



JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA AIRE ZABALEAN

1. Egin al daiteke jarduera fisikoa eta kirola taldeka (korrika egitea, bizikletaz ibiltzea)?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada, kirol-jarduera honako arau hauen arabera garatu ahal izango da:

- Federatu gabeko kirol-jarduera fisikoa aire zabalean, bakarka edo taldeka egin ahal izango da, kontaktu fisikorik gabe, eta gehienez 6 pertsonako taldeetan aldi berean.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada, kirol-jarduera honako arau hauen arabera garatu ahal izango da:

Kirola bakarka bakarrik egin ahal izango da, eta bertan behera geratuko da taldeko edozein kirol-jarduera, bai entrenamenduan, bai lehiaketan, atal honetan jasotako salbuespenetan izan ezik. Honako hauek egin ahal izango dira:

- Gimnasioetan, kirol-klubetan, igerilekuetan eta kiroldegietan programatutako ikastaroak edo jarduerak eta aire zabalekoak egin ahal izango dira, sei laguneko taldeetan gehienez.

2. Nahitaezkoa al da maskara erabiltzea jarduera fisikorako eta kirolerako?

Edozein kirol-jardueratan, nahitaezkoa izango da maskara erabiltzea. Eremu naturaletan, oinezkoen pilaketarik gabe hirigune periferikoetan, igerilekuetan, jarduera fisiko handiko aparteko uneetan eta lehiaketetan soilik erabili ahal izango dira.

3. Derrigorrezkoa al da maskara erabiltzea udalerrian oinez edo bizikletaz ibiltzeko?

Bai, nahitaezkoa da.

4. Baimenduta al dago ehiza-jarduera modalitate guztietan, bai eta ibaiko eta itsasoko arrantza, kirol-arrantza eta jolas-arrantza ere, modalitate guztietan?

Bai, baimendua dago desplazamendua bizileku den udalerriko lurralde historikoko gainontzeko udalerrietara; hala nola, beste lurralde historiko bateko udalerri mugakidean ere egin daiteke ohiko joan-etorrikoa bada Bietan, betiere pertsonen arteko segurtasun-distantzia 1,5 metrokoa bada.

5. Nahitaezkoa al da maskara erabiltzea ehiza-jarduera guztietan, bai eta ibaiko, itsasoko, kiroleko eta aisialdiko arrantzako modalitate guztietan?

Bai, nahitaezkoa da, nahiz eta pertsonen arteko segurtasun-tartea 1,5 metrokoa izan.

6. Zein da baimendutako edukiera kirol-eremuetan, patinaje-pistetan (skating) edo aire zabaleko erabilera publikoko espazioetan?

Esparruaren azalerako 4 metro koadroko gehieneko edukieran pertsona 1.

7. Nori dagokio erabilera publikoko espazio horiek antolatzea, bai eta garbitasun- eta higiene-baldintzak bermatzea ere?

Udalerriei dagokie.

8. Mugakide duzun udalerrira joan zaitezke jarduera fisikoa aire zabalean egiteko, nahiz eta Lurralde Historiko berdinekoa ez izan?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada: Bai, aire zabaleko jarduera fisikoa egin daiteke zure udalerrian edo aldamenekoan, nahiz eta Lurralde Historiko berdinekoa ez izan eta betiere ohiko joan-etorria bada. Bertara joateko zure ibilgailuan joatea baimenduta dago.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada bere udalerritik EZIN DA mugitu.

9. Lurralde Historikoko beste udalerrri batera joan zaitezke jarduera fisikoa aire zabalean egiteko?

Bai, zure lurralde historikoko edozein udalerritara joan zaitezke jarduera fisikoa aire zabalean egitera, Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

EZIN DA bere udalerritik mugitu, Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada.

10. Lurralde Historikoko beste udalerrri batera joan zaitezke aire zabalean jarduera fisikoa egiteko, Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada?

Ez, gorriz dagoen udalerrri batera ezin da jarduera fisikoa aire zabalean egitera joan.

KIROL-INSTALAZIOAK (Igerilekuak barne)**11. Baimenduta al dago kirol-instalazioetan banaka kirola egitea?**

Bai, instalazioaren berezko protokoloak errespetatuz

12. Baimenduta al dago kirol instalazioetan kirola taldeka egitea?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

Bai, Banaka edo taldeka egin ahal izango da, kontaktu fisikorik gabe, eta gehienez 6 pertsonako taldeetan aldi berean, pertsonen arteko distantzia errespetatuz eta edukiera baimendutako edukieraren ehuneko 50era mugatuta.

Taldeka ematen diren ikastaroetan, gehienez 6 lagunek parte hartu ahal izango dute talde bakoitzean, eta ematen den espazioan ezarritako gehieneko edukiera errespetatuko da.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada: EZ, taldeko edozein kirol-jarduera eten egiten da. Kirola, bakarka bakarrik egin ahal izango da.

Ezin izango da kiroldegiko kantxak, frontoiak, etab., alokatu kirola taldeka egiteko. Bizikideak salbuesten dira

Salbuestita daude gimnasioetan programatutako ikastaroak edo jarduerak, Dekretuak ezarritako neurriak jarraituz, betiere maskara erabilia, intentsitate handiko jarduera fisikoko une berezietan izan ezik, gehienez 6 laguneko taldeetan, pertsonen arteko segurtasun distantzia eta %40eko edukiera errespetatuz.

13. Derrigorrezkoa al da maskara erabiltzea kirol instalazioetan?

Bai, aire zabaleko zein itxiko kirol-instalazioetako kirol-jarduera orotan nahitaez erabili beharko da maskara.

Igerilekuetan eta intentsitate altuko jarduera fisikoko une berezietan izan ezik.

14. Zein da kirol-instalazioetan, igerilekuak barne, baimendutako gehieneko edukiera?

Baimendutako gehieneko edukieraren %50 izango da.

15. Aldagelak eta dutxa-guneak erabil daitezke?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada: Bai, aldagelak erabili ahal izango dira betiere gehieneko edukieraren ehuneko 30eko okupazioarekin. Halaber, dutxak erabili ahal izango dira, baldin eta banaka erabiltzen badira. Maskara nahitaez erabili beharko da, dutxatzeko unean izan ezik, eta une oro errespetatuko da erabiltzaileen arteko segurtasun-distantzia. Aldagelak etengabe aireztatu beharko dira erabiltzen diren bitartean eta, gainera, ireki aurretik eta itxi ondoren. Aireztapena mekanikoa bada, kanpoko airearen sarrera maximizatu beharko da eta airearen birzirkulazioa saihestu.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada: Ez, debekatuta dago kirol-instalazio guztietako dutxak eta aldagelak erabiltzea, igerilekuetako kirolariek erabili behar dituzten aldagelak izan ezik.

16. Ikastaroak edo jarduerak taldeka egin daitezke?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

Ikastaroak gehienez ere 6 pertsonako taldeetan eman ahal izango dira, betiere maskarekin egiten badira, jarduera fisiko handiko aparteko uneetan izan ezik, eta aforoa edukieraren ehuneko 50era mugatuta badago.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada: Gimnasioetan, kirol-klubetan, igerilekuetan eta kiroldegietan programatutako ikastaroak edo jarduerak bakarrik egin ahal izango dira, betiere maskara erabiliz, intentsitate handiko jarduera fisikoko une berezietan izan ezik, 6 laguneko taldeetan gehienez, eta aforoa edukieraren ehuneko 40ra mugatuta badago.

17. Klase batean talde bat baino gehiago egon daitezke aldi berean?

BAI, talde bat baino gehiago egon daitezke aldi berean, maskara erabiltzen bada, intentsitate handiko jarduera fisikoko une berezietan izan ezik, taldeen arteko distantzia errespetatzen bada, taldeak ondo mugatuta badaude eta taldeen arteko harremanik ez badago.

18. Taldeko arduradunak izan al dezake harremanik kirolariarekin?

Ez, kontaktua ez dago baimenduta inoiz.

19. Pertsona bat izan daiteke talde bat baino gehiagoren arduraduna aldi berean?

Bai, pertsona bat talde baten baino gehiagoren arduraduna izan daiteke.

20. Talde adina arduradun egon al daitezke?

Bai, talde bakoitzean arduradun bat egon daiteke, eta ezin da haien artean kontakturik izan.

21. Zein da kirol-instalazioak irekitzeko eta ixteko baimendutako ordutegia?

Instalazioak goizeko 6etatik aurrera ireki ahal izango dira jendearentzat eta 21:00etan itxiko dira. Ordu horretatik aurrera, langileek geratzen den barne-jarduerak egin ditzakete.

ENTRENAMENDU ETA LEHIAKETA FEDERATUAK ETA PROFESIONALAK

22. Entrenatu dezake kirolari federatu batek?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

Bai, kirolarien eta talde federatu eta profesionalen entrenamenduak egin ahal izango dira. Federazio bakoitzari dagokio, bere eremuan, eta, hala badagokio, lehiaketa bakoitzaren ardura duten erakundeei, prebentzio-neurriak eta protokoloak zorrotz betetzen direla zaintzea.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada:

Bakarrik, lehiaketa profesionalean eta erdi-profesionalean murgilduta dauden kirolariek eta taldeek egin ahal izango dituzte entrenamenduak.

23. Lehiatu dezake kirolari federatu batek?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

Kirolarien eta talde federatu eta profesionalen kirol-lehiaketak baimenduta daude.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada:

Bakarrik, lehiaketa profesionalean eta erdi-profesionalean murgilduta dauden kirolariak eta taldeak.

24. Entrenamenduetarako joan-etorriak nolakoak izango dira?

Entrenamenduetara joateko eta talde-kirolak egin aurreko eta ondorengo uneetan, segurtasuneko pertsonen arteko 1,5 metroko distantzia, sei laguneko taldeak eta maskara erabiltzeko oinarritzko prebentzio-neurriak gordeko dira.

25. Joan al daiteke kirolari federatu bat bizi den udalerritik kanpo entrenatzera?

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada:

Bai, bizi diren udalerritik kanpo entrenatzera joan ahal izango dira. Bizileku duen lurralde historikoan entrenatu beharko du, eta beste lurralde historiko batera joan ahal izango da, baldin eta entrenatzeko ohiko tokia bertan badu.

Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 edo gehiagokoa bada:

lehiaketa profesionalean edo erdi-profesionalean murgilduta dauden kirolariek eta taldeek baino ezin izango dute.

Era berean, Basque Team-eko kirolariak eta teknikariak; eta goi-mailakotzat katalogatutakoak.

26. Maskara erabiltzea derrigorrezkoa al da?

Bai, une oro, intentsitate handiko jarduera fisikoko une berezietan eta lehiaketa uneetan izan ezik

27. Zeintzuk dira lehiaketa profesionalak?

Futboleko Santander eta Smartbank Ligak eta saskibaloiko Endesa Liga (ACB). Baita Liga hauetan parte hartzen duten taldeen nazioarteko lehiaketak ere.

28. Zeintzuk dira lehiaketa erdi-profesionalak?

Egutegi ofizialeko estatuko eta nazioarteko lehiaketa ezberdinak eta baita Euskal Federazioak antolatutako maila goreneko lehiaketak ere; hauek guztiak kategoriatan absolutuan. Kategoriatan absolutua baino lehenagokoetan, Estatuko edo nazioarteko lehiaketak ere sartuko lirateke.

Atal honetan sartzen dira ere kirol autoktonoen goreneko lehiaketak maila absolutua.

29. Lehiaketa eta entrenamenduetan gaudenean, aldagelak erabili daitezke?

Bai, aldagelak erabili ahal izango dira betiere gehieneko edukieraren ehuneko 30eko okupazioarekin. Halaber, dutsak erabili ahal izango dira, baldin eta banaka erabiltzen badira. Maskara nahitaez erabili beharko da, dutsatzeko unean izan ezik, eta une oro errespetatuko da erabiltzaileen arteko segurtasun-distantzia. Aldagelak etengabe aireztatu beharko dira erabiltzen diren bitartean eta, gainera, ireki aurretik eta itxi ondoren. Aireztapena mekanikoa bada, kanpoko airearen sarrera maximizatu beharko da eta airearen birzirkulazioa saihestu.

ESKOLA KIROLA**30. Zer jarduera egin dezakete eskola kirolean?**

Eskola-kiroleko entrenamenduei berrekin ahal izango zaie, eta gehienez ere sei pertsonako taldeetan antolatu beharko dira, taldeak berdin mantenduz, Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada.

Eta eskola-kiroleko entrenamenduak bertan behera geratuko dira, Covid-19 kasu positiboen intzidentzia-tasa metatua duten udalerrietan, azken 14 egunetan 100.000 biztanleko 500 baino gutxiagokoa bada

31. Eta lehiaketa?

Eskola-kiroleko lehiaketak etenda daude.

32. Eskola kirolean aldagelak eta dutsak erabili daitezke?

Ez, ezin dira aldagelak eta dutsak erabili, igerilekuetako kirolariek erabili behar dituzten aldagelak izan ezik.

LEHIAKETAK. KIROL-EKITALDI ETA IKUSKIZUNAK.

33. Zein da eskumena duen erakundea lehiaketa garatzeko baimena eman behar duena?

Baimena ematea bidezkoa denean, erakunde eskuduna egoera arruntean eskuduna dena izango da.

34. Joan al daiteke lehiaketa, ekitaldi edo kirol-ikuskitun bat ikustera?

Ez, debekatuta dago jendeak edozein kirol-ekitaldietara joatea.



Vitoria-Gasteiz, 2021eko urtarrilaren 12.

JARDUERA FISIKOAREN ETA KIROLAREN ZUZENDARITZA