

FEDERACION CHILENA DE RAQUETBALL - FECHIRA
PROTOCOLO PARA EL ENTRENAMIENTO DE RAQUETBOL

CONSIDERACIONES PREVIAS

El deporte del Racquetball se halla ubicado en medio de los deportes de mayor riesgo por el contacto que se suscita en su práctica como la lucha o el box y deportes que tienen menor riesgo en su práctica por el escaso o ningún contacto como el tiro al arco, pero la desventaja principal es el hecho de que se desarrolla en un espacio cerrado (deporte indoor), por lo cual requiere de un tratamiento especial en cuanto a la nueva forma de entrenar que a futuro se avecina.

El presente documento, tiene por objeto proponer un protocolo para el retorno paulatino a la normalidad de las prácticas y entrenamientos deportivos de nuestra disciplina entendiendo la nueva realidad del Racquetbaal.

RECOMENDACIONES PARA LA PRÁCTICA DEL RAQUETBALL

La práctica del Racquetball en cancha (entrenamiento), retomará sus actividades - al igual que todas las disciplinas deportivas - en forma “paulatina”, “progresiva” y “segura”, teniendo siempre presente, el superior valor de la salud de los deportistas. En este sentido, la práctica de nuestra disciplina, estará sujeta a la existencia y garantía de condiciones de seguridad sanitarias, que permitan - a lo menos - la implementación de las medidas que se pasan a indicar

1. Los entrenamientos se realizarán solo en forma personal (un entrenador, un atleta) considerando que el número reducido de atletas, por lo cual es posible distribuir horarios personales de practica durante la semana.
2. Los turnos de entrenamiento tendrán un lapso de tiempo de separación de media hora entre uno y otro.
4. Solo se realizaran 2 entrenamientos por día y en canchas diferentes.(sesión 1 en cancha A, sesión 2 en cancha B
5. Norma de garantía de distancia social. La práctica del Racquetball deberá desarrollarse garantizando una interrelación física entre el entrenador y el atleta, que no sea inferior a 2 metros de distancia, durante todo el tiempo que se encuentren en recinto de práctica.

6. Garantía de uso de indumentaria de protección sanitaria. Jugadores deberán presentarse, portando lentes de protección, vistiendo mascarilla y guante de práctica, en la mano hábil y guante de látex en la mano no hábil.

7. Sanitización de los materiales de juego. El juego del Racquetball deberá practicarse con balones nuevos, abiertas en cancha, raquetas propia e indumentaria roseada con aerosol a base de alcohol u otro producto análogo, que deberá portar el atleta.

8. Elementos y prácticas de apoyo a la higiene del juego.

a. Las canchas de racquetball deberán contar con recipientes que reciban los desechos de los jugadores y prescindir de dispensadores comunes de agua.

b. Los jugadores deberán siempre disponer de bebestibles propios, que garanticen su hidratación individual y no contaminante.

c. El club dispondrá de elementos de higiene y desinfección mínimos: Alcohol gel, toallas de papel desechables u otros productos análogos.

d. Desinfectarse cada 15 minutos las manos

e. Los jugadores solo deberán usar toallas de papel desechables.

f. El uso de camarines y duchas, deberá ser implementado de forma paulatina, progresiva y segura, en la medida que sea compatible con la realidad sanitaria del país, no recomendándose, a esta fecha, por lo cual no se hará uso de camarines y duchas.

5. De la responsabilidad sanitaria y supervisión de las medidas preventivas.- la Federación designara de un responsable del control de riesgo sanitario, que supervise el cumplimiento de las acciones.

Federación Chilena de Racquetball