



Eskola Kirola 2020-21/ Deporte Escolar 2020-21

1 mensaje

ESKOLA.KIROLA <eskola.kirola@bizkaia.eus>

22 de septiembre de 2020, 13:09

Jakinarazten dizuegu **izena emateko ezarritako baldintzak betetzen dituzten entitateek irailaren 28an ekin ahal izango dietela entrenamenduei**; Entrenamenduok kontaktu fisikoa mugatuta egin beharko dira, ikuslerik gabe, aldagarik gabe eta lehiaketarik gabe. Ezin izango da partidarik ez txapelketarik jokatu, ez eta "lagunartekoak" ere, eta ezin izango da egin hastapen-ikastarorik ez hobekuntza-ikastarorik.

Entrenamenduak honela egin beharko dira:

- Ahal dela, entrenamendu fisikoa kanpoan egingo da.
- Entrenamendu-taldeetako kideen kopurua ezin da izan aldi bakoitzean ezarritako gehienekoa baino handiagoa.
- Entrenamendu-txanden artean instalazioak garbitu eta desinfektatu egingo dira.
- Hasieran kirolariak banaka entrenatuko dira, batez ere prestakuntza fisikoa eta lesioen prebentzioa; gero, gutxika-gutxika, talde txikietan edo postuka entrenatuko dira, eta azkenean talde osoa batu ahal izango da (talde-kiroletan).
- Ahal dela, kirol-jardunean gutxienezko segurtasun-distantzia mantendu beharko da, kirolarien arteko kontaktua nahitaezkoa denean izan ezik.
- Entrenamenduetako sartu-irtenetan kirolariak gutxienez 1,5 metrora egon beharko dira elkarrengandik.
- Entrenamenduak ikuslerik gabe egingo dira.
- Hainbat kirolarik material bera erabili behar badute, gomendatzen diren higie eta garbiketa neurriak aplikatuko dira.
- Aldagelak ezin izango dira erabili.
- Kirol-jardunean izan ezik, maskara soinean eduki beharko da.

Os comunicamos que **a partir del 28 de septiembre las entidades que cumplan con los requisitos de inscripción podrán comenzar con entrenamientos**, que se deberán realizar con limitación de contacto físico, sin público y sin vestuarios y sin competición. No podrá realizarse ningún tipo de partido, torneo, encuentro o actividad similar, incluidos los llamados 'amistosos' o los cursos de iniciación o de tecnificación.

Os detallamos las condiciones en las que transcurrirán los entrenamientos:

- Se priorizará el entrenamiento físico al aire libre.
- Respetar el aforo y los grupos máximos de entrenamiento establecidos en cada momento.
- Limpieza y desinfección entre turnos de entrenamiento.
- Se iniciará con un entrenamiento individual encaminado principalmente a la preparación física y prevención de lesiones para ir progresando gradualmente con grupos reducidos o por puestos específicos y finalmente culminar la progresión integrando a todo el equipo (en el caso de los deportes de equipo).
- Siempre que sea posible durante la práctica de la actividad deportiva deberá mantenerse una distancia mínima de seguridad, salvo en aquellos lances que se entiende que tiene que haber una interacción entre deportistas.
- En las llegadas y salidas de los entrenamientos se mantendrá la distancia interpersonal de 1,5 m.
- Los entrenamientos se realizarán a puerta cerrada sin público.
- En caso de compartir material se aplicarán las medidas de higiene y limpieza recomendadas.
- No habrá uso de los vestuarios.
- El uso de la mascarilla es obligatoria en todo momento excepto cuando se esté realizando la práctica deportiva.



Eskola Kirolaren Atala

Sección de Deporte Escolar

Alameda de rekalde 30 1º ,48009 Bilbao

eskola.kirola@bizkaia.eus

LEGEZKO ABISUA. - Mezu elektronikoko honetako informazioa jasotzaile gisa ageri den(ar) entzat baino ez da. Mezu elektronikoko honetako eta berari erantsitako fitxategietako informazioa isilpean eduki behar da edota jabetza intelektualaren gaineko legeen eta beste legeen babespean dago. Mezu honek ez dio ezartzen inolako konpromisorik bidaltzaileari, berak eta jasotzaileak, aldez aurretik, berariazko idatzizko itunaren bidez besterik hitzartu ezean. Errakuntzaren bat dela-eta mezu hau jasotzen baduzu, bertan jarritako jasotzailea ez izan arren, jakinarazi ahalik azkarren bidaltzaileari, mesedez (lantik@bizkaia.eus) eta gero ezabatu erabat. Horrez gainera, mezuan jarritako jasotzailea ez bazara, ezin duzu erabili, banatu, kopiatu ez inprimatu, ez osorik ez zati bat.

AVISO LEGAL - La información contenida en este correo electrónico es para el uso exclusivo de la/s persona/s mencionadas como destinataria/s. Este correo electrónico y los archivos adjuntos, en su caso, contienen información confidencial y/o protegida legalmente por leyes de propiedad intelectual o por otras leyes. Este mensaje no constituye ningún compromiso por parte de la persona remitente, salvo que exista expreso pacto en contrario, previo y por escrito entre la persona destinataria y la remitente. Si usted no es la persona destinataria designada y recibe este mensaje por error, por favor, notifíquelo a la persona remitente con la mayor brevedad posible a la siguiente dirección: (lantik@bizkaia.eus) y proceda inmediatamente a su total destrucción. Así mismo, le informamos de que no debe, directa o indirectamente, usar, distribuir, reproducir, imprimir o copiar, total o parcialmente este mensaje si no es la persona destinataria designada.

DISCLAIMER - The information contained in this email is for the exclusive use of the person(s) mentioned as addressee(s). This email and the attached files, where appropriate, contain confidential information and/or information legally protected by intellectual property laws or other laws. This message does not constitute any commitment on the part of the sender, except where there exists prior express agreement to the contrary in writing between the addressee and the sender. If you are not the designated addressee and receive this message by mistake, please notify the sender as soon as possible at the following address (lantik@bizkaia.eus) and then delete it immediately. We also inform you that you may not use, distribute, print or copy this message, either directly or indirectly or totally or partially, if you are not the designated addressee.