

**ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM**

Manual de procedimentos para XXIX TAÇA VALE DO TEJO

Piscinas Municipais de ABRANTES

22 de Janeiro de 2022

**(PROVA SEM PÚBLICO)**

## Índice

### **1. Regras elementares obrigatórias**

### **2. Enquadramento**

- 2.1. Plano de contingência da instalação
- 2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito
- 2.3. Responsabilidade do evento

### **3. Recomendações gerais**

- 3.1. Instalações
- 3.2. Equipamentos de proteção individual
- 3.3. Acesso às instalações
- 3.4. Percursos autorizados
- 3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

### **4. Circulação de atletas, treinadores e delegados/fisioterapeutas**

- 4.1. Controlo de entradas na instalação
- 4.2. Circulação dentro das instalações
- 4.3. Locais atribuídos a cada clube
- 4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento
- 4.5. Acesso à câmara de chamada
- 4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova
- 4.7. Circulação de treinadores
- 4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas

### **5. Procedimentos da Competição**

- 5.1. Reuniões técnicas
- 5.2. Aquecimento
- 5.3. Câmara de chamada
- 5.4. Período de descontração
- 5.5. Resultados
- 5.6. Cerimónia Protocolares
- 5.7. Zona exclusiva para treinadores

### **6. Arbitragem**

- 6.1. Acesso às instalações
- 6.2. Balneários
- 6.3. Desempenho das funções

## **7. Procedimentos de limpeza e desinfeção**

7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes

7.2. Câmara de chamada

7.3. Blocos de partida

7.4. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

## **8. Público**

## **9. Outros**

## 1 Regras elementares obrigatórias

- **Apresentação do certificado de vacinação** para todos **os agentes desportivos**. **Em caso de não vacinados, apresentação do teste rápido** de antigénio (TRAg), realizado 48h antes do início da prova.
- **Uso de máscara** é obrigatório dentro das instalações, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova. Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- **A distância de segurança de 2m** entre pessoas deve ser sempre observada por todos os intervenientes em todos os locais e durante todo o evento.
- Nos lugares sentados só deverão ser utilizados as cadeiras disponíveis e nos locais atribuídos às Associações.
- **Manter distanciamento e higienizar** frequentemente as mãos
- **O calçado da rua** não pode ser utilizado dentro da piscina.
- **Dentro da piscina** todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- **Usar a bancada para equipar ( preferencialmente) sendo autorizado também os balneários para esse efeito.**
- **Sem banhos.**
- Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas obrigatoriamente **circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).**
- **Entrada para a bancada é feita pela recepção e balneários e para o aquecimento e prova a entrada será feita pelas escadas de acesso da bancada ao cais da piscina ( planta em anexo).**

A arbitragem, staff da organização e funcionários de serviço da instalação devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

## 2. Enquadramento

- O enquadramento legal para a realização do evento rege-se por:

- **O enquadramento legal para a realização do evento rege-se por:**
- **Recomendação da DGS nº 009/2021 de 26/08/2021 atualizada a 22/10/2021;**
- **Recomendação da DGS nº 036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 22/10/2021.**
- **Norma da DGS nº 019/2020 atualizada a 01/11/2021**

**Todos os intervenientes estão cientes que em qualquer altura este enquadramento pode ser alterado e carece sempre de autorização final da entidade de saúde regional.**

### **2.1. Plano de contingência da instalação**

- O plano de contingência da instalação deverá estar aprovado pela entidade de Saúde Regional e anexado a este Manual de Procedimentos, fazendo parte integrante do mesmo.

### **2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito**

- Caso seja detetado algum caso suspeito durante a competição será aplicado o procedimento do Plano de Contingência da instalação., anexa a este manual e sendo coordenado pela CM de Abrantes e ANDS.

### **2.3. Responsabilidade do evento**

- O evento é realizado em parceria com a Câmara Municipal de Abrantes, sendo a responsabilidade da ANDS.

## **3. Recomendações gerais**

### **3.1. Instalações**

- **As instalações afectas à prova ( plano de água e bancadas) estão fechadas e serão usadas exclusivamente pelos agentes desportivos indispensáveis à realização do evento (Organização, arbitragem, treinadores, fisioterapeutas, delegados dos clubes e atletas).**

O acesso às bancadas e piscina será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela ANDS.

### 3.2. Equipamentos de proteção individual (EPI)

- **Uso de máscara** é de uso obrigatório dentro das instalações, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova.
- Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- **O calçado da rua** não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- **Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas** obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- **A arbitragem, staff da organização e funcionários de serviço da instalação** devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

### 3.3. Acesso às instalações

- O acesso às bancadas e piscina será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela ANDS.
- **A cada associação será atribuída um espaço delimitado**, em que os elementos integrantes da equipa deverão permanecer durante a realização das provas.
- **Após o início das provas** não será permitida a entrada ou saída de nenhum agente desportivo, exceto em caso de emergência

### 3.4. Percursos autorizados

- **Os percursos para os atletas serão apenas entre recepção, bancada, piscina e balneários e estarão assinalados** no chão e paredes ou outro sistema que possa ser visível e identificado. **Após a entrada dirigem-se para os balneários sendo o acesso para as bancadas pelo interior da piscina através da escada.** Sempre que possível serão de sentido único evitando o cruzamento entre pessoas.

- **Os nadadores só podem ausentar-se do espaço atribuído para o aquecimento, para a câmara de chamada para nadar a sua prova ou para irem aos sanitários.**
- **Os treinadores e delegados** manter-se-ão na zona da bancada que for atribuída à associação.

### **3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches**

- **As instalações sanitárias** encontram-se **disponíveis nos balneários**
- **Usar a bancada para equipar e vestir, preferencialmente.**
- **Cacifos encerrados;**  
**Duches encerrados;**

## **4. Circulação de atletas, treinadores e delegados/fisioterapeutas**

### **4.1. Controlo de entradas na instalação**

- Após o início das provas não será permitida a entrada ou saída de nenhum agente desportivo, exceto em caso de emergência.

### **4.2. Circulação dentro das instalações**

- A circulação deve ser evitada exceto no desempenho das funções de cada um ou do previsto para nadadores, arbitragem, organização do evento e funcionários da piscina.

### **4.3. Locais atribuídos a cada associação**

- A cada associação será atribuída um espaço com capacidade para o nº de atletas previsto regulamentarmente **para cada sessão, treinadores e delegado.**

### **4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento**

- Só será autorizado o aquecimento na piscina de competição e no início de cada sessão de acordo com o descrito no ponto 5.2.

#### **4.5. Acesso à câmara de chamada**

- **A câmara de chamada** terá 2 series de 8 lugares de espera para a cada prova. Na antecâmara serão chamados pelo locutor os próximos nadadores das 2 séries seguintes.
- O distanciamento de 2m entre nadadores nestes dois espaços será mantido.

#### **4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova**

- **A circulação será efetuada pela esquerda.** Os nadadores saem dos lugares da câmara de chamada para o local das partidas e **após a prova saem pelo lado oposto.**
- **Após a prova, os nadadores devem retirar-se imediatamente** para o local reservado da e sua equipa.

#### **4.7. Circulação de treinadores**

Os treinadores permanecem no espaço reservado na bancada à associação.

#### **4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas**

- Estes agentes desportivos só deverão abandonar o local reservado para a sua equipa para se deslocarem às instalações sanitárias, reuniões com organização ou em caso de emergência.

### **5. Procedimentos da Competição**

#### **5.1. Reuniões técnicas**

- Haverá 1 reunião técnica antes do início da prova ou em caso de emergência .
- Cada associação só se pode fazer representar por no máximo por 1 elemento.

## **5.2. Aquecimento**

- **Nº máximo de nadadores por pista é de 10.**

## **5.3. Câmara de chamada**

- Os nadadores só deverão dirigir-se à câmara de chamada quando chamados pelo locutor. Não poderão estar no espaço mais do que 2 series de cada vez.

## **5.4. Período de descontração**

- **Só será autorizado após os 5 minutos subsequentes à prova a utilização do tanque de apoio.**

## **5.5. Resultados**

- **Os resultados só estarão disponíveis on-line.**

## **5.6. Cerimónia Protocolares**

**Entrega das medalhas no pódio sem imposição das mesmas.**

## **6. Arbitragem**

### **6.1. Acesso às instalações**

- A equipa de arbitragem deverá entrar e sair das instalações pelos circuitos que forem indicados pela organização. Não deverão circular durante as sessões, excepto no exercício das suas funções.

### **6.2. Balneários**

- A arbitragem terá balneários e espaço exclusivo.
- É obrigatório a desinfeção do calçado a usar exclusivamente no cais da piscina.

### **6.3. Desempenho das funções**

- Sempre que entrem ou saiam do cais da piscina devem desinfetar o calçado ou usar sobrebotas.

- O uso de máscara é obrigatório durante o desempenho das funções.
- Aos árbitros será solicitada a colaboração na higienização dos blocos de partida após cada partida.

## **7. Procedimentos de limpeza e desinfecção**

### **7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes**

- Todas as instalações sanitárias serão regularmente limpas e desinfetadas de acordo com as regras vigentes na instalação. Será efetuada uma crescente regularidade dos procedimentos sempre que a utilização durante o evento assim o justifique.
- Entre sessões realizar-se-á uma desinfecção mais profunda.

### **7.2. Blocos de partida**

- Os blocos de partida serão higienizados pelo árbitro respetivo ou atleta antes de cada partida.

### **7.3. Limpeza e desinfecção entre a sessão da manhã e sessão da tarde**

Entre sessões realizar-se-á uma desinfecção mais profunda de toda a instalação. (portas, corredores, corrimãos, baias separadores, bancadas, sanitários, etc.)

## **8. Público**

- **Sem público.**

## PROGRAMA DE AQUECIMENTO

### CONDIÇÕES:

- 8 PISTAS
- DOIS PERÍODOS DE AQUECIMENTO POR SESSÃO
- POR SESSÃO APENAS EFECTUAM AQUECIMENTO OS ATLETAS QUE NADAM NA RESPECTIVA SESSÃO.
- AQUECIMENTO COM AUTONOMIA DE CADA ASSOCIAÇÃO E EM PISTAS ATRIBUÍDAS.
- INÍCIO DOS AQUECIMENTOS ÀS 08h00/14h00.
- FIM DO AQUECIMENTO ÀS 09h35/15h25.
- MÁXIMO DE 10 ATLETAS POR ASSOCIAÇÃO/PISTA ATRIBUÍDA.
- PISTAS 1 e 8 UTILIZADAS PARA SPRINTS.
- NO FINAL DE AQUECIMENTO OS ATLETAS REGRESSAM À BANCADA.

### 1º PERÍODO: 08h00-08h45/ 14H00-14h40

AT	PISTAS								
	1	2	3	4	5	6	7	8	
ANRN	<b>SPRINT</b>	X						<b>SPRINT</b>	
ANNP			X						
ANCNP				X					
ANIC					X				
ANM						X			
ANARA									X

### 2º PERÍODO: 08h50-09h35/ 14H45-15h25

AT	PISTAS								
	1	2	3	4	5	6	7	8	
ANMINHO	<b>SPRINT</b>	X						<b>SPRINT</b>	
ANC			X						
ANDL				X					
ANDS					X				
ANL						X			
ANALENTEJO									X

PLANTA DE DESLOCAÇÃO E ZONAS DE FUNCIONAMENTO



