

- A FGX establecerá tódalas accións e medidas preventivas de saúde e seguridade basadas nas indicacións e normativas oficiais implementadas coas normas específicas adaptadas ao noso deporte. Ditas normas serán de obrigado cumprimento en todas as competicións oficiais organizadas pola FGX, sempre e cando as autoridades sanitarias autoricen a práctica deportiva en competición. Estas medidas son complementarias aos protocolos das institucións e instalacións deportivas así como das autoridades locais
- Este documento recolle un breve resumo do Protocolo de Actuación para organización de eventos FISICOVID DXT-GALEGO certificado pola Secretaría Xeral para o Deporte e publicado no seguinte enlace <https://www.ximnasia.com/nova/protocolo-covid-19.htm>
- Toda persoa participante no Campionato deberá ter presentado previamente o consentimento de participación (Anexo I que irá incluído no protocolo específico de cada competición). Dito consentimento deberá recibirse vía mail [secretaria@ximnasia.com](mailto:secretaria@ximnasia.com) debidamente cumprimentado e asinado 4 días antes da competición.

FISICOVID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Montaxe): Colocación dos materiais necesarios para o desenvolvemento da competición (aparells específicos de cada modalidade-tapices-practicables, mesas xuíces, mesas trofeos, megafonía, equipos informáticos...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara en todo momento.</li> <li>▪ Antes de iniciar a actividade todo o persoal implicado deberá desinfectarse correctamente</li> <li>▪ Facer grupos reducidos de montaxe tratando manter a distancia social 1,5m e as medidas sanitarias recomendadas</li> </ul>
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea aerosoles	Staff (Persoal Federativo e adestradores): Reunión previa á competición cos adestradores	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>▪ As normas serán enviadas previamente vía mail en un dossier específico de cada Campionato. En dito dossier recolleráanse as normas de Seguridade e Hixiene de obrigado cumprimento así como os espazos e tempos nos que os ximnastas deberán estar durante a competición.</li> <li>▪ Tanto persoal federativo como adestradores deberán traer unha tarxeta identificativa e visible que previamente se lles remitirá por</li> </ul>

FISICOVID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				mail indicando as zonas ás que terá acceso dentro do recinto competitivo condicionado pola función que desenrole no mesmo
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Xuíces): Reunión previa á competición onde se establecen os papeis a desenrolar así como as dúbidas e liñas a seguir por parte da Xuíz responsable. Tamén se explica o funcionamento do sistema informático de puntuación por tablets por parte do técnico informático.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>▪ As normas serán enviadas previamente vía mail en un dossier específico de cada Campionato. En dito dossier recolleráanse as normas de Seguridade e Hixiene de obrigado cumprimento.</li> <li>▪ Uso individual do material (cuadernos, folios, bolígrafos...)</li> </ul>
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea aerosoles	Staff (Persoal propio da instalación): Necesidade de interacción co persoal da instalación para solicitar chaves, mesas, salas de reunión xuíces...	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>▪ Desinfección de mans previa a entrega do material necesario e solicitado gardando medidas sanitarias recomendadas</li> </ul>
Antes	Staff propio	Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Persoal de limpeza): Contratación de persoal específico de limpeza para desinfección de moquetas, aparellos específicos de cada modalidade, practicable... e zonas necesarias que vaíamos empregar durante a competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>▪ Facilitar horario específico para evitar que ninguén poida contaminar unha vez realizada a desinfección.</li> </ul>
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación antes do inicio da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ As botellas deberán ser de uso individual, deben estar debidamente marcadas e deberán ser debotadas unha vez empregadas.</li> </ul>
Antes	Staff propio	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<ul style="list-style-type: none"> <li>En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>
Antes	Ximnastas	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Acceso ao recinto de competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>Asignarase horario para acceder ás instalacións</li> <li>Os ximnastas única e exclusivamente poderán acceder ao recinto de competición acompañados polo adestrador titular</li> <li>Deberán pasar por control de temperatura para poder acceder ao recinto.</li> <li>Desinfectarán as mans e o calzado antes de entrar ao recinto de competición e antes de saír dos vestiarios</li> <li>Para evitar ou reducir o uso dos vestiarios os ximnastas deberán traer a vestimenta de competición baixo a súa roupa deportiva e vir peiteados e maquillados de casa.</li> <li>Unha vez no vestiario gardarán tódalas pertencencias na súa mochila e desprazaránse polos pasillos con chanclas previamente desinfectadas.</li> <li>As mochilas deberán ir co ximnasta e colocarse nas gradas no lugar previamente asignado o empregado mentres dure a competición.</li> <li>Todos os participantes mentres non compitan, deberán ubicarse nas gradas habilitadas para eles e sempre empregando o seu espazo asignado e marcado co seu nome empregando dito lugar durante todo o tempo que dure a competición. No caso de querer abandonar a instalación antes de finalizar o campionato deberá</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				solicitalo a persoal da organización pero unha vez abandonado o recinto no se poderá volver a entrar no mesmo
Antes	Ximnastas	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Uso de Vestiarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Na medida do posible recoméndase non empregar os vestiarios, salvo para cambiarse e empregando a máscara en todo momento.</li> <li>▪ O uso do vestiario só está permitido no caso de ser posible a desinfección entre a entrada e saída de persoas usuarias do mesmo así como a ventilación do espazo.</li> <li>▪ No caso de que así sexa, o uso de vestiario estará limitado a un número de persoas que permitan manter a distancia de seguridade (+1,5m) entre elas.</li> <li>▪ Organizaráanse os turnos necesarios coa correspondente desinfección entre éstos.</li> <li>▪ Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberá levarse á zona designada.</li> <li>▪ No caso de non poder desinfectar os vestiarios tantas veces como é necesario, prohibese o seu uso, polo que os/as participantes no adestramento deberán chegar debidamente uniformados/as da casa.</li> <li>▪ Ademáis do anteriormente descrito haberá que atender ao que estableza o titular da instalación respecto ao seu uso.</li> </ul>
Antes	Ximnastas	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>▪ Deben estar debidamente marcadas</li> <li>▪ Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación.</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Antes	Ximnastas	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> <li>En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>
Antes	Outros alleos	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Público asistente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>En caso de ser posible a realización da competición con público respetarase escrupulosamente o aforo contratando servizo de seguridade alleo que controle o acceso e o aforo das gradas.</li> <li>O acceso do público neste caso será conforme ás categorías que están competindo e sempre debe permanecer sentado nas gradas evitando o máximo posible a mobilidade dentro da instalación.</li> <li>En caso de ser posible a realización da competición con público estableceranse unha entrada e saída diferentes na instalación</li> <li>En caso de non ser posible ter público destinaremos recursos á retransmisión da competición por streaming</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Xuíces): Desenrolo da súa actividade puntuando a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>Serán establecidos medios para transmisión de notas ao ordenador central. Mediante tablets ou elementos que impidan o contacto persoa a persoa</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa	Staff (Persoal federativo mesa central): Durante o desenrolo da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Tratar de manter a distancia de seguridade de 1,5m cos xuíces</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo		<ul style="list-style-type: none"> <li>Evitar contacto físico tanto con persoal da mesa como cos auxiliares</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Adestradores durante o desenrolo da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>Deberán respetar os espazos e tempos asignados pola organización</li> <li>Só poderán ter en pista ou zonas de quecemento o material necesario de competición. Non poderán utilizar bancos para deixar as súas pertenzas</li> <li>Levarán en lugar visible a súa identificación de adestrador/a (enviada previamente por mail) e só poderá haber un máximo de 1 adestrador por ximnasta en pista.</li> <li>Os técnicos deben manterse en contacto cos responsables de organización para estar informados en todo momento de calquer alteración de normas ou programa de competición</li> <li>Os técnicos son responsables do cumprimento das normas por parte dos seus ximnastas debendo velar polo civismo e bo comportamento</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (adestradores) durante a entrega de premios	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible</li> <li>No momento da entrega de premios só poderá estar en pista un adestrador de cada club con ximnasta, equipo ou conxunto premiado.</li> <li>Os demais deberán estar na grada en lugares previamente habilitados para eles e con máscara</li> </ul>

FISICOVID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<ul style="list-style-type: none"> <li>Non está permitido o contacto físico polo que se deben evitar saúdos de mans, abrazos ou calquer tipo de xesto de contacto</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Persoal federativo ou Auxiliar megafonía): Persoal destinado á megafonía e reprodución de músicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Na medida do posible estará illado da mesa central e realizado por unha única persoa</li> </ul>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación	<ul style="list-style-type: none"> <li>As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>Deben estar debidamente marcadas</li> </ul> <p>Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación.</p>
Durante	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Necesidade de uso do WC	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible</li> <li>Atender ao establecido pola normativa en vigor e polo titular da instalación. Unha vez utilizado seguir as medidas de desinfección do mesmo establecidas polo club e/ou instalación</li> <li>No baño deberá haber papeleiras con tapa e pedal, dispensador de xabón e dispensador de toallas de papel</li> <li>Lavado de mans ou utilización de xel hicroalcólico ao entrar e ao saír. Cando se lavan as mans antes de secarse as mans a auga debe correr deica os codos e non ate a man</li> <li>Respetar as quendas de uso para cumprir aforos</li> </ul>
Durante	Ximnastas	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles	Uso de Vestiarios e de WC	<ul style="list-style-type: none"> <li>Na medida do posible recoméndase non empregar os vestiarios, salvo para cambiarse ou uso de WC e empregando a máscara en todo momento.</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Espazos de uso simultáneo		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ O uso do vestiario só está permitido no caso de ser posible a desinfección entre a entrada e saída de persoas usuarias do mesmo así como a ventilación do espazo.</li> <li>▪ No caso de que así sexa, o uso de vestiario estará limitado a un número de persoas que permitan manter a distancia de seguridade (+1,5m) entre elas.</li> <li>▪ Organizaráanse os turnos necesarios coa correspondente desinfección entre éstos.</li> <li>▪ Ademáis do anteriormente descrito haberá que atender ao que estableza o titular da instalación respecto ao seu uso.</li> </ul>
Durante	Ximnastas	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Entrega de premios	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Os trofeos/medallas estarán previamente desinfectados</li> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Tanto ximnastas como autoridades terán unha distribución que permita manter as distancias de seguridade e as medidas hixiénicas establecidas polas autoridades</li> <li>▪ O pódium colocarse de forma permanente evitando así o seu traslado e manipulación, garantindo a distancia social e sempre obrigatorio o uso de máscara para todos os axentes implicados na entrega de premios</li> <li>▪ Só desfilarán os/as ximnastas medallistas</li> <li>▪ No caso de entrega por equipos, clubs, conxuntos, parellas, tríos... só poderá recibir as medallas e/ou trofeo un representante do equipo</li> <li>▪ Realizarase unha vez finalizada cada categoría podendo haber ata catro ou cinco entregas de premios nunha única competición para evitar a masificación</li> </ul>



FISICOVID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<ul style="list-style-type: none"> <li>Os ximnastas subirán ao pódium e recollerán eles mesmos a súa medaia ou trofeo dunha bandexa evitando así o contacto físico</li> <li>Non está permitido o contacto físico polo que se deben evitar saúdos de mans, abrazos ou calquer tipo de xesto de contacto</li> </ul>
Durante	Ximnastas	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>Deben estar debidamente marcadas</li> <li>Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación.</li> </ul>
Durante	Ximnastas	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Non se poderá comer no interior do recinto durante a competición.</li> </ul>
Durante	Outros alleos	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Público asistente durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deberán empregar os espazos destinados e marcados para ser empregados respetando aquelas cadeiras o espazos nas gradas prohibidos para facilitar a distancia social de 1,5m permanecendo en todo momento sentados evitando a mobilidade innecesaria pola instalación.</li> <li>Deberán empregar en todo momento máscara</li> <li>Deberán respetar e empregar os circuitos de mobilidade establecidos para facilitar a entrada, saída da instalación evitando masificacións</li> </ul>
Durante	Outros alleos	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>Deben estar debidamente marcadas</li> <li>Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Durante	Outros alleos	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> <li>En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Xuíces, Autoridades e Persoal Federativo) Saída da instalación unha vez finalizada a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible</li> <li>A saída será secuencial evitando así aglomeracións</li> <li>Empregaránse saídas de emerxencia habilitadas para evitar coincidir con Ximnastas e técnicos e facilitar así a saída evitando contacto persoal</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Persoal propio da instalación): Necesidade de interacción co persoal da instalación para devolver chaves e material empregado	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>Desinfección de mans previa a entrega do material empregado gardando medidas sanitarias recomendadas</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Staff (Persoal de limpeza): Contratación de persoal específico de limpeza para desinfección de moquetas, practicables, aparellos específicos e zonas empregadas durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible.</li> <li>Facilitar horario específico para deixar o material e a zona de competición totalmente desinfectada</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea	Staff (Desmontaxe): Retirada dos materiais empregados durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara en todo momento.</li> <li>Antes de iniciar a actividade todo o persoal implicado deberá desinfectarse correctamente</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Aerosoles Espazos de uso simultáneo		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Facer grupos reducidos de desmontaxe tratando manter a distancia social 1,5m e as medidas sanitarias recomendadas</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación durante a competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>▪ Deben estar debidamente marcadas</li> <li>▪ Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación</li> </ul>
Despois	Staff propio	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> <li>▪ En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>
Despois	Ximnastas	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Saída dos ximnastas da instalación	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso obrigatorio de máscara</li> <li>▪ Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible</li> <li>▪ A saída será secuencial por clubs evitando así aglomeracións</li> <li>▪ Deberán empregarse as vías de saída previamente sinalizadas e diferencias da entrada para evitar contacto persoa a persoa.</li> </ul>
Despois	Ximnastas	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación despois da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>▪ Deben estar debidamente marcadas</li> <li>▪ Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación</li> </ul>

FISICOID DXT GALEGO				
COMPETICIÓN – COMÚN A TÓDALAS MODALIDADES				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Despois	Ximnastas	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> <li>En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>
Despois	Outros alleos	Contaxio por contacto Persoa a persoa Contaxio por vía aérea Aerosoles Espazos de uso simultáneo	Público ao abandonar o recinto da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso obrigatorio de máscara</li> <li>Respetar a distancia de seguridade de 1,5m na medida do posible</li> <li>Establecer saídas de público progresivas, evitando aglomeracións, e seguindo as canles sinalizadas para tal fin</li> <li>Establecer un punto de recollida de ximnastas. Será obrigatorio o uso de máscara por parte de tódolos axentes implicados.</li> </ul>
Despois	Outros alleos	Contaxio por contacto Uso de botellas e vasos	Necesidade de hidratación despois da competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>As botellas deberán ser de uso individual e intransferible,</li> <li>Deben estar debidamente marcadas</li> <li>Unha vez empregadas guardar as mesmas en sitio persoal e si son de uso único deberán ser debotadas unha vez empregadas evitando deixar as botellas valeiras na instalación</li> </ul>
Despois	Outros alleos	Contaxio por contacto Comida e Víveres	Necesidade de manutención	<ul style="list-style-type: none"> <li>Non se poderá comer no interior do recinto. Únicamente no exterior ou zonas habilitadas (cafetería da instalación) e evitando compartir alimentos.</li> <li>En caso de empregar a cafetería: respetar aforos, distancia de seguridade e quitar a máscara exclusivamente no momento do consumo</li> </ul>