo das súas sensacións.	Delemítase a zona adicada aos competidores, só poderán estar eles ou algún arbitro/a por motivo xustificado. Deberase marcar un pasillo para zona de acceso e abandono da zona de competición. Se a área delimitada non permite manter a distancia de seguridade, os competidores esperarán a súas quendas coa mascarilla posta.
Deportistas bloque	Contacto	Os pasos de bloque son escalados polos competidores.	Antes de escalar, todos os competidores/as botarán nas mans xel. Unha vez rematados os seus intentos, volverán a botar xel. Obrigatorio o magnesio líquido.
Deportistas bloque	Contacto	Caída na colchoneta do deportista.	Despois de finalizados os intentos do deportista, limparase a colchoneta cunha fregona e líquido viricida que non afecte nin a saúde nin outros materiais. Durante a competición, non haberá porteo.
Deportistas bloque	Contacto	Rolda final, os deportistas da final pasan dun problema da outro facendo o reposo sentados nas cadeiras proporcionadas pola organización.	Os deportistas levan unha toalla persoal e que non poden intercambiar para poñer sobre a cadeira mentras atenden o seu turno de escalada.

Deportistas velocidade	Aérea	O competidor/a atende polo encordamento ao sistema de seguridade empregado na subespecialidade de velocidade.	O encordamento ao sistema de seguridade se fai polo staff de apoio que levará postas luvas de latex ou nitrilo que limpa cada vez con xel antes e despois da manobra de encordamento. O staff de apoio leva posta a mascarilla porque non se pode manter a distancia de seguridade.
Deportistas velocidade	Contacto	O deportista progresa pola vía que escalaron outros/as deportistas e preme sobre a superficie de parada do cronómetro.	Antes de comezar a escalar o competidor/a dase xel e magnesio líquido.
Deportistas velocidade	Aérea	O sistema de freo automático descende ao competidor ata o chan e atende a chegada do staff de apoio para o desencordamento.	O desencordamento ao sistema de seguridade se fai polo staff de apoio que levará postas luvas de latex ou nitrilo que limpa cada vez con xel antes e despois de feita manobra. O staff de apoio leva posta a mascarilla porque non se pode manter a distancia de seguridade.
Staff de apoio	Aérea	Solicitud de limpeza de presas por exceso de magnesio acumulado ao staff de apoio por parte dos competidores/as, achéganse a eles para indicarlle que presa y por onde limpar.	O staff de apoio levará postas as mascarillas por non se poder garantir a distancia de seguridade.
Staff de apoio	Contacto	Solicitud de limpeza de presas por exceso de magnesio acumulado por parte dos competidores/as.	O staff de apoio de limpeza de presas manexará os cepillos asignados que non intercambiarán, nin deixarán utilizar aos competidores. Limparán as mans con xel antes de despois de limpar as presas.
Staff árbitro/a de paso	Aérea	Móvense entorno ao paso de bloque para controlar a presa alcanzada e dar a puntuación.	Recomendable o uso de mascarilla xa que por despiste, pode ser que non se garde a distancia de seguridade.
Staff árbitro/a de paso	Contacto	Recollida da folla de resultados que lle entrega o competidor/a, onde o árbitro/a anota a puntuación en función dos intentos e presa acadada.	Todos os árbitros/as disporán de xel que lles permita lavar as mans antes e despois de entregar a folla de resultados dos competidores. O bolígrafo non se levará nunca á boca. Estudarse unha alternativa digitalizada para o sistema de puntuación que evite o emprego de follas. Moi recomendable o uso de gafas de protección por parte do árbitro/a.
Staff xuíz árbitro principal dificultade - bloque - velocidade	Aérea	Os delegados e competidores se aproximan ao xuíz principal para facer reclamacións sobre a posición acadada.	Prohibese toda reclamación verbal, as reclamacións se farán por escrito e dentro dos dez minutos que marca o regulamento despois de cada quenda de participación.

Outros	Aérea	Os medios de comunicación se achegan a competidores e organizadores para as entrevistas ou toma de fotografías.	Os medios de comunicación levarán posta a mascarilla durante as entrevistas. Durante a toma de imaxes, se estas tómanse dende distancias curtas, levarán postas as mascarillas.
Deportista	Aérea e Contacto	Uso de baños	Uso de máscara en todo momento Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m. Respetar as quendas de uso para cumprir aforos. Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcolico ao entrar e ao saír.
Deportista control antidoping	Aérea	Os competidores seleccionados para o control antidoping achéganse e abandonan a área de control.	A área de control antidoping estará claramente delimitada. Terá un pasillo de acceso e outro de volta marcados e separados pola distancia de seguridade.
Deportista control antidoping	Compartir	Os competidores seleccionados para o control antidoping beben para favorecer control.	As bebidas das que poden dispoñer os competidores estarán individualizadas en caixas co nome do competidor/a e os envases previamente hixenizados. A carón das bebidas haberá xel para os competidores.
Staff control antidoping	Aérea	Os competidores seleccionados para o control antidoping achéganse a área de control.	O staff de toma de mostras do control antidoping seguirá o protocolo de prevención da infección do COVID. Terán a disposición xel, luvas e mascarillas.

COMPETICIÓN ESCALADA ESPECIALIDADES DE DIFICULTADE - BLOQUE - VELOCIDADE

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	SITUACIÓN	SOLUCIÓN
Deportista bloque - dificultade - velocidade	Contacto	Recollida do material deportivo despois da participación na competición nas diferentes zonas tránsito e illamento.	cada un recolle o seu propio material sen tocar o dos demais. Se recolle en bolsas plásticas que se pechan e introdúcense na mochila persoal. Os competidores/as terán a disposición xel no vestiario.	
Deportista bloque - dificultade - velocidade	Contacto	Camiño dos vestiarios tócanse entre eles	Mantemento da distancia de seguridade. Entrada no vestiario secuencial. Non estará permitido esperarse.	
Deportista	Aérea	Camiño dos vestiarios sen respetar a distancia de seguridade	Mantemento da distancia de seguridade. Entrada no vestiario secuencial.	

DESPOIS

Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento , salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a máscara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. Evitar falar, berrar, celebracións, etc... mentres esteamos no vestiario
Deportista	Aérea	Emprego de vestiarios	Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección.
Deportista	Aérea e Contacto	Uso de baños	Uso de máscara en todo momento Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m. Respetar as quendas de uso para cumprir aforos. Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcolico ao entrar e ao saír.
Deportista	Contacto	Saída do pavillón desordenada e en grupos sen respetar a distancia de seguridade e tocándose	Saída secuencial individualizada mantendo a distancia de seguridade. Haberá marcado un pasillo de saída separado do pasillo de entrada.
Outros	Contacto	Público asistente, entran pola mesma porta que os deportistas e poden producirse contactos fortuitos	O público terá unha entrada diferenciada dos deportistas, e se non se pode dispor dunha entrada diferenciada, entrarán a outra hora non coincidente cos deportistas.
Outros	Aérea	Público asistente, concéntrase diante da porta de entrada ao recinto, e comezan entrar sen manter a distancia de seguridade recomendada.	Mascarilla obrigatoria se a distancia de seguridade non se pode asegurar a distancia de seguridade. Marcarase un pasillo de entrada recordando o mantemento da distancia de seguridade.
Outros	Compartir	Os pais, nais o tiores comparten comida ou bebida con outros nenos/as do grupo de adestramento	Prohibido compartir calquer tipo de comida, salgada ou doce, e bebida, pese a que os nenos/as o pidan. A comida e bebida é persoal e non intercambiable, incluso despois de lavarse as máns con xabón ou empregar xel.
Staff organizativo	Contacto	Recollida de todos os elementos necesarios para o desenvolvemento da competición.	Durante a recollida de mesas, cadeiras, material informático, audiovisual e son, o persoal de apoio o fará de xeito que manterán sempre un mínimo de 1,5 m de separación. Evitarase tocarse e toda a comunicación será verbal porque se levará posta en todo momento a mascarilla.
Staff organizativo	Aérea	Recollida de todos os elementos necesarios para o desenvolvemento da competición.	O staff de apoio e organización levará posta a mascarilla durante todo o proceso de recollida dos elementos necesarios para o desenvolvemento da competición.

COMUNICACIÓN E SEGUIMIENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID - 19

<p>COORDINADOR FISICOVID</p>	<p>CLUB E ORGANIZACIÓNS</p> <p>Cada club/entidade deportiva designará un coordinador para a implementación, cumprimento e seguimento do protocolo federativo, que será o único interlocutor en canto a este protocolo se refire coa Federación Galega, informándoa sobre as incidencias que se produzan no seu desenvolvemento.</p> <p>As funcións dese coordinador serían: implementación na súa entidade do protocolo FISICOVID-DXTGALEGO da Federación, e ser o interlocutor coa federación deportiva correspondente para a comunicación das incidencias que poidan xurdir no entorno da entidade respecto a presenza de sintomatoloxía COVID19 e incluso de casos positivos.</p>
<p>PROCEDIMENTO DE COMUNICACIÓN DE INCIDENCIAS (CLUBS, FEDERACIÓN E SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE)</p>	<p>CLUBS E FEDERACIÓNS</p> <p>No caso de que nun adestramento/competición se identifique que unha ou varias persoas teña sintomatoloxía COVID19, aplicarase o procedemento establecido no apartado COMUNICACIÓN E SEGUIMIENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID-19 deste protocolo e a continuación, o COORDINADOR FISICOVID-DXTGALEGO designado pola entidade deberá contactar co seu interlocutor FISICOVID-DXTGALEGO da Federación para informar telefónicamente ou por email sobre a situación.</p> <p>A Federación deberá así mesmo informar á Secretaría Xeral para o Deporte sobre o acontecido (proceso de comunicación co SERGAS, probas realizadas, resultados, decisións do organizador do adestramento/competición sobre o desenvolvemento da actividade a partir do caso de sintomatoloxía COVID-19 (suspensión, continuidade da actividade, etc.).</p> <p>No caso de que o club sexa coñecedor de que existe un ou varios positivos entre axentes implicados na realidade deportiva da entidade, tamén se debe informar á Federación e á Secretaría Xeral para o Deporte, seguindo o procedemento sinalado no documento publicado no apartado web: https://coronavirus.sergas.gal/Informacion-para-outros-colecti?idioma=ga</p>
<p>PROCEDIMENTO DE COMUNICACIÓN DE INCIDENCIAS (CLUBS, FEDERACIÓN E SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE)</p>	<p>CLUBS E FEDERACIÓNS</p> <p>Os protocolos FISICOVID-DXTGALEGO específicos dos eventos/competicións e actividades multitudinarias ás que lles sexa de aplicación este protocolo, deberán partir dunha avaliación do nivel de risco de contaxio, tomando como referencia o documento “Recomendaciones para eventos y actividades multitudinarias en el contexto de nueva normalidad por covid-19 en España” elaborado polo Centro de Coordinación de Alertas e Emerxencias Sanitarias da Dirección Xeral de Saúde Pública, Calidade e Innovación, do Ministerio de Sanidade (https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/COVID19_Recomendaciones_eventos_masivos.pdf) ou aqueloutros que o desenvolvan, modifiquen ou substitúan.</p>