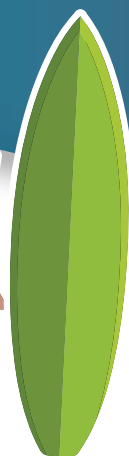
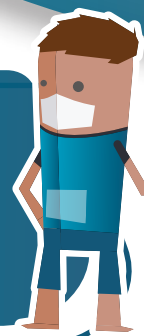


FASE 1

PROTOCOLOS POR DEPORTE ACUÁTICO

Los deportes en general y las actividades recreativas **SON MUY IMPORTANTES PARA MANTERNOS SANOS DE CUERPO Y MENTE**, pero en la situación actual **existe un gran riesgo de transmisión de COVID-19**, y es clave que tomemos las medidas adecuadas.



A continuación se detallan las consideraciones de seguridad sanitaria acotadas a las disciplinas que deberían habilitarse en una primera fase.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Evitar aglomeraciones en tierra y en agua.
- Se debe respetar los puntos de ingreso oficial designados para cada playa.
- Se debe respetar el tiempo de sesión de no más de 3 horas (las cuales consideran el traslado ida y vuelta a la playa).
- Separación de 5 metros como mínimo en estiramientos y calentamientos y reducir al máximo el tiempo de calentamiento.
- No realizar la limpieza y desinfección del equipo deportivo en espacios de tránsito común.
- La Limpieza y desinfección de equipamiento deportivo debe realizarse en el domicilio particular.
- NO compartir: botellas de líquidos bebibles (se recomienda marcar botellas con iniciales de cada persona) y comida.
- La implementación deportiva debe ser de uso personal de cada deportista No compartir material deportivo objetos como cremas, cera, peines, toallas, con otras personas
- Seguir las recomendaciones de higiene de la Autoridad Sanitaria en los traslados hacia el Borde Costero, es decir, uso de mascarilla, distanciamiento social (2 metros), evitar tocar superficies, lavado de manos, etc. Puedes encontrarlas en www.minsal.cl
- Mantener en el agua una distancia de mínimo 5 metros entre cada persona y dependiendo del deporte, puede aumentar a 10 metros.

PROTOSCOLOS POR DEPORTE

Los deportes acuáticos de Bajo Riesgo contemplados para la fase 1 se dividirán en cuatro categorías:

1. DEPORTES

SIN EQUIPAMIENTO MAYOR

- Natación
- Natación de aguas abiertas
- Natación con aletas y mono-aleta
- Salvamento deportivo
- Bodysurf
- Triatlón

2. DEPORTES CON TABLA

- Surf
- Bodyboard
- SUP Race
- SUP Surf

3. DEPORTES CON EMBARCACIÓN

- Canotaje en categorías individuales
- VAA en categoría V1
- Kayak en categoría individual

4. DEPORTES DE VIENTO

- Kite surf
- Windsurf
- Vela

PROTOSCOLOS ESPECÍFICOS POR CATEGORÍA:

1. DEPORTES SIN EQUIPAMIENTO MAYOR

- Se recomienda el uso de boya de seguridad de color llamativo para poder facilitar su visualización y control.
- Se recomienda la realización de tramos de no más de 2 kilómetros.
- No separarse a más de 200 metros de la orilla.

2. PROTOCOLOS PARA DEPORTES CON TABLA

- Se debe definir localmente, de acuerdo al lugar habilitado, una cantidad máxima de deportistas que pueden estar en un point, dependiendo de las características de la zona de impacto y canales disponibles de acceso. Considerando que debe existir 5 metros de distancia entre deportistas.
- Cuando vuelvas al point, evita cruzarte con otros Deportistas
- Guía de buenas prácticas en los point (por ejemplo: respeto de turno por orden de llegada a la zona de rompiente, respeto de distancia mínima recomendada de 5 metros)

3. PROTOCOLOS PARA DEPORTES CON EMBARCACIÓN:

- Deben ser practicados únicamente en embarcaciones individuales.
- Se recomienda la utilización de tramos extendidos y evitar pistas o tramos cortos.
- Al momento de embarcar y desembarcar, preparar y desarmar la embarcación, mantener la distancia sugerida de 5 metros con otros deportistas.
- Las embarcaciones deben estar separadas a lo menos 10 metros en el agua.

4. DEPORTES DE VIENTO:

- Al momento de preparar y desarmar su equipo debe mantener la distancia sugerida de 5 metros en tierra con otros deportistas.
- Los deportistas deben estar separadas a lo menos 10 metros en el agua.
- Para Vela, Se deben utilizar embarcaciones que permitan la práctica individual



MANTEN
DISTANCIAMIENTO
FÍSICO



USA TU
MASCARILLA



QUEDATE
EN CASA



MANTÉN LA HIGIENE
DE TUS MANOS