



Por Orden Ministerial se han establecido las bases para la primera fase de la vuelta a la práctica deportiva. (Orden SND/388/2020, de 3 de mayo, por la que se establecen las condiciones para la apertura al público de determinados comercios y servicios, y la apertura de archivos, así como para la práctica del deporte profesional y federado). Según se establece en ella podemos dividir la práctica deportiva en tres grupos de deportistas :

1. **Deportistas de ligas profesionales** (deportistas de las 4 ligas profesionales):
 - a. Realizar entrenamientos básicos, de forma individual y cumpliendo las medidas de prevención e higiene.
 - b. Los entrenamientos básicos se pueden realizar en instalaciones deportivas.
 - c. Medidas a adoptar:
 - i. Distancia de seguridad entre personas de 2 metros
 - ii. Lavado de manos
 - iii. Otras medidas de protección de la salud

Corresponde a las **ligas profesionales** la acreditación de los deportistas integrados.

2. **Deportistas profesionales y deportistas de alto nivel.**

Son deportistas profesionales las y los deportistas incluidos en el *Real Decreto 1006/1985, de 26 de junio, por el que se regula la relación laboral de carácter especial de los deportistas profesionales*, es decir, aquellas personas que mantienen una relación laboral con sus entidades deportivas. Y son deportistas de alto nivel, los y las calificadas como deportistas de alto nivel o de interés nacional (por el CSD).

- a. Entrenarán en solitario
- b. Entrenarán al aire libre /espacios naturales
- c. Entrenarán dentro de los límites de la provincia en la que residen
- d. Podrán utilizar el equipamiento deportivo necesario
- e. Tiempo de entrenamiento: lo que cada deportista necesita para realizar correctamente el entrenamiento
- f. El entrenador o la entrenadora puede estar presente (una sola persona) siempre adoptando medidas de distanciamiento e higiene
- g. Se mantendrá una distancia de seguridad de 2 metros entre las personas y de 10 metros en el uso de bicicletas, patines o similares (salvo deporte adaptado).

Los y las deportistas de **deporte adaptado** podrán ser ayudadas por otro u otra deportista para la realización de la actividad deportiva, cuando ello sea inevitable. En este caso, la distancia de seguridad se reducirá lo suficiente y será necesario que utilicen mascarilla de protección y adopten medidas de higiene.

Corresponde a las **federaciones deportivas** expedir la licencia de deportista y/o el certificado de deportista de alto nivel.

3. **Deportistas federados y federadas:**

Las personas federadas podrán entrenar dos veces al día en la calle, en el mismo horario que el establecido para el resto de las personas, esto es de 6: 00-10: 00 por la mañana y de 20: 00-23: 00 por la tarde.

Las y los **deportistas de deporte adaptado** federados podrán ser ayudados por otro u otra deportista para la práctica de la actividad deportiva, cuando ello sea inevitable. En este caso, la distancia de seguridad se reducirá lo suficiente y será necesario que utilicen mascarilla de protección y adopten medidas higiénicas.

Corresponde a las **federaciones deportivas** la concesión de licencias de deportistas federados.