

**PROTOCOLO DE MEDIDAS Y CONDICIONES PREVENTIVAS PARA HACER FRENTE A  
LA CRISIS SANITARIA OCASIONADA POR EL COVID-19 PARA EL DESARROLLO DE LA  
ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LAS INSTALACIONES Y CENTROS DEPORTIVOS  
UNIVERSIDAD NEBRIJA**

De conformidad con las disposiciones normativas contenidas en la Orden 997/2020, de 7 de agosto, en la Orden 1047/2020, de 5 de septiembre, y en la Orden 1178/2020, de 18 de septiembre, de la Consejería de Sanidad, por las que se modifica la Orden 668/2020, de 19 de junio, por la que se establecen medidas preventivas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 una vez finalizada la prórroga del estado de alarma establecida por el Real Decreto 555/2020, de 5 de junio, la Universidad Nebrija ha elaborado el presente Protocolo para el conocimiento general de los/las ESTUDIANTES de las medidas y condiciones para el desarrollo de la actividad deportiva en las instalaciones deportivas de todos los Campus universitarios, tanto exteriores como interiores, así como en los centros deportivos utilizados por la Universidad Nebrija externos a la entidad.

En función de la evolución epidemiológica, los titulares de la Consejería de Sanidad y de la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid, en su calidad de autoridades sanitarias, podrán modificar o suprimir las medidas de contención que consideren oportunas, que prevalecerán a las establecidas en el presente Protocolo en caso de conflicto, o bien establecer medidas adicionales, en caso de ser necesario, en el ejercicio de su responsabilidad y de acuerdo con las competencias que les corresponden en la materia de salud pública.

En el caso de actividades deportivas organizadas por la Universidad Nebrija en instalaciones que no sean titularidad de la Universidad, deberán observarse en todo caso las indicaciones establecidas por el titular de la instalación.

El presente protocolo complementa la “Guía para la vuelta a la actividad presencial para Estudiantes” de la Universidad Nebrija<sup>1</sup>, que puede consultarse en la página web.

---

<sup>1</sup> Puede consultarse el texto en la siguiente dirección: [https://www.nebrija.com/pdf/covid19-protocolo-vuelta-actividad-presencial-estudiantes\\_3septiembre.pdf](https://www.nebrija.com/pdf/covid19-protocolo-vuelta-actividad-presencial-estudiantes_3septiembre.pdf)

## 1. MEDIDAS Y CONDICIONES PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LAS INSTALACIONES Y CENTROS DEPORTIVOS DE LA UNIVERSIDAD NEBRIJA

### 1.1. Medidas de carácter general

Podrá realizarse la práctica de actividades deportivas, tanto individual como colectiva, en las instalaciones y centros deportivos de la Universidad Nebrija, interiores y exteriores, por cualquier persona miembro de la comunidad universitaria (estudiantes, personal de docencia e investigación, personal de administración y servicios), bajo el estricto cumplimiento de las normas que se pormenorizan en el presente Protocolo.

El **uso de mascarilla es obligatorio en cualquier tipo de actividad física por parte de toda persona que se encuentre en la instalación deportiva y durante los desplazamientos que en su interior se produzcan**, excepto para aquellas personas que se encuentren exentas de su uso conforme a la normativa aplicable<sup>2</sup>. Excepcionalmente, no será obligatorio el uso de mascarilla durante la práctica deportiva al aire libre siempre que pueda garantizarse el mantenimiento de la distancia de seguridad con otras personas no convivientes.

Las personas que deseen realizar una práctica deportiva en los recintos, instalaciones y centros deportivos de la Universidad Nebrija deberán respetar las diferentes señalizaciones realizadas para garantizar el cumplimiento de la distancia interpersonal de, al menos, 1'5 metros entre ellas, de forma que la circulación de las personas en las mismas se realice de forma segura, tanto en la recepción de la instalación como en cualquier puesto de atención al público.

### 1.2. Medidas de **acceso y salida** a/de las instalaciones y centros deportivos.

- El acceso a y la salida de los recintos, instalaciones y centros deportivos de cualquier tipología –interiores o exteriores- de la Universidad Nebrija **se hará obligatoriamente con mascarilla** y, en cualquier caso, deberá realizarse de forma ordenada, escalonada y de forma individualizada de cada una de las

---

<sup>2</sup> Artículo 6.2 del RD 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19: personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla; supuestos de fuerza mayor o situación de necesidad.

personas que vayan a realizar la actividad deportiva, garantizando la distancia interpersonal de seguridad de, al menos, 1'5 metros.

- Antes de entrar y al salir del espacio asignado, los usuarios deberán limpiarse las manos con los geles hidroalcohólicos que estarán disponibles en los espacios habilitados al efecto.
- Se mantendrán abiertas, siempre que sea posible, las puertas de acceso a los espacios deportivos y salas de clases colectivas, para evitar en la medida de lo posible los contactos, mejorar la ventilación y facilitar las circulaciones.
- **Una vez finalizada la práctica deportiva, no se podrá permanecer en la instalación.**

### 1.3. Medidas para el **uso de las instalaciones y centros deportivos durante la práctica deportiva**

#### 1.3.1. Criterios Generales para el uso de instalaciones y materiales deportivos

- No se compartirá ningún material. Si esto no fuera posible, se garantiza la presencia de elementos de higiene para su uso continuado.
- Se habilitan espacios para el depósito de las bolsas, mochilas o efectos personales, no pudiéndose dejar en otros lugares.
- No se podrán compartir alimentos, bebidas o similares. Las fuentes de agua se encuentran inhabilitadas, por lo que se recomienda el uso individual de botellas.

#### 1.3.2. Condiciones para la **realización de la práctica deportiva** en las instalaciones y centros deportivos

- Se reanuda la actividad físico-deportiva de deportes de contacto y de combate en instalaciones exteriores e interiores **con uso obligatorio de mascarilla**, salvo las excepciones de uso de mascarilla por personas

que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla; supuestos de fuerza mayor o situación de necesidad.

- Se reanuda la actividad físico-deportiva de deportes de contacto y de combate, tanto en instalaciones interiores como exteriores **con uso obligatorio de mascarilla**, salvo para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla; supuestos de fuerza mayor o situación de necesidad. La práctica de este tipo de disciplinas queda limitada a grupos de 20 personas en los casos de entrenamientos pre-competición y a 25 personas en competición.
- Los profesionales de la instalación deportiva utilizarán obligatoriamente la mascarilla y mantendrán la distancia de, al menos 1'5 metros, con el usuario.
- Para garantizar la seguridad en la circulación de personas en las instalaciones deportivas, en todo momento, los usuarios y profesionales de la práctica deportiva deberán seguir las señalizaciones realizadas en las instalaciones.
- Si el emplazamiento deportivo está provisto de gradas con localidades, además, los espectadores están obligados a permanecer sentados y respetando la distancia de seguridad interpersonal. Si, por el contrario, la instalación, recinto o centro deportivo no cuenta con gradas, todos los espectadores están obligados a usar la mascarilla en todo momento.
- Durante la práctica deportiva en **instalaciones exteriores**, no será obligatorio el uso de mascarilla siempre que pueda garantizarse el mantenimiento de la distancia de seguridad con otras personas no convivientes (1'5 metros). El aforo máximo será del 60% en instalaciones

exteriores. La práctica deportiva en grupos se reducirá a un **máximo de 6 personas.**

- Durante la práctica deportiva en **instalaciones interiores**, el uso de mascarilla es obligatorio en cualquier tipo de actividad física salvo en los ejercicios de alta intensidad sin contacto físico en donde haya una distancia de seguridad de, al menos, 3 metros respecto a otros usuarios. En todo momento deberá garantizarse el cumplimiento de la distancia de seguridad de, al menos, 1'5 metros, salvo en los deportes de contacto y combate.
- La práctica físico-deportiva en **instalaciones interiores** podrá realizarse de forma individual o en grupos, siempre que no se supere el 50% del aforo máximo permitido de la instalación o del espacio donde se desarrolle la actividad. En el caso de la **práctica deportiva en grupos en instalaciones interiores**, estos se distribuirán en subgrupos dentro del espacio en que dicha práctica se realice. Estos subgrupos contarán con un **máximo de 6 personas**, todos ellos sin contacto físico, debiendo garantizarse una distancia de, al menos, **3 metros lineales entre cada subgrupo.**
- Todas las actividades que puedan trasladarse al exterior, se realizarán al aire libre garantizando, en todo momento, el distanciamiento interpersonal de seguridad de, al menos, 1'5 metros.

#### 1.3.3. Asistencia de público a instalaciones deportivas

- Podrán desarrollarse con público los entrenamientos, competiciones o eventos que tengan lugar en instalaciones deportivas, siempre que el público permanezca sentado, con una distancia de seguridad de, al menos, 1'5 metros, provisto de mascarilla.

#### 1.3.4. Medidas para el uso de aseos y vestuarios

- El uso del aseo y de los vestuarios estará permitido debiéndose respetar la ocupación máxima para su utilización que será de **una persona para espacios de hasta 4 metros cuadrados**.
- Los aseos y vestuarios de más de 4 metros cuadrados con cabinas o urinarios serán utilizados sólo al 50% de su ocupación máxima y manteniéndose durante su uso la distancia de seguridad interpersonal.
- En la medida de lo posible, se recomienda no utilizar los secadores de pelo y manos.
- Las duchas podrán utilizarse siempre que se encuentren individualizadas o separadas mediante mampara.

#### 1.3.5. **Aforo permitido** en las instalaciones

- El aforo de las instalaciones queda limitado en todo momento al número de personas que garantice el cumplimiento de las distancias de seguridad de, al menos, 1'5 metros, tanto en lo relativo al acceso como durante la propia práctica. **Se controlará el aforo y se restringirá el acceso a las instalaciones y centros deportivos interiores y exteriores, que no podrá superar el 50% y el 60%, respectivamente, de su capacidad o aforo máximo permitido o aquel que, en su caso, establezca la autoridad sanitaria.**
- La práctica físico-deportiva en instalaciones interiores podrá realizarse de forma individual o en grupos, siempre que no se supere el 50% del aforo máximo permitido de la instalación o del espacio donde se desarrolle la actividad.
- La práctica de las disciplinas de deporte de contacto y de combate queda limitada a grupos de 20 personas en los casos de entrenamientos pre-competición y a 25 personas en competición, tanto en las instalaciones interiores como exteriores.

- El **límite máximo de asistencia de público** en el caso de entrenamientos, competiciones o eventos que se celebren en instalaciones deportivas será de **300 personas para lugares cerrados e inferior a 600 personas en actividades al aire libre.**

## ANEXO I

### RECOMENDACIONES DIGIDAS AL CUERPO DOCENTE

#### PARA REALIZACIÓN DE LAS ADAPTACIONES PEDAGÓGICAS EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE LA TRASMISIÓN DEL COVID-19 DURANTE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

- Realiza la entrada y salida a la instalación por orden y de manera escalonada, asegurándote que el alumnado utiliza el hidrogel y las alfombrillas.
- Recuerda con frecuencia las normas higiénicas individuales: lavado de manos, higiene al toser o estornudar (codo), distancia de seguridad, evitar tocarse la cara con las manos.
- Aprovecha los momentos de parada entre una actividad y otra para desinfectar el material. Desinféctalo al terminar la sesión y antes de dejarlo en su lugar de almacenamiento.
- Procura seleccionar actividades individuales o colectivas con distancia física, frente a las colectivas con contacto.
- En las actividades de contacto, utiliza grupos estables de trabajo que se mantengan durante la sesión.
- Intenta reducir el material de la sesión y asignar material concreto de manera individual o para el grupo “estable”.
- Dado que tendremos que realizar la mayor parte de las actividades con mascarilla, realiza paradas y descansos e intenta reducir la intensidad del ejercicio.
- Asegúrate que durante las explicaciones, asambleas y momentos de análisis de la práctica se guarda la distancia de seguridad.
- Utilizaremos gel hidroalcohólico, profesorado y alumnado, tras las asambleas, momentos en los que el alumnado toma notas en sus cuadernos.
- Recomienda al alumnado que lleve su propia botella de agua, e insiste en que no debe compartirla. Tampoco se puede comer dentro de la instalación.
- Recomienda al alumnado que tras la sesión se duche, se cambien toda la ropa y se cambien de mascarilla.