



PROTOCOL PER A DISMINUIR EL
RISC DE CONTAGI DE LA COVID-19
EN EL DESENVOLUPAMENT DE LA
PRÀCTICA ESPORTIVA I LA
COMPETICIÓ EN EL SI DE LA
FEDERACIÓ CATALANA DE FÍSIC-
CULTURISME

Barcelona
Novembre 2020



ÍNDEX

1. Antecedents.	2-3
2. Principis rectors.	4
3. Mesures.	5-7
4. Abans d'iniciar la competició	8-13
5. Durant la competició.	14-15
6. Després de la competició.	16-17
7. Entrega de premis.	18
8. Sistema validació i acreditació federativa.	19
• ANNEX 1 (Infografies)	20-23
• ANNEX 2 (Declaració responsable)	24-25
• ANNEX 3 (Registre aforaments/traçabilitat)	26



1.- ANTECEDENTS

D'acord amb el [Pla d'Acció pel Desconfinament Esportiu de Catalunya](#) presentat per la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física i aprovat pel PROCICAT, es determina la fase de represa de l'activitat esportiva i la competició requerint als organitzadors i titulars de les instal·lacions l'adopció de protocols específics per a la determinació de mesures que procurin evitar el risc de contagi per COVID19 entre les persones usuàries d'instal·lacions esportives així com participants a l'activitat.

En aquest sentit, la Federació Catalana de Físic-culturisme (en endavant FCFC), com a entitat de segon nivell que aglutina els clubs esportius de la modalitat de Físic-culturisme i Powerlifting, ha desenvolupat aquest protocol (en endavant PROTOCOL) per a cadascuna de les disciplines pròpies com a instrument normatiu que els organitzadors d'entrenaments i competició hauran d'observar.

Aquest PROTOCOL s'ajusta al MODEL BÀSIC preparat, conjuntament per la Unió de Federacions Esportives de Catalunya (en endavant UFEC) i la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física (en endavant SGEAF), amb l'objectiu de garantir un contingut mínim comú a totes les federacions en aquesta normativa, sense perjudici de les mesures específiques que la pròpia modalitat requereix, per a la prevenció de la transmissió del COVID-19.

El PROTOCOL serà validat per la UFEC i haurà de comptar amb la acceptació de la SGEAF que procedirà a la seva acreditació i publicació.

Una vegada la FCFC compti amb el PROTOCOL validat i acceptat podrà acreditar l'activitat o la competició que qualsevol organitzador desenvolupi a Catalunya, amb l'emissió de **l'ACREDITACIÓ FEDERATIVA**.

Els organitzadors d'activitat esportiva o competició en espai públic o instal·lacions municipals que requereixin d'autorització administrativa prèvia per al desenvolupament de la seva activitat, per la seva agilització, acompanyaran en la sol·licitud d'autorització la corresponent **ACREDITACIÓ FEDERATIVA** conforme les mesures de prevenció previstes per l'activitat s'adeqüen al protocol de la FCFC. La



intervenció de la FCFC en aquest sistema d'acreditació es limita a determinar l'adequació de les mesures de l'activitat al seu protocol propi, sense que sigui responsabilitat de la mateixa garantir l'aplicació durant el desenvolupament de la prova o competició.

El present protocol s'adaptarà puntualment a les normatives publicades en cada moment per les autoritats sanitàries.



2.- PRINCIPIS RECTORS

Les mesures i actuacions contingudes en el PROTOCOL hauran de ser informades d'acord els següents principis rectors:

- **Objecte.** El PROTOCOL serà el marc general d'aplicació per a totes les federacions esportives als efectes d'adequar i executar el propi protocol en funció de les activitats i modalitats esportives, i així per evitar contagi per COVID-19 entre els participants de les mateixes. Les mesures previstes en el PROTOCOL s'aplicaran mentre duri l'estat de pandèmia sanitària, amb independència de l'espai on es desenvolupi l'activitat i de qui sigui l'organitzador d'aquesta. A l'efecte, s'entendrà estat de pandèmia sanitària el període durant el qual les autoritats sanitàries competents mantinguin les mesures escaients de prevenció per evitar el contagi de COVID-19.
- **Jerarquia normativa.** Les mesures previstes en els PROTOCOLS seran d'aplicació sempre que l'activitat objecte pugui desenvolupar-se d'acord amb la normativa emesa per les autoritats sanitàries corresponents. Els PROTOCOLS no autoritzen per si mateix la realització de cap activitat específica, essent la seva finalitat preveure l'actuació determinada per desenvolupar activitat esportiva permesa.
- **Prudència.** En la interpretació i aplicació del PROTOCOL, els participants i organitzadors de l'activitat esportiva objecte es regiran per l'observança del criteri de prudència; essent d'elecció preferent l'opció que davant d'una mateixa situació garanteixi una millor protecció davant del contagi.
- **Mitjans telemàtics.** Es realitzaran per mitjans telemàtics i garantint la distància social de seguretat totes aquelles actuacions pròpies de les activitats objecte dels PROTOCOLS que puguin realitzar-se per aquests mecanismes.



3.- MESURES

Els PROTOCOLS hauran d'incloure en tot moment els criteris generals que s'especifiquen tot seguit:

- **Distància de seguretat.** Es preservarà la distància física interpersonal de seguretat en 1,5 m en general, amb l'equivalent a un espai de seguretat de 2,5 m² per persona, tant en la pràctica esportiva com en la competició. I en aquest últim cas es respectarà aquesta distància, tant dalt de l'escenari com en la zones d'escalfament, sempre que les condicions de la instal·lació ho permetin. En les zones d'escalfament el competidor podrà estar acompanyat d'una persona (tècnic i/o entrenador) per ajudar-lo en les tasques de preparació de la competició sempre que aquest respecti en tot moment, les més estrictes mesures de seguretat pel que fa a l'ús de la mascareta, higiene de mans i guants.
- **Mascareta.** L'ús de la mascareta haurà de ser obligatori en els entrenaments, quan no es pugui respectar la distància mínima de seguretat establerta anteriorment, i sempre que es transiti per zones comunes ocupades per altres practicants. Durant la competició, en les zones destinades a l'escalfament previ, el competidor podrà prescindir de l'ús de la mascareta sempre i quan mantingui la distància de seguretat establerta anteriorment, amb el tècnic i/o entrenador, així com amb la resta de competidors. Un cop a l'escenari i iniciada la competició, cap competidor estarà obligat a portar mascareta.
- **Higiene de mans.** Abans, durant, i després de l'entrenament, caldrà fer un rentat freqüent de mans mitjançant solucions hidroalcohòliques o amb aigua i sabó. Igualment s'haurà de desinfectar tot aquell material que es faci servir, abans de que aquest material quedi a disposició de la resta de practicants. L'ús habitual de la tovallola d'entrenament i guants, no eximeix de realitzar aquestes tasques de desinfecció del material utilitzat. Es recomana fer ús de calçat exclusiu en les sales d'entrenament. De no ser així, s'hauran de desinfectar les soles de les sabates abans d'accedir a la sala. Durant la competició, tots els auxiliars, acompanyants, tècnics i/o entrenadors que hagin d'accedir a la zona d'escalfament, hauran de



desinfectar-se les mans amb solució hidroalcohòlica freqüentment. Els competidors estaran exempts d'aquesta mesura per la ineludible aplicació dels tints corporals habituals.

- **Grups estables.** En el probable cas que no es pugui garantir la distància de seguretat en la pràctica esportiva quan s'entrena per parelles, caldrà que aquesta es realitzi amb acompanyants "estables", entenent per "estables" aquells que de forma continuada, hagin tingut contacte estret en la pràctica esportiva i no hagin presentat la simptomatologia clínica de la COVID-19. En el cas d'un grup o parella d'entrenament de recent creació, caldrà tenir especial cura durant els primers 14 dies fins a la seva estabilització. Durant la competició, serà preferible que auxiliars, acompanyants, o tècnics i entrenadors formin part del grup "bombolla" del competidor.
- **Traçabilitat.** Cal garantir les mesures que facilitin identificar els esportistes i tenir el control de la simptomatologia clínica, així com dels seus possibles contactes de risc. En totes aquelles instal·lacions amb control d'accés, la traçabilitat quedarà assegurada automàticament. Si no es disposa de sistemes de control automàtic, s'haurà de portar el control de la traçabilitat de manera manual. Durant la competició s'haurà de registrar manualment a tots els competidors, així com aquells auxiliars, acompanyants, tècnics i/o entrenadors que accedeixin a la zona d'escalfament amb el competidor. (Annex 3)
- **Declaració de responsabilitat.** Als efectes d'oferir major garanties de traçabilitats els participants de les activitats esportives han de declarar que els darrers 14 dies no han tingut cap simptomatologia compatible amb la COVID-19, no han resultat positius en cap PCR o test d'antígens, i que no han conviscut amb persones que ho hagin estat ni han tingut contacte estret amb persones afectades per la COVID-19. Durant la competició serà requisit indispensable per a accedir a la competició, presentar la esmentada Declaració de Responsabilitat. (Annex 2)



- **Identificació del Responsable de Compliment del Protocol.** En totes les instal·lacions s'haurà de determinar un Responsable del Compliment del Protocol que actuarà com a interlocutor amb l'autoritat sanitària i esportiva. Així mateix, durant la competició, s'haurà de designar un Responsable amb les mateixes atribucions ja esmentades.



Els PROTOCOLS hauran de tenir les mesures que a continuació es detallen i que, en tot cas, s'estructuraran d'acord al moment de l'activitat que siguin d'aplicació i a la persona participant sobre qui té afectació.

4.- ABANS D'INICIAR LA COMPETICIÓ.

- **L'esportista**

- Es recomana que els desplaçaments dels esportistes es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada esportista haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- Sempre que sigui possible, arribarà al lloc de l'activitat amb la roba esportiva ja posada procurant evitar l'ús de vestidors.
- S'aconsella arribar amb l'antelació suficient al lloc de la competició per tal d'evitar aglomeracions a l'entrada i a les taules d'acreditació.
- Els dorsals dels competidors s'entregaran protegits dins d'un sobre i serà l'esportista qui l'extregui del seu interior.
- Durant el pesatge serà obligatori l'ús de la mascareta per part dels competidors. No es podrà anar descalç, s'haurà de pesar amb calçat propi i prèviament desinfectat. En cap moment, el competidor podrà tocar la bàscula. L'auxiliar encarregat del pesatge haurà de portar mascareta i pantalla protectora. Mentre s'espera el torn del pesatge s'haurà de mantenir la preceptiva distància de seguretat.
- Sempre que sigui possible es recomanable fer servir bàscules electròniques amb display remot, o connectades a un smartphone amb la respectiva app, i d'aquesta manera assegurar la distància entre l'auxiliar i els competidors.
- Cada esportista aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19, i en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració



responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o que no ha viatjat a zones de risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document (Annex 2). El model es podrà descarregar de la web de la FCFC i s'haurà d'entregar al Responsable de Compliment del Protocol, juntament amb la llicència esportiva vigent.

- Cada esportista mantindrà la distància de seguretat interpersonal en els seus desplaçaments fins abans d'iniciar la competició.
- Cada esportista farà ús de la mascareta fins el moment d'iniciar la competició, menys aquelles persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Cada esportista haurà facilitat les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat. Aquestes dades s'obtidran del full d'inscripció prèviament omplert i enviat a la Federació i/o a l'organitzador de la competició, o de la pròpia Declaració de Responsabilitat ja esmentada.

- **Persones treballadores i voluntaris.**

- Es recomana que els desplaçaments dels treballadors o voluntaris es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada persona haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- En cas d'utilitzar roba específica o uniforme, cada treballador/voluntari arribarà al lloc de la competició amb aquesta ja posada en la mesura que sigui possible. En aquest sentit s'haurà d'evitar la utilització de vestidors.
- Serà necessari el rentat habitual i constant de mans mitjançant la solució hidroalcohòlica així com aigua i sabó.



- Cada treballador o voluntari aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document (Annex 2). El model es podrà descarregar de la web de la FCFC i s'haurà d'entregar al Responsable de Compliment del Protocol.
- Cal que cada treballador o voluntari mantingui la distància de seguretat en els seus desplaçaments respecte la resta de persones.
- Es farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Cada treballador o voluntari facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a la competició que garanteixi la traçabilitat del grup. Aquestes dades es recolliran en la Declaració de Responsabilitat ja esmentada.
- El nombre de voluntaris en les competicions serà el necessari per a garantir el correcte desenvolupament de les següents tasques:
 - ✓ Entrega de dorsals i control de rentat de mans amb gel hidroalcohòlic.
 - ✓ Organització, distribució i control del procés de pesatge
 - ✓ Control d'accés a la zona d'escalfament, a l'escenari, i a qualsevol altra dependència habilitada per l'organització de la competició.
 - ✓ Control d'entrades al recinte i seguiment de l'aforament.
 - ✓ Control del espai habilitat per al públic amb l'objectiu d'assegurar l'ús correcte de la mascareta i el manteniment de les distàncies de seguretat, així com l'atribució de cada un dels seients.
 - ✓ Control de les taules tècniques (jutges i estadístics)
 - ✓ Control d'accés a l'escenari.



- ✓ Control de l'espai habilitat (platea) per a que romanguin la resta d'esportistes que no es troben competint en aquell moment.
- ✓ Organització, distribució i control de l'entrada i sortida de les diferents categories a l'escenari, per les vies habilitades exclusivament per aquests recorreguts.
- ✓ Personal per a l'entrega dels trofeus, prèviament desinfectats, diplomes, o lots de regal.

- **L'organitzador**

- Comunicarà i informarà de les mesures del PROTOCOL a les persones treballadores a càrrec, al voluntariat que hi participi i als competidors. En aquest sentit, s'assegurarà de la disposició d'infografies informatives amb aquesta finalitat.(Annex 1)
- Durà a terme una neteja inicial exhaustiva i la desinfecció dels espais i el material d'ús de la competició que porti l'organitzador.
- Per evitar aglomeracions s'estructurarà un sistema de competició per blocs o categories. Mentre una categoria competeix a l'escenari, la categoria següent romandrà a la zona d'escalfament fent la preparació prèvia. Quan la primera abandoni l'escenari per una exclusiva ruta de sortida, la categoria que estava a la zona d'escalfament entrarà a l'escenari per una ruta exclusiva d'entrada, donant pas a que la següent categoria ocupi la zona d'escalfament recentment desallotjada per un altre ruta independent de les dos anteriors. Tots aquells competidors que no estiguin competint a l'escenari, o en la zona d'escalfament, hauran de romandre al espai habilitat per a ells (habitualment, la platea), esperant que se'ls cridi per a ocupar la zona d'escalfament des de la megafonia del recinte.
- Dotarà de material EPI a les persones treballadores i voluntàries que participen en el desenvolupament de la competició. El material ha de ser l'adequat per a la funció desenvolupada i, en cas d'incorporar més d'un element, aquests han de ser compatibles entre ells.



- Procurarà un sistema d'inscripció a la competició per mitjà telemàtic.
 - Impedirà l'accés a l'espai de la competició a les persones que presentin símptomes relacionats amb la COVID-19.
 - Establirà indicadors i rutes de desplaçament per a evitar la formació d'aglomeracions de persones.
 - En la mesura del possible, col·locarà dispensadors del gel hidroalcohòlic en l'espai de la competició per al seu lliure ús de les persones.
 - Nomenarà al **Responsable de Compliment del Protocol** que haurà de vetllar pel compliment de les mesures previstes, així com de les mesures en normativa sanitària que estiguin vigents en cada moment. El Responsable de Compliment del Protocol també supervisarà el flux de trànsit en els accessos per evitar aglomeracions, i serà l'encarregat de registrar el nom, cognom i dades de contacte, de les persones participants en la competició; ja siguin esportistes (lliurades prèviament amb la inscripció), treballadors i voluntaris (també lliurades prèviament), o públic, per tal de garantir la traçabilitat.
- **El públic**
 - Es recomanarà al públic que efectui els seus desplaçaments de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es produeixin s'haurà de fer ús individual de les mascaretes.
 - Haurà d'aportar una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19, i en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document. S'informarà prèviament per tots els mitjans escaients (web, circulars a clubs adherits, xarxes socials...) amb l'objectiu de que el públic assistent es pugui descarregar el document de la web de la FCFC i portar-lo ja omplert i signat. En qualsevol cas, en el registre d'entrada es



disposarà de suficients documents ja impresos perquè el públic pugui omplir-los en els moments previs a l'accés al recinte.

- Haurà d'évitar la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat, guardant la corresponent distància de seguretat.
- Els voluntaris a càrrec del públic registraran quina persona ha ocupat cada seient, anotant el número de l'entrada al plànol del recinte. Prèviament, en el registre d'accés, s'haurà anotat també el número de l'entrada a la Declaració de Responsabilitat, i d'aquesta manera serà més fàcil obtenir la traçabilitat si fos necessari.
- Si no s'han fixat condicions especials d'aforament, el públic ocuparà els seients d'un en un, deixant dos de separació entre ells. No obstant, si es tractés de persones convivents, podrien ocupar seients contigus deixant dues cadires de separació amb la resta del públic.
- Farà ús de la mascareta menys aquelles persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup. Aquestes dades es recolliran en el mateix document de Declaració de Responsabilitat.



5.- DURANT LA COMPETICIÓ.

Serà important adoptar mesures per evitar la concentració de persones, especialment en les sortides i les arribades dels esportistes, i s'haurà de fer una tasca preventiva per a identificar els punts o moments en què el risc de concentració de persones pugui arribar a incrementar-se.

- **L'esportista.**

- Procurarà, sempre que sigui possible, mantenir la distància de seguretat i evitar el contacte amb altres participants, tant en la zona d'escalfament com en l'escenari en el moment de la competició. Aquesta circumstància serà controlada pels auxiliars en la zona d'escalfament, i per l'oficial d'escenari en el moment de la competició que tindrà cura de que tots els esportistes es mantinguin en les seves posicions prèviament marcades al terra amb cinta adhesiva.
- Mantindrà els seus materials i utensilis personals en la bossa pròpia que porti a l'efecte, amb una utilització individual incloent el material d'avituallament que sigui necessari per la competició.
- Ocuparà únicament aquells espais que li siguin assignats per l'organització i indicats pels auxiliars.

- **Treballadors i/o voluntaris**

- S'ocuparan de que es mantingui la distància de seguretat entre les persones i els esportistes que desenvolupen la competició.
- Faran ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procuraran una higiene i desinfecció de mans periòdica.

- **L'organitzador**

- Dur a terme ventilació creuada de forma periòdica en els espais de la competició que així ho permetin.



- Evitarà, en la mesura del possible, que els competidors hagin de compartir cap tipus de material, i en el cas de que així fora, procurarà que aquest sigui desinfectat després de cada ús.
 - En el cas de facilitar avituallament, l'organització haurà de disposar d'una persona responsable que lliuri el material i que compleixi amb la normativa de salut en relació al tractament dels aliments tot evitant la concentració de persones.
 - Garantirà el subministrament de gel hidroalcohòlic en dispensadors fins a la finalització de la competició.
 - El Responsable de Compliment del Protocol supervisarà l'aplicació de les mesures, resoldrà i anotarà les incidències que s'ocasionin.
- **El públic**
 - Mantindrà la distància de seguretat.
 - Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia (llevat de les excepcions ja esmentades en punts anteriors)
 - Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.



6.- DESPRÉS DE LA COMPETICIÓ.

- **L'esportista.**

- Mantindrà els seus materials personals en la borsa pròpia que porti a tal l'efecte.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments
- Si fos necessari utilitzar vestuaris i dutxes, tindrà cura de mantenir la distància de seguretat en tot moment, i tindrà prohibit desplaçar-se descalç.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència en l'espai de competició més enllà del estrictament necessari, i un cop finalitzi la seva categoria haurà d'abandonar-lo. Si vol seguir veient la resta de la competició s'haurà d'ubicar en els seients reservats per a competidors que hi haurà a platea.
- Evitarà formar grups i crear aglomeracions a la sortida de la competició.

- **Treballadors i voluntaris.**

- Mantindran la distància de seguretat en els seus desplaçaments.
- Faran ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitaran la permanència innecessària en l'espai de la competició.
- Evitaran aglomeracions a la sortida de la competició.

- **L'organitzador**

- El Responsable de Compliment del Protocol supervisarà el flux de trànsit en la sortida per evitar la formació d'aglomeracions.
- Guardarà el registre d'assistents i participants així com les declaracions responsables aportades per un termini mínim de 30 dies naturals des de la data



de l'activitat i estarà a disposició de les autoritats sanitàries en cas que sigui requerit com a conseqüència de positius en contagi per COVID19.

- **Públic**

- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais de l'entorn i accessos a la competició, garantint una sortida esglaonada.
- Serà necessari evitar que els espectadors s'aturin en la ruta de sortida de la instal·lació.
- Hauran de mantenir la distància de seguretat durant tot el trajecte de la seva ruta de sortida.
- Faran ús de la mascareta menys aquelles persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.



7.- ENTREGA DE PREMIS.

En la cerimònia d'entrega de premis es tindrà en compte el següent:

- Es mantindrà la distància de seguretat interpersonal d'1m.
- Tots els implicats hauran de fer servir la mascareta que cobreixi el nas i la boca durant tot la cerimònia.
- Els encarregats de l'entrega es rentaran les mans abans i després de cada lliurement amb solucions hidroalcohòliques.
- Els trofeus o diplomes hauran d'estar desinfectats prèviament a la seva entrega. S'evitarà l'ús de medalles, i en el cas de fer-les servir s'entregaran en mà evitant el contacte.
- La/es persona/es que entreguin els premis (autoritats, organitzadors...) evitaran el contacte físic, com ara encaixaments de mans, abraçades o petons.
- Els esportistes es mantindran estàtics en les marques fetes a terra amb l'objectiu de delimitar les posicions de podi mantenint la distància de seguretat, des del primer al sisè classificat. En cap cas, els esportistes podran moure's d'aquestes marques i abandonaran l'escenari després del lliurament en l'ordre, temps i ruta, que els indiqui l'oficial d'escenari
- El lliurament de premis es farà dalt de l'escenari i l'accés estarà restringit per a les persones que no formin part de l'operativa del mateix lliurament. No estarà permès l'accés del públic a l'escenari.
- Totes les persones que formin part de l'operativa del lliurament de premis hauran d'estar perfectament registrades per l'organització, amb noms i cognoms, càrrec i dades de contacte (telèfon i correu electrònic).
- El Responsable de Compliment del Protocol vetllarà pel compliment d'aquest procediment.



8.- SISTEMA DE VALIDACIÓ I ACREDITACIÓ FEDERATIVA.

El Protocol elaborat per la FCFC serà validat per l'UFEC, i posteriorment es trametrà a la Secretaria General de l'Esport per a la seva acceptació i publicació a la pàgina web.

Un cop validat el corresponent Protocol de la FCFC i acceptat per la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física en els termes establerts, els organitzadors de les competicions de les disciplines esportives afiliades a la FCFC a Catalunya podran sol·licitar l'**ACREDITACIÓ FEDERATIVA** de les mesures que aquests hagin previst per al desenvolupament de l'activitat competitiva. L'acreditació federativa s'emetrà d'acord a la subjecció al Protocol de les mesures proposades per l'organitzador.

La Federació podrà emetre l'acreditació federativa tant per a organitzadors federats com no federats.

L'acreditació federativa es limita a determinar l'adequació de les mesures de la competició proposades per l'organitzador al seu PROTOCOL propi, sense que sigui responsabilitat de la mateixa garantir l'aplicació durant el desenvolupament de la prova o competició.

ANNEX 1. Infografies.

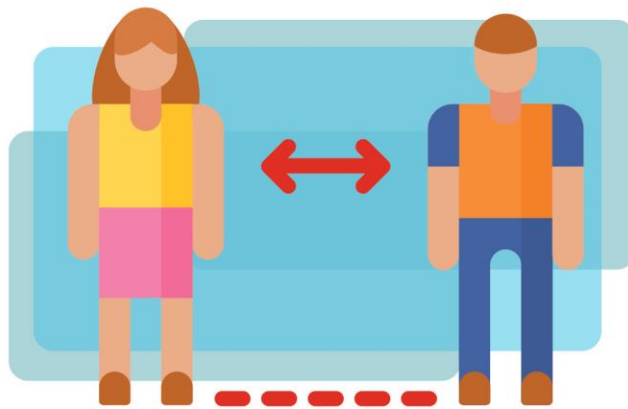
<https://tinyurl.com/yxaujrdl>



<https://tinyurl.com/y5czwscd>

 Unió de Federacions
Esportives de Catalunya

Mantingues la distància de seguretat



<https://tinyurl.com/y6ess96t>

 Unió de Federacions
Esportives de Catalunya

Neteja't les mans



<https://tinyurl.com/y4d3a2wo>



Unió de Federacions
Esportives de Catalunya

Fes ús de la mascareta





ANNEX 2. DECLARACIÓ RESPONSABLE.

<https://tinyurl.com/y38p8rq9>.



DECLARACIÓ RESPONSABLE COVID-19 PER A MAJORS D'EDAT

En/na [Nom i cognoms] amb DNI/NIE [Número], i llicència [Número], com a [esportista, tècnic, voluntari...]

Declaro responsablement:

1. Que durant els darrers 14 dies i en aquest moment:
 - a) No presento cap simptomatologia compatible amb la Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.
 - b) No he estat positiu/iva de Covid-19 ni he conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
 - c) No he estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de Covid-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
2. Que procuraré tenir el calendari vacunal actualitzat.
3. Que, en el cas de tenir febre o presentar algun dels símptomes compatibles amb la Covid-19, m'abstindré d'accedir a la instal·lació esportiva i no participaré en cap activitat esportiva que s'hi pugui desenvolupar. Així mateix, informaré del meu estat als responsables de la mateixa instal·lació.
4. Que he llegit els protocols de prevenció, higiene i seguretat disposats per l'entitat esportiva, i accepto complir responsablement en la seva totalitat les pautes que hi figuren. Accepto, igualment, que en cas d'incompliment d'alguna d'elles pugui ser exclòs/sa de l'activitat i/o de la instal·lació esportiva.
5. Que conec l'obligació d'informar als responsables de l'activitat esportiva de l'aparició de qualsevol cas de Covid-19 en el meu entorn familiar i de mantenir un contacte estret amb els mateixos responsables davant de qualsevol incidència.

I, perquè així consti, als efectes de poder accedir a la instal·lació i participar de les activitats esportives organitzades per l'entitat esportiva [Nom de l'entitat], signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

Signatura

[Localitat], [dia] de [mes] de [any]

Tractament de dades de caràcter personal.

La Federació Catalana de Físic-culturisme (en endavant FCFC) d'acord amb allò establert a l'article 32 del Reglament (UE) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell, de 27 d'abril de 2016, relatiu a la protecció de les persones físiques en allò que respecta al tractament de dades personals i a la lliure circulació d'aquestes dades i pel que es deroga la Directiva 95/46/CE, FCBE es compromet a adoptar les mesures tècniques i organitzatives necessàries, segons el nivell de riscos que acompanyen els tractaments realitzats per aquestes i indicats a l'apartat dels termes i condicions d'ús, de forma que garanteixen la seva integritat, confidencialitat i disponibilitat.

En qualsevol moment podreu exercir els drets accés, rectificació, cancel·lació i oposició de les vostres dades. Per exercir aquest dret podeu sol·licitar-ho a través de correu electrònic (info@fc-culturisme.cat) o bé a través de correu postal a l'adreça del carrer Comte d'Urgell 170, local 5, 08036 Barcelona.

Al complimentar i acceptar els formularis de la FCFC, estareu donant el vostre consentiment a la inclusió de les vostres dades en una base registrada a tal efecte, sense perjudici de que pugueu, en qualsevol moment, exercitar els drets de rectificació, cancel·lació i oposició.

Federació Catalana de Físic-culturisme. C/Comte d'Urgell 170, local 5, 08036 Barcelona
93 323 10 58. info@fc-culturisme.cat



<https://tinyurl.com/y3o2qf99>.



DECLARACIÓ RESPONSABLE COVID-19 PER A MENORS D'EDAT

En/na [Nom i cognoms] amb DNI/NIE [Número], en qualitat de [pare, mare, o tutor legal], de l'esportista menor d'edat [Nom i cognoms] i llicència [Número]

Declaro responsablement:

1. Que el meu fill/a, durant els darrers 14 dies i en aquest mateix moment:
 - a) No presenta cap simptomatologia compatible amb la Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.
 - b) No ha estat positiu/iva de Covid-19 ni ha conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
 - c) No ha estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de Covid-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
2. Que procuraré tenir el calendari vacunal del meu fill/a actualitzat.
3. Que prendré la temperatura al meu fill/a abans de sortir de casa per anar a l'activitat esportiva organitzada per l'entitat [Nom de l'entitat] i accedir a la instal·lació on aquesta s'hi desenvolupa i que, en el cas que tingui febre o presenti algun dels símptomes compatibles amb la Covid-19, romandrà a casa i no participará en l'activitat esportiva. Així mateix, informaré del seu estat als responsables de l'esmentada activitat
4. Que he llegit els protocols de prevenció, higiene i seguretat disposats per [Nom de l'entitat], i accepto complir responsablement en la seva totalitat les pautes que hi figuren. Accepto, igualment, que en cas d'incompliment d'alguna d'elles, el meu fill/a pugui ser exclòs/sa de l'activitat i/o de la instal·lació esportiva.
5. Que conec l'obligació d'informar als responsables de l'activitat esportiva de l'aparició de qualsevol cas de Covid-19 en el meu entorn familiar i de mantenir un contacte estret amb els mateixos responsables davant de qualsevol incidència.
6. Que m'encarrego d'aportar la quantitat de mascaretes per al meu fill/a per als dies que duri l'activitat en cas que així ho requereixi l'equip de dirigents.

I, perquè així consti, als efectes de poder accedir a la instal·lació i participar de les activitats esportives organitzades per [Nom de l'entitat], signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

[Localitat], [dia] de [mes] de [any]

Signatura.

Tractament de dades de caràcter personal.

La Federació Catalana de Físic-culturisme (en endavant FCFC) d'acord amb allò establert a l'article 32 del Reglament (UE) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell, de 27 d'abril de 2016, relatiu a la protecció de les persones físiques en allò que respecta al tractament de dades personals i a la lliure circulació d'aquestes dades i pel que es deroga la Directiva 95/46/CE, FCBE es compromet a adoptar les mesures tècniques i organitzatives necessàries, segons el nivell de riscos que acompanyen els tractaments realitzats per aquestes i indicats a l'apartat dels termes i condicions d'ús, de forma que garanteixen la seva integritat, confidencialitat i disponibilitat.

En qualsevol moment podreu exercir els drets accés, rectificació, cancel·lació i oposició de les vostres dades. Per exercir aquest dret podeu sol·licitar-ho a través de correu electrònic (info@fc-culturisme.cat) o bé a través de correu postal a l'adreça del carrer Comte d'Urgell 170, local 5, 08036 Barcelona.

Al complimentar i acceptar els formularis de la FCFC, estareu donant el vostre consentiment a la inclusió de les vostres dades en una base registrada a tal efecte, sense perjudici de que pugueu, en qualsevol moment, exercir els drets de rectificació, cancel·lació i oposició.

Federació Catalana de Físic-culturisme. C/Comte d'Urgell 170, local 5, 08036 Barcelona
93 323 10 58. info@fc-cultjurisme.cat



ANNEX 3. REGISTRE D'AFORAMENT. TRAÇABILITAT.

<https://tinyurl.com/yy9kwda3>.

REGISTRE D'AFORAMENT	
ACTIVITAT	[Competició, entrenament, tecnificació]
ORGANITZADOR	[Entitat esportiva]
MÒBIL	[telf contacte organitzador]
E-MAIL	[e-mail contacte organitzador]
UBICACIÓ	[Localitat, adreça...]
DATA	Fes click aquí o prem per a escollir una data.
HORA INICI	Fes click aquí o prem per a escollir una hora.
HORA FINAL	Fes click aquí o prem per a escollir una hora

PARTICIPANTS		
Nº	Nom i cognoms	[Nom i cognoms]
	Categoria	[competidor, tècnic, delegat, voluntari...]
	Mòbil	[telf contacte]
	E-mail	[e-mail contacte]
	Club	[Per a competidor i/o tècnic. Club al que pertany]
	Llicència	[Per a competidor i/o tècnic. Número llicència]
Nº	Nom i cognoms	[Nom i cognoms]
	Categoria	[competidor, tècnic, delegat, voluntari...]
	Mòbil	[telf contacte]
	E-mail	[e-mail contacte]
	Club	[Per a competidor i/o tècnic. Club al que pertany]
	Llicència	[Per a competidor i/o tècnic. Número llicència]
Nº	Nom i cognoms	[Nom i cognoms]
	Categoria	[competidor, tècnic, delegat, voluntari...]
	Mòbil	[telf contacte]
	E-mail	[e-mail contacte]
	Club	[Per a competidor i/o tècnic. Club al que pertany]
	Llicència	[Per a competidor i/o tècnic. Número llicència]
Nº	Nom i cognoms	[Nom i cognoms]
	Categoria	[competidor, tècnic, delegat, voluntari...]

1