

Rugby Alcalá

Vuelta a la actividad del grupo senior



VUELTA A LA ACTIVIDAD DEL GRUPO SENIOR MASCULINO DEL CLUB RUGBY ALCALÁ

A continuación, presentamos el informe para la vuelta a la actividad del grupo senior masculino del Club Rugby Alcalá. Basado en las directrices del plan 'Madrid se reactiva' de la Comunidad de Madrid (<https://www.comunidad.madrid/gobierno/actualidad/reactivacion>) en cuanto al uso de instalaciones, así como recomendaciones de la Federación Española de Rugby.

El plan de entrenamiento ha sido adecuado por el preparador físico del grupo senior masculino del Club Rugby Alcalá y ayudante técnico, Franco Pani, y adecuado a las directrices del gobierno regional y a las recomendaciones de la federación nacional por parte del primer entrenador, Felipe Rodríguez.

La vuelta a la actividad para el grupo senior masculino queremos marcarla para el próximo martes 21 de julio si bien solicitamos la apertura del campo de entrenamiento a la mayor brevedad posible, siempre dependiendo de las pautas que marca el Ayuntamiento de Alcalá de Henares por tratarse de una instalación municipal.

En cualquier caso, esa reapertura, que no sería nunca antes del 6 de julio, fecha en la que no existe límite de aforo para instalaciones y centros deportivos (incluido el público), siempre que se respete la distancia social.

Madrid se reactiva

- Actividad deportiva -

- **Hasta el 5 de julio, la actividad física y deportiva no federada y al aire libre** se podrá realizar de forma individual o colectiva hasta un **máximo de 25 personas** a la vez
- **En instalaciones y centros deportivos, también al aire libre, grupos de 25 personas** hasta el 75% del aforo máximo permitido. **Después del 6 de julio no habrá límite de aforo** siempre que se respete la distancia de seguridad
- **En gimnasios, grupos de hasta 20 personas**, sin contacto físico y siempre que no se supere el 60% del aforo. Desde el 6 de julio, 75% de aforo y grupos de 25 personas.
- **El acceso a las instalaciones debe hacerse obligatoriamente con mascarilla** y no se compartirá ningún material. En los vestuarios, distancia mínima interpersonal de, al menos, 1,5 metros.
- **Los entrenamientos, competiciones o eventos regionales en instalaciones deportivas podrán celebrarse con público:** hasta el 5 de julio, los espectadores no superarán el 75% del aforo permitido y permanecerán sentados y distanciados, al menos, 1,5 metros entre ellos. A partir del 6 de julio, el no existirá límite en cuanto al aforo, si bien habrá límite máximo de asistencia de 300 personas para lugares cerrados y de 1.000 al aire libre.
*La asistencia de público en Liga Profesional de Fútbol y Baloncesto dependen del Consejo Superior de Deportes.



VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS

Para las fechas entre el 6 y el 21 de julio trabajaríamos físico individual con carácter voluntario para los jugadores que quisieran comenzar sus entrenamientos. A partir del 21 de julio arrancaríamos el trabajo en grupo que pasamos en un documento Excel adjunto.

Respecto a la Guía de recomendaciones para la vuelta a la competición COVID-19 de la Federación Española de Rugby planteamos un escenario 3. Aunque la decisión final de la federación nacional será el 17 de julio (para escenario 1), 7 de agosto (escenario 2) y 11 de septiembre (escenario 3) sabemos que los clubes de la Asociación Nacional de los Clubes de la División de Honor de Rugby plantean un escenario 3, aunque el seleccionador nacional, Santiago Santos, valora un escenario 2.

Entendemos que no podemos arriesgarnos para una vuelta a la actividad por lo que planteamos este escenario que es el más conservador. Además, pensamos que aún queda lejos una posible vuelta a la competición por lo que debemos alargar esta singular pretemporada lo máximo posible.

De esta forma no incluiremos material de entrenamiento hasta el segundo tercio del mes de agosto cuando arrancaremos con ejercicios con balón y, por supuesto, sin contacto.

| | INICIO COMPETICIÓN | DECISIÓN FINAL |
|-------------|--------------------|------------------|
| ESCENARIO 1 | 20 DE SEPTIEMBRE | 17 DE JULIO |
| ESCENARIO 2 | 11 DE OCTUBRE | 07 DE AGOSTO |
| ESCENARIO 3 | 15 DE NOVIEMBRE | 11 DE SEPTIEMBRE |

Las fechas son orientativas y pueden sufrir cambios (sujetas también a decisiones por parte de World Rugby y Rugby Europe en cuyas competiciones participan nuestras selecciones), **pero en cualquier caso no tienen por qué ser las mismas para todas las competiciones organizadas por la FER** y como ocurre todas las temporadas en condiciones normales, las competiciones con menor número de jornadas, como las Ligas femeninas, podrían empezar más tarde.

Cabría la posibilidad que en esa fecha (fin de semana) para cada uno de los escenarios, como primera opción, se celebrasen las dos competiciones de la Temporada 2019-20 aplazadas por la Comisión Delegada (las Fases de Ascenso a DHB masculina y femenina, respectivamente).

En cualquier caso **los detalles con los sistemas de competición, fechas de las jornadas, descansos, etc. deberán ser aprobados** llegado el momento **por la Asamblea General de la FER**, conforme a la propuesta que presente la Dirección Técnica, tras las reuniones y el trabajo realizado por las Áreas de Rugby masculino y femenino con los clubes participantes para cerrar las diferentes opciones competitivas, en función del escenario que sea viable.

Este documento es **ORIENTATIVO** y dependerá de las directrices del Ministerio de Sanidad. Esta información está desarrollada el 11 de junio de 2020 y está sujeta a cambios. La FER continúa trabajando en estrecha colaboración con CSD y el Ministerio de Sanidad para proporcionar la información más actualizada para nuestros Clubs.

FASES DEL ESCENARIO 3 PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD

En el siguiente cuadro, y comparando con nuestro archivo Excel adjunto de los ejercicios a desarrollar para la vuelta al trabajo en grupo, podemos ver como nuestros cuatro días de entrenamiento de julio se centran en la fase 'Prepárate para jugar' y solo pasamos a la fase de 'Rugby sin contacto' en el mes de agosto, en nuestro caso el segundo tercio.

PLAN DE DEESCALADA PARA LA VUELTA A LA COMPETICIÓN EN EL RUGBY ESPAÑOL

Competición Senior

| | JUNIO | JULIO | AGOSTO | SEPTIEMBRE | OCTUBRE | NOVIEMBRE |
|-------------|-------|-------|--------|------------|---------|-----------|
| ESCENARIO 1 | PPJ | RSC | RCC | RCC | RCC | RCC |
| ESCENARIO 2 | PPJ | RSC | RSC | RCC | RCC | RCC |
| ESCENARIO 3 | PPJ | PPJ | RSC | RSC | RCC | RCC |

PPJ: Prepárate para jugar  **RCS:** Rugby Sin Contacto  **RCC:** Rugby Con Contacto 

 - El comienzo del rugby con contacto estará supeditado a la preceptiva autorización de las Autoridades Sanitarias.
- Las competiciones Senior deben tener previstas diversas posibilidades para abordar los diferentes escenarios de inicio del rugby con contacto (más o menos favorable).

MEDIDAS DE LOS CLUBS (A PARTIR FASE 3)

- La Dirección del Club desinfectará regularmente el material deportivo, particularmente los balones.
- Todos los participantes deben lavarse y secarse las manos regularmente, por ejemplo: antes y después del entrenamiento, después de ir al baño y después de toser o estornudar.
- La Dirección del Club comprobará que proporcionan servicios adecuados de desinfectante y lavado de manos en las instalaciones.
- Todos los participantes deben toser en el codo y evitar tocarse la cara.

- El Participante debe quedarse en casa si está enfermo, e informar a su Director Técnico inmediatamente.
- Prohibido compartir botellas de agua.
- Evitar escupir y toser.

Este documento es ORIENTATIVO y dependerá de las directrices del Ministerio de Sanidad. Esta información está desarrollada el 11 de junio de 2020 y está sujeta a cambios. La FER continúa trabajando en estrecha colaboración con CSD y el Ministerio de Sanidad para proporcionar la información más actualizada para nuestros Clubs.



MEDIDAS DEL CLUB PARA LA VUELTA A LA ACTIVIDAD

Tanto la Federación Española en su Guía de recomendaciones para la vuelta a la competición COVID-19 (<http://ferugby.es/plan-ferugby-para-que-el-rugby-vuelva-lo-antes-posible-y-siga-igual-de-seguro>) como la World Rugby en su documento COVID-19: lineamientos de retorno al juego (<https://playerwelfare.worldrugby.org/?subsection=86&language=es>) ofrecen una larga serie de pautas a seguir para la vuelta segura a la actividad.

Como miembros del equipo técnico entendemos que deber ser el club quien ponga las normas de jugadores para la vuelta a la actividad, siempre atendiendo a las directrices del plan 'Madrid se reactiva' del gobierno regional así como a las indicaciones del Ayuntamiento de Alcalá de Henares para el uso de instalaciones municipales.

Los entrenadores solo podemos velar y hacernos responsables del cumplimiento de los jugadores de las medidas que decreta la Junta Directiva del Club Rugby Alcalá.

Por último, recomendamos un un Curso Gratuito y didáctico para directivos de entidades deportivas Rugby que publicó World Rugby (<https://playerwelfare.worldrugby.org/?documentid=module&module=38>)