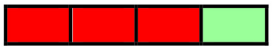
PROTOCOLO DE ALTA VIGILANCIA



Fase 3 de Vigilancia

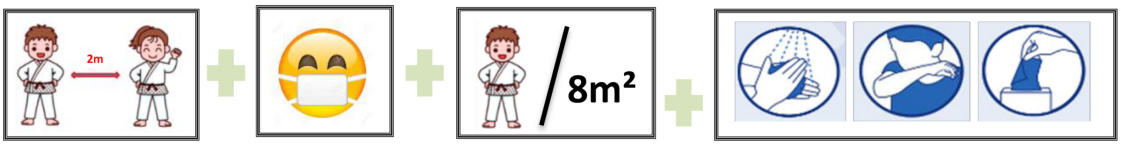
Cronograma: Aplicable cuando esté prohibido el contacto directo, el uso de mascarilla sea obligatorio, y las actividades interiores estén permitidas

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
- Número limitado de atletas
- Restricciones de contacto COVID-19
- Uso de mascarillas
- No está permitido el uso de los vestuarios y de los aseos en el polideportivo

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Tendoku-renshu (trabajo individual)
- Habilidades motoras y técnicas fundamentales de Tachi-Waza y Ne-Waza (individual)
- Aprendizaje de Ukemi (caída)
- Posturas, movimiento, coordinación, movilidad, estabilidad central, taiso, etc.



PROTOCOLO DE VIGILANCIA MEDIA

Fase 2 de Vigilancia

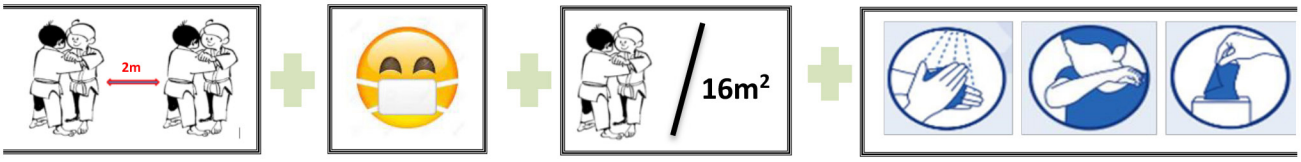
Cronograma: Aplicable cuando se levanten las medidas de distanciamiento social, el uso de mascarilla aún sea obligatorio y el entrenamiento en pareja esté permitido

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
- Número limitado de atletas
- Restricciones de contacto COVID-19
- Uso de mascarillas
- No está permitido el uso de los vestuarios y de los aseos en el polideportivo

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Geiko de cooperación y oposición en Tachi-Waza
- ¡Sin randori!!!
- Todos los recursos pedagógicos se deberán adaptar a las medidas de higiene respiratoria y de contacto



PROTOCOLO DE VIGILANCIA PREVENTIVA

Fase 1 de Vigilancia

Cronograma: Aplicable cuando las medidas de higiene respiratoria se hayan levantado y cuando ya no sea obligatorio el uso de mascarilla

Condiciones Sanitarias

- ~~Distancia de seguridad sanitaria~~
- ~~Número limitado de atletas~~
- Restricciones de contacto COVID-19
- ~~Uso de mascarila~~
- Está permitido el uso de los vestuarios y de los aseos en el polideportivo

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Ninguna restricción pedagógica siempre y cuando dichas situaciones respeten los límites de contacto

---

PROTOCOLO DE VIGILANCIA DE ACUERDO CON NUESTRA PRÁCTICA

Aplicable a las reglas y normas habituales de higiene requeridas para cada judoka, mostrando mutuo RESPETO, y cumpliendo con el valor 8 del código moral de Judo.

Las Recomendaciones Sanitarias para Realizarse antes de la Llegada al Sitio de Entrenamiento

- Ducharse y lavarse el pelo
- Asegurarse que el equipamiento de entrenamiento ha sido lavado adecuadamente (el chándal, el judogi, etc.)
- Lavarse las manos correctamente y mantener las uñas cortas
- Ir al baño antes del comienzo del entrenamiento
- Evitar el transporte público en la medida de lo posible
- Llevar mascarilla en el transporte público si no se puede evitar
- Llevar puesto el equipamiento de entrenamiento debajo de un chándal (+ un abrigo si es necesario) para mantener el equipamiento de entrenamiento limpio de camino hacia el sitio de entrenamiento
- Tener una bolsa deportiva y un botellín de agua
- Uso de mascarilla (cumpliendo con las normativas gubernamentales en cuanto a la calidad de la mascarilla)

Requisitos Sanitarios durante el Montaje

- Designar un sitio de montaje donde el distanciamiento sanitario pueda cumplirse
- Señalar los puntos de distanciamiento sanitario requeridos y delimitar la circulación si se requiere
- Nombrar a una persona encargada con la orientación de los participantes
- **Controlar y recoger los Cuestionarios Sanitarios firmados**
- Medir la temperatura de los participantes utilizando un termómetro infrarrojo sin contacto
  - **descartar a todos los judokas que presenten temperatura alta (> 37.5°C)**
- Proporcionar desinfectante de manos (gel o liquido)
- Proporcionar una papelera para los pañuelos desechables y la basura
- Informar a los acompañantes (máx. 1/atleta) en cuanto a las horas de salida y de vuelta

Requisitos Sanitarios durante la Sesión de Entrenamiento

- El instructor da la señal que la sesión empieza
- Los atletas se inclinan hacia el sitio de entrenamiento
- El instructor asigna un espacio para que cada atleta respetando la distancia sanitaria
- Los atletas se dirigen hacia la zona señalada donde permanecerán durante toda la sesión de entrenamiento
- El saludo habitual al comienzo de la sesión no se efectúa de manera tradicional, en línea, sino desde la zona asignada
- La sesión de entrenamiento efectuada por el entrenador se adapta conformemente a los requisitos sanitarios que se pueden consultar en el folleto sobre las sesiones pedagógicas del COVID-19, realizadas por la Federación.
- Al final de la sesión, el saludo habitual se realiza otra vez desde la zona asignada, el instructor se despide de los atletas dejándolos que regresen en turnos a la zona asignada al lado del tatami (donde han dejado sus pertenencias antes del comienzo de la sesión)
- Los atletas se saludan y salen de la zona respetando la distancia sanitaria requerida

Las Recomendaciones Sanitarias para Realizarse antes de la Llegada al Dojo

- Ducharse y lavarse el pelo
- Asegurarse que el equipamiento de judo ha sido lavado adecuadamente (el chándal, el judogi, etc.)
- Lavarse las manos correctamente y mantener las uñas cortas
- Ir al baño antes del entrenamiento
- Evitar el transporte público en la medida de lo posible
- Uso de mascarilla en el transporte público si no se puede evitar
- Llevar puesto el equipamiento de entrenamiento (judogi) debajo de un chándal (+ un abrigo si es necesario) para mantener el equipamiento de entrenamiento limpio de camino hacia el dojo
- Tener una bolsa deportiva o una mochila suficientemente grande para meter los pañuelos desechables de papel, el gel desinfectante/liquido, los *zori* o las zapatillas, un botellín de agua y un documento que lleve los detalles de contacto de su acompañante, con quien se pueda contactar en caso de emergencia durante la sesión de entrenamiento (para los menores de edad)
- El uso de mascarilla (cumpliendo con las normativas gubernamentales en cuanto a la calidad de la mascarilla)

Requisitos Sanitarios en el Lobby del Dojo – de los Clubes

Si el dojo se encuentra dentro de un polideportivo, la entrada para los atletas se realizará evitando el empleo de la misma zona para distintos deportes.

- Preparar un mostrador de bienvenida en la entrada, atendido por un responsable adulto del club que lleva mascarilla y guantes desechables
- Señalar la distancia de seguridad (utilizando cinta adhesiva u otros medios que sean visibles) para asegurarse que cada atleta y su acompañante respeten una distancia mínima de 1 metro
- **Controlar y recoger los Cuestionarios Sanitarios firmados**
- Medir la temperatura de los participantes utilizando un termómetro infrarrojo sin contacto
  - **descartar a todos los judokas que presenten temperatura alta (> 37.5°C)**
- Proporcionar desinfectante para manos (gel o liquido)
- Proporcionar una papelera para los pañuelos desechables y la basura
- Controlar que lleven mascarillas, proporcionar mascarillas (si es necesario)
- Pedir a cada judoka que deje su calzado en la zona asignada y que se ponga los *zori* o las zapatillas antes de entrar en la zona de entrenamiento
- Informar a los acompañantes (máx. 1/atleta) en cuanto a las horas de salida y llegada

Requisitos Sanitarios desde el Lobby hasta la Zona de Entrenamiento

- El instructor/o el voluntario permite a los atletas el pasaje en la zona de entrenamiento
- El instructor sigue el trayecto de circulación organizado por el club (señalización, cinta reflectora, etc.). Los planes de circulación tomarán en cuenta la configuración del dojo, pero deberán garantizar que la distancia de seguridad sanitaria se cumpla
- Un asistente del instructor acompaña a los atletas que requieren una atención especial
- La distancia de seguridad deberá ser señalada en la zona de entrenamiento para que cada atleta sepa donde tiene que cambiarse

- Los atletas colocan sus bolsas en la zona señalada y se quitan el chándal, debajo de cual llevan puesto el judogi, doblándolo con cuidado y colocándolo en la bolsa (junto con el abrigo, si el caso).
- Los atletas dejan los *zori*/ las zapatillas en el borde del tatami, sacan la botella, los pañuelos y el gel/liquido desinfectante. Las demás pertenencias tienen que estar guardadas en la bolsa (teléfono, etc.)
- Los atletas se sientan en el tatami, con las piernas en el exterior, y aplicando el gel/liquido desinfectante en los pies y luego en las manos.
- Los atletas se giran hacia el interior del tatami y esperan que el instructor los invite a proceder hacia la zona señalada en el tatami

Requisitos Sanitarios durante la Sesión de Entrenamiento

- El instructor invita a los atletas por turnos que vayan a la zona de entrenamiento marcada en el tatami (el tatami está segmentado en zonas por lo menos de $8m^2$)
- El instructor asigna una zona para cada atleta
- Los atletas están de pie, saludando el tatami y se dirigen hacia la zona señalada donde permanecerán durante toda la sesión de entrenamiento. El instructor se asegura que el material pedagógico necesario esté proporcionado, limpio y desinfectado
- El saludo habitual al comienzo de la sesión no se efectúa de manera tradicional, en línea, sino desde la zona asignada
- La sesión de entrenamiento efectuada por el entrenador se adapta conformemente a los requisitos sanitarios que se pueden consultar en el folleto sobre las sesiones pedagógicas del COVID-19, realizadas por la Federación.
- Al final de la sesión, el saludo habitual se realizará otra vez desde la zona asignada, el instructor se despide de los atletas dejándolos que regresen en turnos a la zona asignada al lado del tatami (donde han dejado sus pertenencias antes del comienzo de la sesión)
- Los atletas se saludan, luego están en el borde del tatami, con las piernas giradas hacia el exterior

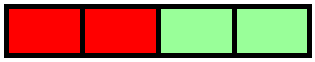
Requisitos Sanitarios después de la Sesión de Entrenamiento hasta la Salida del Dojo

- Los atletas aplican el gel/liquido desinfectante en los pies, se ponen los *zori*/ las zapatillas, colocando el equipaje sanitario y la botella en el bolso
- Los atletas se ponen el chándal encima del judogi y espera la autorización del instructor para salir (y juntarse con los padres, el acompañante)
- Los atletas se calzan y salen al lobby y meten los *zori*/las zapatillas en la bolsa
- Antes de salir del dojo, los atletas limpian las manos con gel/liquido desinfectante proporcionado por el club
- Los atletas menores de edad tienen que esperar hasta que el responsable del lobby autorice su salida y puedan dirigirse hacia el acompañante

Recomendaciones Sanitarias a la Llegada a Casa

- Ducharse
- Lavar el equipamiento de entrenamiento (el judogi)
- Desinfectar los *zori*/ las zapatillas
- Desinfectar la bolsa
- Lavar el botellín de agua
- Reabastecer el equipo sanitario (gel/liquido desinfectante, pañuelos, mascarilla)

PROTOCOLO DE VIGILANCIA MEDIA



Fase 2 de Vigilancia

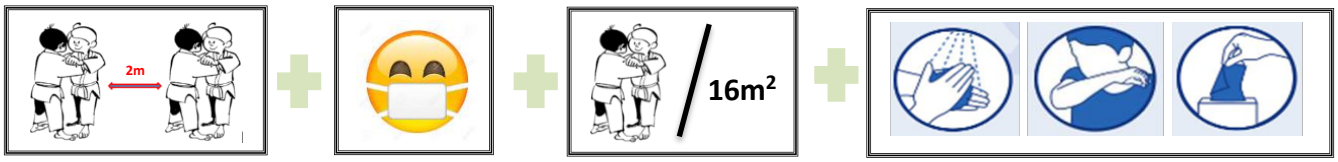
Cronograma: Aplicable cuando se levanten las medidas de distanciamiento social, el uso de mascarilla aún sea obligatorio y el entrenamiento en binomio (en pareja) esté permitido

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
  - **2m entre las parejas durante el entrenamiento**
- Número limitado de atletas
  - el número de participantes se calcula según el espacio que se disponga, la distancia sanitaria o **las restricciones gubernamentales**
- Restricciones de contacto COVID-19
- Uso de mascarillas
- **No está permitido el uso de los baños, las duchas o los aseos en el polideportivo**

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Geiko de cooperación y oposición en Tachi-Waza
- **¡Sin randori!!!**
- Todos los recursos pedagógicos se deberán adaptar a las medidas de higiene respiratoria y de contacto



Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

- Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para los atletas como para el instructor/voluntario
- **Los atletas tendrán la misma pareja de entrenamiento durante toda la sesión de entrenamiento**
- Respetar el horario de entrenamiento. Para una sesión teórica de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:
  - De 5 a 10min desde el lobby hasta el comienzo de la sesión
  - 45min de sesión
  - De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo
  - +15min extra entre las sesiones para evitar el encuentro de grupos y para ventilar la zona de entrenamiento
- **Los atletas y los entrenadores deberán llevar mascarilla a lo largo de la sesión**
- El acompañante tiene que llegar al dojo 5 minutos antes que acabe la sesión y esperar en la entrada, respetando la distancia de seguridad junto con los demás acompañantes

Las Recomendaciones Sanitarias para Realizarse antes de la Llegada al Dojo

- Ducharse y lavarse el pelo
- Asegurarse que el equipamiento de judo ha sido lavado adecuadamente (el chándal, el judogi, etc.)
- Lavarse las manos correctamente y mantener las uñas cortas
- Ir al baño antes del entrenamiento
- Evitar el transporte público en la medida de lo posible
- Uso de mascarilla en el transporte público si no se puede evitar
- Llevar puesto el equipamiento de entrenamiento (judogi) debajo de un chándal (+ un abrigo si es necesario) para mantener el equipamiento de entrenamiento limpio de camino hacia el dojo y evitar vestirse y desvestirse en los vestuarios
- Tener una bolsa deportiva o una mochila suficientemente grande para meter los pañuelos desechables de papel, el gel desinfectante/liquido, los *zori* o las zapatillas, un botellín de agua y un documento que lleve los detalles de contacto de su acompañante, con quien se pueda contactar en caso de emergencia durante la sesión de entrenamiento (para los menores de edad)
- Uso de mascarilla (cumpliendo con las normativas gubernamentales en cuanto a la calidad de la mascarilla)

Requisitos Sanitarios en el Lobby del Dojo – de los Clubes

Si el dojo se encuentra en un polideportivo, la entrada para los atletas se realizará evitando el empleo de la misma zona para distintos deportes.

- Preparar un mostrador de bienvenida en la entrada, atendido por un responsable adulto del club que lleve mascarilla y guantes desechables
- Señalar la distancia de seguridad (utilizando cinta adhesiva u otros medios que sean visibles) para asegurarse que cada atleta y su acompañante respeten una distancia mínima de 1 metro
- **Controlar y recoger los cuestionarios sanitarios firmados**
- Medir la temperatura de los participantes utilizando un termómetro infrarrojo sin contacto
  - **descartar a todos los judokas que presenten temperatura alta (> 37.5°C)**
- Proporcionar desinfectante para manos (gel o liquido)
- Proporcionar una papelera para los pañuelos desechables y la basura
- Controlar que lleven mascarillas, proporcionar mascarillas (si es necesario)
- Pedir a cada judoka que deje su calzado en la zona asignada y que se ponga los *zori* o las zapatillas antes de entrar en la zona de entrenamiento
- Informar a los acompañantes (máx. 1/atleta) en cuanto a las horas de salida y llegada

Requisitos Sanitarios desde el Lobby hasta la Zona de Entrenamiento

- El instructor/o el voluntario permite a los atletas el pasaje en la zona de entrenamiento
- El instructor sigue el trayecto de circulación organizado por el club (señalización, cinta reflectora, etc.). Los planes de circulación tomarán en cuenta la configuración del dojo, pero deberán garantizar que la distancia de seguridad sanitaria se cumpla
- Un asistente del instructor acompaña a los atletas que requieren una atención especial
- La distancia de seguridad deberá ser señalada en la zona de entrenamiento para que cada atleta sepa donde tiene que cambiarse

- Los atletas colocan sus bolsos en la zona señalada y se quitan el chándal, debajo de cual llevan puesto el judogi, doblándolo con cuidado y colocándolo en el bolso (junto con el abrigo, si el caso).
- Los atletas dejan los *zori*/ las zapatillas en el borde del tatami, sacan la botella, los pañuelos y el gel/liquido desinfectante. Las demás pertenecías tienen que estar guardadas en la bolsa (teléfono, etc.)
- Los atletas se sientan en el tatami, con las piernas en el exterior, y aplicando el gel/liquido desinfectante en los pies y luego en las manos.
- Los atletas se giran hacia el interior del tatami y esperan que el instructor los invite a proceder hacia la zona señalada en el tatami

Requisitos Sanitarios durante la Sesión de Entrenamiento

- El instructor invita a las parejas por turnos que vayan a la zona de entrenamiento marcada en el tatami (el tatami está segmentado en zonas de por lo menos 16m^2)
- El instructor asigna una zona a cada pareja
- Los atletas están de pie, saludando el tatami y se dirigen hacia la zona señalada donde permanecerán durante toda la sesión de entrenamiento. El instructor se asegura que el material pedagógico necesario esté proporcionado, limpio y desinfectado
- El saludo habitual al comienzo de la sesión no se efectúa de manera tradicional, en línea, sino desde la zona asignada
- La sesión de entrenamiento efectuada por el entrenador será adaptada a los requisitos sanitarios que se pueden consultar en el folleto sobre las sesiones pedagógicas del COVID-19, realizadas por la Federación
- Al final de la sesión, el saludo habitual se realiza otra vez desde la zona asignada, el instructor se despide de los atletas dejándolos que regresen en turnos a la zona asignada al lado del tatami (donde han dejado sus pertenencias antes del comienzo de la sesión)
- Los atletas se saludan, luego están en el borde del tatami, con las piernas giradas hacia el exterior

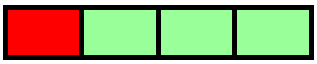
Requisitos Sanitarios después de la Sesión de Entrenamiento hasta la Salida del Dojo

- Los atletas aplican el gel/liquido desinfectante en los pies, se ponen los *zori*/ las zapatillas, colocando el equipaje sanitario y la botella en el bolso
- Los atletas se ponen el chándal encima del judogi y esperan la autorización del instructor para juntarse con los padres (el acompañante)
- Los atletas se calzan y salen al lobby y meten los *zori*/las zapatillas en el bolso
- Antes de salir del dojo, los atletas se limpian las manos con gel/liquido desinfectante proporcionado por el club
- Los atletas menores de edad tienen que esperar hasta que el responsable del lobby autorice su salida y puedan dirigirse hacia el acompañante

Recomendaciones Sanitarias a la Llegada a Casa

- Ducharse
- Lavar el equipamiento de entrenamiento (el judogi)
- Desinfectar los *zori*/ las zapatillas
- Desinfectar la bolsa
- Lavar el botellín de agua
- Reabastecer el equipo sanitario (gel/liquido desinfectante, pañuelos, mascarilla)

PROTOCOLO DE VIGILANCIA PREVENTIVA



Fase 1 de Vigilancia

Cronograma: Aplicable cuando las medidas de higiene respiratoria se hayan levantado y cuando ya no sea obligatorio el uso de mascarilla

Condiciones Sanitarias

- ~~*Distancia de seguridad sanitaria*~~
- ~~*Número limitado de atletas*~~
- Restricciones de contacto COVID-19
- ~~*Uso de mascarillas*~~
- **Está permitido el uso de los vestuarios y de los aseos en el polideportivo**

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Ninguna restricción pedagógica siempre y cuando dichas situaciones respeten los límites de contacto

Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

- Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para los atletas como para el instructor/voluntario
- El horario de entrenamiento. Para una sesión teórica de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:
  - De 5 a 10min desde el lobby hasta el comienzo de la sesión
  - 45min de sesión
  - De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo
  - +15min extra entre las sesiones para evitar el encuentro de grupos y para ventilar la zona de entrenamiento
- El acompañante tiene que llegar al dojo 5 minutos antes de que acabe la sesión y esperar en la entrada, respetando la distancia de seguridad junto con los demás acompañantes

Las Recomendaciones Sanitarias para Realizarse antes de la Llegada al Dojo

- Ducharse y lavarse el pelo
- Asegurarse que el equipamiento de judo ha sido lavado adecuadamente (el chándal, el judogi, etc.)
- Lavarse las manos correctamente y mantener las uñas cortas
- Ir al baño antes del comienzo de la sesión
- Llevar puesto el equipamiento de entrenamiento (judogi) debajo de un chándal (+ un abrigo si es necesario) para mantener el equipamiento de entrenamiento limpio de camino hacia el dojo o llevar el judogi limpio en un bolso y cambiarse en el vestuario

- Tener una bolsa deportiva o mochila suficientemente grande para meter los pañuelos desechables de papel, el gel desinfectante/liquido, los *zori* o las zapatillas, un botellín de agua y un documento que lleve los detalles de contacto de su acompañante, con quien se pueda contactar en caso de emergencia durante la sesión de entrenamiento (para los menores de edad)

Requisitos Sanitarios en el Lobby del Dojo – de los Clubes

Si el dojo se encuentra dentro de un polideportivo, la entrada para los atletas se realizará evitando el empleo de la misma entrada para distintos deportes.

- Preparar un mostrador de bienvenida en la entrada, atendido por un responsable adulto del club
- **Controlar y recoger los cuestionarios sanitarios firmados**
- Medir la temperatura de los participantes utilizando un termómetro infrarrojo sin contacto
  - **descartar a todos los judokas que presenten temperatura alta (> 37.5°C)**
- Proporcionar un desinfectante de manos (gel o liquido)
- Proporcionar una papelera para los pañuelos desechables y la basura
- Informar a los acompañantes (máx. 1/atleta) en cuanto a las horas de salida y llegada

Requisitos Sanitarios desde el Lobby hasta la Zona de Entrenamiento

- Los atletas se dirigen hacia los vestuarios para cambiarse. Después de ponerse el judogi, depositan todas las pertenencias en sus bolsas
- Los atletas salen de los vestuarios con sus bolsos, se ponen los *zori*/ las zapatillas y se dirigen hacia la zona de entrenamiento
- Los atletas dejan los *zori*/ las zapatillas en el borde del tatami, sacan la botella, los pañuelos y el gel/liquido desinfectante. Las demás pertenencias tienen que estar guardadas en la bolsa (teléfono, etc.)
- Los atletas se sientan en el tatami, con las piernas en el exterior, y aplicando el gel/liquido desinfectante en los pies y luego en las manos.
- Los atletas giran hacia el interior del tatami y esperan que el instructor los invite a proceder hacia la zona señalada en el tatami

Requisitos Sanitarios después de la Sesión de Entrenamiento hasta la Salida del Dojo

- Los atletas aplican el gel/liquido desinfectante en los pies, se ponen los *zori*/ las zapatillas, colocando el equipaje sanitario y la botella en la bolsa
- Los atletas se dirigen en grupos pequeños hacia los vestuarios para cambiarse
- Antes de salir del dojo, los atletas se limpian las manos con el gel/liquido desinfectante proporcionado por el club
- Los atletas menores de edad tienen que esperar hasta que el responsable del lobby autorice su salida y puedan dirigirse hacia el acompañante

Recomendaciones Sanitarias a la Llegada a Casa

- Ducharse
- Lavar el equipamiento de entrenamiento (el judogi)
- Desinfectar los *zori*/ las zapatillas
- Desinfectar la bolsa
- Lavar el botellín de agua
- Reabastecer el equipo sanitario (gel/liquido desinfectante, pañuelos)

PROTOCOLO DE REQUISITOS SANITARIOS PARA LA ORGANIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO (FEDERACIONES/CLUBES)

Las siguientes recomendaciones son para proveer pautas para proteger a todos los individuos responsable de la gestión de grupos de atletas en cualquier nivel, incluyendo a los entrenadores, voluntarios, etc.

Higiene Individual

- Ducharse antes de llegar al dojo
- Tener un equipamiento de entrenamiento limpio cada vez que se haga el desplazamiento al dojo
- Lavarse las manos con un desinfectante (gel/liquido) al entrar en el dojo
- Colocar el calzado en la entrada en el dojo y ponerse los *zori* o las zapatillas que se llevaran cada vez fuera del tatami
- Dirigirse a la zona personal designada para vestirse/desvestirse
- Aplicar desinfectante en los pies al entrar/salir del tatami
- El uso de mascarilla de acuerdo con el nivel de vigilancia (según las recomendaciones gubernamentales en términos de la calidad de la mascarilla)

La Limpieza y la Asepsia de la Zona de Entrenamiento y del Equipo Pedagógico

- Asegurarse de que el tatami ha sido limpiado/desinfectado y que la zona está bien ventilada después de cada sesión de entrenamiento (30' – 15' limpieza y 15' sequedad)
- Asegurarse que el equipo pedagógico utilizado por los atletas has sido limpiado/desinfectado

El Monitorizaje de la Circulación y la Gestión de los Atletas desde la Entrada hasta la Salida del Dojo

- Planear y marcar el trayecto de circulación dentro del dojo (señalización, cinta reflectora, lona alquitranada fácil de lavar, etc.)
- ! Los planes de circulación tendrán en cuenta la configuración del dojo. Tiene que garantizar que la distancia sanitaria y de seguridad se mantiene.

Requerimientos en cuanto a los Pasos Personales para los Judokas en el Dojo

- Señalar el trayecto de circulación dentro del dojo (cinta adhesiva, lonas alquitranadas fácil de lavar, etc.) asegurándose de que una distancia de 2 metros se guarde entre cada zona

Requerimientos en cuanto a las Zonas de actividad en el Tatami

- Calcular el máximo número de atletas / sesión de entrenamiento dependiendo de la zona disponible y las medidas gubernamentales
- Señalar las zonas designadas para cada atleta / pareja (cinta adhesiva, lonas alquitranadas fácil de lavar (, etc.)

PROTOCOLO DE REQUERIMIENTOS SANITARIOS PARA LA DESINFECCIÓN DE LOS DOJOS

Kits de limpieza (no-exhaustivo)

- toallitas desinfectantes
- aerosoles desinfectantes recomendados por la FN
- vaporizadores desinfectantes recomendados por la FN
- purificador de aire recomendados por la FN
- papel y trapo para limpiar
- cubos para limpiar + fregonas
- guantes desechables (látex o nitrilo)

Frecuencia de Limpieza

La limpieza de distintos espacios debería planearse y de acuerdo con la gestión de la facilidad.

Tipo de limpieza	Tipo de producto	Zona en cuestión	Frecuencia
Desinfección del suelo (ej. lobby, dojo, etc.)	Producto viricida* en la fase 4-2 Limpieza general	Zonas comunes	Diariamente al final del día
Desinfección de los puntos de contacto (ej.: mangos)	Producto viricida en la fase 4-2 Limpieza general	¡Cerrado en la fase 4-2! duchas, vestuarios, instalaciones sanitarias zonas comunes	Dos o tres veces al día según la zona
Limpieza habitual	Productos de limpieza clásicos (ej.: líquidos desinfectantes, sprays, desincrustadores de cal, etc.)	Cerrado en la fase 4-2 Duchas, vestuarios, Almacén para el equipo pedagógico zonas comunes	A principios y al final del día
Tatami y equipo pedagógico	Producto viricida en la fase 4-2 Productos recomendados por la FN	tatami no utilizado en la fase 4-3 equipo pedagógico	antes de la primera sesión y luego, después de cada sesión Después de cada uso en fase 2, después diariamente

* producto antivirus (que mata el virus)