

# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva  
Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISPT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



## PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA ORGANIZAÇÃO DO CAMPEONATO NACIONAL DE 1ª e 2ª DIVISÃO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA E MASCULINA SARS-Cov-2 / COVID-19

Complexo Municipal de Ginástica da Maia - Maia

19 e 20 de junho de 2021

### A - Normas para utilização dos espaços de competição

1. O Complexo Municipal de Ginástica da Maia (CMGM) está aberto ao público e cumpre todos os requisitos obrigatórios para que a prática e a competição gímnica decorram dentro dos parâmetros de segurança possíveis até ao momento. As zonas de circulação, sanitários, sala de contingência, zonas de aquecimento e competição estão sinalizadas. Durante as competições, estarão presentes os funcionários do CMGM, que darão apoio necessário ao normal funcionamento da instalação.
2. A entrada e a saída serão realizadas pela entrada principal do Complexo Municipal de Ginástica (portas distintas que estarão sinalizadas)
3. As portas de circulação para os utilizadores em geral (diretores e colaboradores da AGN, juízes, treinadores / delegado, ginastas) estarão sempre abertas
4. A instalação estará ventilada de forma natural (o portão da nave principal estará aberto)
5. A sala de contingência está devidamente preparada para qualquer eventualidade.
6. Logo após a entrada na instalação todos os utilizadores têm que medir a temperatura (aparelho eletrónico fixo), desinfetar os pés e as mãos (os produtos de desinfecção das mãos estarão à disposição na entrada no espaço de treino e na saída)



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



7. Os ginastas, devem vir equipados com equipamento do clube. Não estão autorizadas a tomar banho.
8. Na utilização das áreas comuns, manter afastamento social e utilizá-las, única e exclusivamente para o seu fim. Evitar reuniões e conversas não essenciais.
9. Todos os intervenientes no evento devem usar máscara desde que entram no recinto até que saiam, sendo apenas feita uma exceção para ginastas quando se encontrem a executar exercício físico vigoroso ou a realizar os seus exercícios/séries em competição.
10. Será criado um espaço para cada clube durante a competição. Desse modo, ginastas e treinadores quando não em prática devem recolher a esse local, dirigindo-se para o aparelho apenas no momento de competição.
11. Nos equipamentos partilhados (principalmente o praticável) as ginastas devem desinfetar com a maior frequência possível as mãos. Desinfetante junto dos aparelhos.
12. Cada ginasta deve ser portador(a) da sua magnésia;
13. O treinador deve manter um afastamento apropriado, evitando contactos;
14. Utilizar os locais marcados para a sua saída evitando cruzamentos com outras pessoas
15. O Complexo Municipal de Ginástica estará restrito à competição. Após a mesma, os utilizadores devem deixar o local limpo e o equipamento arrumado.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISP) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



## B – Quando chegam ao Complexo Municipal de Ginástica da Maia terão o apoio de um funcionário do Complexo Municipal de Ginástica e terem em atenção:

1. Entrada Principal - Porta Direita
2. Medição eletrónica da temperatura / desinfeção das mãos
3. Acesso à nave (após ponto 2 seguir as setas) - virar imediatamente à direita e depois à esquerda conforme, setas indicadoras.
4. Após entrada na nave virar à esquerda, estarão presentes várias prateleiras. Aí tirar calçado e colocar no saco individual. O saco individual deve acompanhar a ginasta em todo o percurso. As prateleiras são desinfetadas após cada utilização.
5. Acesso às casas de banho e saída faz-se pela porta de saída (seguir as setas)
6. Sala de contingência - balneário 7. Quem deteta algo de anormal e acompanha a ginasta para a sala de contingência é o/a enfermeira de serviço à competição.

## Cerimónias protocolares:

- Os clubes/ginastas só poderão entrar na nave à hora marcada na circular. Terminada a competição devem deixar as instalações. Não existirá cerimónia de apresentação inicial e não haverá entrega de medalhas. As medalhas e taças serão enviadas para o clube de cada ginasta, durante a semana seguinte. Os resultados serão publicados no final da competição e enviados para os clubes.
- Todos os ginastas/treinadores devem apresentar-se equipados. Fato de treino do clube, sem estandarte.

## Acreditação:

- As entradas no recinto estão controladas e limitadas de forma que não se ultrapasse o número máximo de pessoas estipulado no espaço. Assim, cada participante só poderá entrar no pavilhão, no máximo 15 minutos antes horário do seu grupo, não podendo haver exceções.
- A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores, juízes, delegados (1 por clube) filiados na presente época, membros da organização e da direção da FGP.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



- Os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto válido.
- Clubes que participem apenas com uma ginasta, a mesma só pode ser acompanhada por um(a) treinador(a). Não será permitido mais do que dois(duas) treinadores(as) por cada equipa e/ou grupo dentro de cada competição.
- Não haverá alinhamento na frente dos juízes a cada rotação.
- Todos os participantes (ginastas, treinadores, juízes e delegados), devem ser portadores do cartão do cidadão/documento de identificação.
- Todos os participantes têm, obrigatoriamente, à entrada do recinto desportivo, de apresentar o Termo de Responsabilidade que enviamos em anexo, devidamente preenchido.
- Após aprovação da DGS será enviado o Plano de Contingência deste evento, o qual foi escrupulosamente elaborado de forma a minimizar os riscos e garantir a segurança de todos. O mesmo deve ser do conhecimento de todos os participantes. Espera-se que todos cumpram as regras em vigor de forma a garantir que no futuro possamos organizar mais eventos.
- De acordo com a orientação n.º 036/2020 da DGS o organizador está obrigado a efetuar um registo de todas as pessoas presentes no recinto, assim sendo, durante toda a competição, haverá lugar a um registo de entrada/saída que incluirá nome, contacto e-mail e telefónico, data e hora, respeitando as orientações da DGS para efeitos de eventual vigilância epidemiológica.

## Juízes:

- Os juízes usam máscara, colocados em relação ao aparelho, ao ginasta a avaliar e entre si, com afastamento social de 2 metros, ou utilização de acrílicos.

## Organização:

- Os elementos da organização serão colocados com a distância de 2 metros entre si, ou com utilização de acrílicos entre si, usarão máscara.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



## Público:

- Segundo as mais recentes normas publicadas este evento terá a presença de público com uma lotação máxima de 33%.
- Os ginastas e treinadores inscritos no evento terão uma parte da bancada dedicada aos mesmos, devendo o restante público utilizar as bancadas identificadas para o efeito.
- Serão identificadas as cadeiras onde é possível sentar, e os bilhetes serão vendidos de forma online, garantindo-se que não é ultrapassada a capacidade máxima do local.
- Os locais de acesso a cada uma das bancadas serão diferenciados.

Federação de Ginástica de Portugal, 16 de junho de 2021



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISP) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



## Anexo:

### O número de elementos presentes durante toda a competição é:

- Organização – 8

- Juízes – dia 19: 12 (GAM) (último período apenas 8) + 16 (GAF); dia 20: 8 (GAF)

### Dia 19 de junho 2021

9h00 – 12h30 – Ginastas e treinadores GAM – 18; Ginastas e treinadores GAF – 28;

13h30 – 17h00 – Ginastas e treinadores GAM – 20; Ginastas e treinadores GAF – 30;

17h30 – 21h00 – Ginastas e treinadores GAM – 18; Ginastas e treinadores GAF – 40;

### Dia 20 de junho 2021

9h00 – 11h00 – Ginastas e treinadores GAF – 30;

11h00 – 13h00 – Ginastas e treinadores GAF – 29;

14h00 – 16h00 – Ginastas e treinadores GAF – 28;



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



## Instalações:

Bancada – 500 m<sup>2</sup> – zona dedicada a treinadores e ginastas (150m<sup>2</sup>) / zona para público (350m<sup>2</sup>)

Ginásio 2 (A1 e A4) - 270 m<sup>2</sup>

Ginásio 3 - 1100 m<sup>2</sup>

Espaço de competição/organização: ginásio 2 e 3

