

## COMPETICIONES

# ¿Correr? ¿Entrenar? ¿Competir? Guía básica para no perderse en la desescalada del deporte

El plan del Gobierno para la recuperación del deporte topará probablemente con las decisiones de las administraciones autonómicas, pues Madrid no prevé actividad hasta junio en centros cerrados, por ejemplo.

---

M.M.A.  
30 abr 2020 - 04:56



Cuatro fases. Hasta ocho semanas. Decenas de dudas. El plan para el levantamiento de las restricciones impuestas por el Gobierno pretendía ayer arrojar algo de luz al futuro de muchas industrias, incluida la deportiva, pero a su vez ha abierto nuevos interrogantes. El más claro: cuándo se podrá retomar realmente la actividad de los negocios y si las decisiones en el ámbito autonómico no exigirán una reapertura asimétrica y en condiciones totalmente distintas, según admiten algunos empresarios a *Palco23*.

El 4 de mayo se instaurará la fase cero del plan, en la que básicamente sólo se podrán realizar entrenamientos individuales al aire libre y de forma individual, para poco a poco ir reabriendo todos los centros deportivos y retomando algunas competiciones. El Ejecutivo de Pedro Sánchez espera que a finales de junio se alcance esa nueva normalidad como sociedad, aunque eso no implique que la oferta pueda volver a ser la misma que antes del 12 de marzo.

¿Qué deporte se pueden practicar a partir del 4 de mayo?

En un primer momento, el Gobierno sólo autorizará la actividad deportiva sin contacto fuera del domicilio, como correr, montar en bicicleta o hacer surf cuando se haga de forma *amateur*. La única condición será hacerlo en solitario “y con la protección adecuada”, lo que implica el uso de mascarilla en deportes no acuáticos y preservar la distancia entre personas, entre otros.

## **El deporte individual, siempre que se adopten medidas de protección, estará permitido desde el 4 de mayo**

¿Puedo jugar a tenis si estoy federado?

En la fase cero, que va del 4 al 10 de mayo si se cumplen las previsiones del Gobierno, sólo se autorizarán los entrenamientos individuales de atletas profesionales y federados, así como una preparación básica en el caso de las ligas profesionales (LaLiga Santander, LaLiga SmartBank y Liga Endesa), así como la actividad deportiva sin contacto, como el golf, por ejemplo.

¿Cuándo abrirán las instalaciones deportivas?

El Gobierno establece que, si su plan se va cumpliendo, el 11 puedan reabrir los centros deportivos más allá de los profesionales. Por ejemplo, ese día volverían a encenderse los focos en los centros de alto rendimiento (CAR), siempre aplicando medidas de higiene y protección reforzadas y, si es posible, estableciendo turnos entre

los atletas que quieran acudir para prepararse.

¿Pueden abrir los clubes sociales y gimnasio en la primera fase?

El Gobierno concretará más detalles a medida que se avance en el plan, pero su planteamiento inicial es que el 11 de mayo reabran instalaciones deportivas al aire libre sin público. Allí se podrán practicar deportes en los que no exista contacto, como el golf, el tenis, el pádel o el atletismo. Al mismo tiempo, podrán abrir “centros deportivos que no impliquen contacto físico ni uso de vestuarios”, por lo que los gimnasios y los centros de fitness de grandes clubes sociales podrán reabrir si lo consideran. Eso sí, sólo se podrá acceder “con previa cita” y asumiendo que no podrán ofrecer el servicio de ducha. Es el gran interrogante.

## **Los centros deportivos, incluidos gimnasios, podrían abrir el 11 de mayo, pero no se permitirá el acceso a los vestuarios**

¿Se podrán celebrar competiciones deportivas al margen de las profesionales?

El Gobierno plantea que en la fase dos, prevista para la primera quincena de junio, se reinicien los partidos pendientes de las ligas profesionales con el objetivo de que se cumplan los compromisos con las televisiones. Este escenario también aplicaría a MotoGP o Fórmula 1, que son profesionales y podrían celebrarse sin público en las gradas.

Ahora bien, se plantea que los eventos sean a puerta cerrada o con un aforo limitado, aunque sin precisar cuántas personas; en el caso de la cultura, se está planteando un tercio de la capacidad como máximo para que se respete la distancia social mínima necesaria.

¿Y qué pasa con el resto de espectáculos deportivos al aire libre?

El Ejecutivo plantea que aquellos eventos dirigidos al atleta no profesional, como un triatlón o una prueba ciclista, puedan llevarse a cabo con aforo limitado y nuevamente respetando las medidas de seguridad. Es decir, que en ningún caso podría llevarse a cabo una carrera en la que los cajones de salida muestran atletas agolpados con tal de ganar posiciones rápidamente.

¿Cuándo se flexibilizarían las medidas de control en centros deportivos?

El plan elimina teóricamente la cita previa en la segunda fase, pero en la tercera, que debería llegar en junio, se deja claro que no podrá sobrepasarse un tercio del aforo de

los gimnasios y que se mantendrá la prohibición del uso de los vestuarios. Es una restricción mayor que la propuesta por los operadores, que a través de Fneid proponían una rebaja del 30% del aforo mientras no esté controlada la enfermedad.

## **El Gobierno contempla que siempre pueda haber algo de público, pero en ningún caso se superará un tercio del aforo**

¿Cuándo podrá volver a haber público en las gradas?

El Gobierno propone un “aforo menos limitado” a partir de la tercera fase, es decir, a mediados de junio. Entonces, se aplicaría el mismo baremo que al mundo de la cultura, por lo que se podrían ocupar un tercio de los asientos disponibles, de modo que se pueda garantizar una distancia prudencial entre los espectadores. Este criterio sería tan válido para competiciones profesionales como las que no lo son.

¿Qué sucederá con las disciplinas polideportivas?

Modalidades como el baloncesto no profesional, el fútbol sala, el balonmano o el hockey patines no podrán competir a corto plazo si es en recintos cerrados. De hecho, se autorizarán “espectáculos y actividades deportivas en espacios cerrados sólo para practicar deportes en los que no exista contacto o el riesgo de contagio sea moderado; por ejemplo, pista de patinaje”. En estos espacios, el público se limitará a una persona por cada 20 metros cuadrados.