



Federação Portuguesa de Badminton

Fase 1 de Retoma Atividade Desportiva de Badminton

Na sequência dos comunicados recebidos do IPDJ (Instituto Português do Desporto e Juventude), a FPB vem esclarecer que todos os atletas com Estatuto de Alto Rendimento, atletas UAARE, atletas com bolsa olímpica/paralímpica e atletas das seleções nacionais podem ter acesso às infraestruturas desportivas, desde que a atividade seja destinada ao alto rendimento, cumpram todas as recomendações e ordens determinadas pelas autoridades de saúde e adotem medidas cautelares com o intuito de conter a transmissão do vírus SARS-CoV-2 a expansão da doença Covid-19.

A Federação Portuguesa de Badminton sente igualmente a necessidade de transmitir a todos os seus agentes da modalidade que o mais importante é salvaguardar a vida e a saúde dos atletas pelo que não devem ser corridos riscos e devem ser disciplinarmente cumpridas as regras gerais definidas pelas autoridades nacionais de saúde e as específicas da FPB.

Medidas gerais de segurança para acrescentar às recomendações da autoridade de saúde.

NORMAS DE ACESSO ÀS INSTALAÇÕES:

1. A utilização dos campos de Badminton será possível para os atletas com Estatuto de Alto Rendimento, atletas UAARE, atletas com bolsa olímpica/paralímpica e atletas das seleções nacionais (Decreto-Lei nº45/2013 de 5 de Abril) [desde que não haja limitações das autoridades locais];
2. Todos os atletas terão de assinar e entregar cópia do termo de responsabilidade elaborado para este efeito [[modelo de termo de responsabilidade para menores de idade](#); [modelos de termo de responsabilidade para adultos](#)];
3. A utilização dos campos de Badminton, a movimentação por parte dos atletas dentro da infraestrutura desportiva e a deslocação para a infraestrutura desportiva devem ser

feitas respeitando na íntegra todas as recomendações e ordens determinadas pelas autoridades de saúde, colaboradores do IPDJ, colaboradores da Federação Portuguesa de Badminton, e pelas forças de segurança e serviços de segurança, designadamente as respeitantes às distâncias a observar entre as pessoas e aos circuitos a utilizar;

4. Será permitida também a presença do treinador do atleta durante a sessão de treino respeitando na íntegra todas as recomendações referidas no ponto anterior;

5. Durante o período de permanência nas instalações, os atletas deverão permanecer sozinhos, não se podendo fazer acompanhar por familiares ou outros;

6. Não são permitidos parceiros de treino que não sejam integrantes nos grupos acima referidos;

7. Não devem treinar os atletas que:

a) Tenham estado em contacto com alguém infetado nos últimos 14 dias;

b) Tenham sintomas sugestivos de doença (tosse, febre, dificuldade respiratória, dor de garganta, dores musculares, alterações do paladar e/ou do cheiro);

c) Pertencam a um grupo considerado de risco (contacto com doente COVI-19 ou comorbilidades).

NORMAS E RECOMENDAÇÕES COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA DAS INSTALAÇÕES:

8. Todas as estruturas de apoio permanecerão encerradas, inclusive os balneários. As casas de banho estarão abertas apenas para uso de emergência (neste caso a higienização da mesma será garantida pelo próprio utilizador, com o material disponibilizado no local; A cabine utilizada será inativada 72 horas, findas as quais a limpeza será efetuada);

9. É fornecido sabão, desinfetante de mãos ou toalhete em todos os principais pontos de contacto, mas é conveniente que o atleta providencie, complementarmente o seu material de proteção individual com que se deve fazer acompanhar (vaporizador alcoólico, gel alcoólico ou toalhete desinfetante);

10. A utilização de cada campo/pavilhão terá um período mínimo de 30min sem utilização entre treinos, para evitar o contato entre os atletas no momento de entrada e saída do campo/pavilhão;

11. As entradas no campo/pavilhão devem ser feitas em separado e as portas devem estar abertas, antes, durante e depois do treino de modo a evitar o manuseamento da porta por pessoas diferentes;

12. Os bancos ou cadeiras não deverão ser utilizados, e sempre que possível devem ser retirados dos campos durante este período.

RECOMENDAÇÕES TÉCNICAS COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA NO CAMPO E NO TREINO:

13. O máximo de 2 (dois) atletas por campo, respeitando sempre uma distância de segurança de pelo menos 2 metros;

14. Os jogadores devem sempre estar em lados opostos no campo, e nunca realizar exercícios do mesmo lado do campo;

15. É permitido apenas 1 (um) treinador por CAMPO, utilizando para a sua movimentação no campo o corredor lateral oposto ao corredor lateral onde os jogadores colocam o seu material;

16. Manter o distanciamento social em todos os momentos, incluindo quando se dá feedback e durante o tempo de descanso dos atletas;

17. Exercícios de volante corrido (sequências) são recomendados em vez dos exercícios de multi-voletes;

18. É recomendável que as sessões de treino sejam efetuadas com volantes novos sempre que possível;

19. Usar menos volantes por sessão de treino;

20. Limitar a utilização de equipamentos de treino, tais como cones, alvos, arcos, cordas, escadas de coordenação, elásticos;

21. Não deixar que os atletas toquem em qualquer equipamento de treino, que não as suas raquetes e os seus volantes (devidamente marcados para o efeito);

22. O manuseamento dos volantes é obrigatório ser efetuado por 1 (uma) só pessoa durante toda a sessão de treino. Os atletas devem encaminhar os volantes que se encontrem no chão com a raquete para a zona onde este seja a única pessoa a manusear

o seu lote de volantes (devidamente marcados) e os coloque em exercício com a sua própria raquete (tentando não pegar os volantes com as mãos);

23. Para o treino do serviço os atletas devem ter os seus próprios volantes (recomendável 5 volantes) e serem as únicas pessoas a manusear esses volantes em todos os momentos. Num treino com 2 atletas, devem servir à vez (um serve e o outro responde) para nunca misturarem os seus volantes e diminuir o risco de contágio e não devem trocar de lado de campo (devem permanecer sempre no mesmo campo e mesmo lado do início ao final do treino);

24. Para o treino de jogo formal, cada jogador deverá ter o seu próprio volante (devidamente marcado) para quando servir somente ele poder manusear esse volante; sempre que perder/ganhar o serviço ter em atenção a troca de volante; quando o volante cair ao chão se o volante não for o seu volante marcado deverá movimentá-lo somente com a raquete nunca com as mãos; no final de cada jogo não deverão existir trocas de lado do campo.

RECOMENDAÇÕES COMPORTAMENTAIS COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA NO CAMPO E NO TREINO:

25. As raquetes não devem ser partilhadas em nenhum momento. Recomenda-se a desinfecção do corpo e do punho da raquete e a colocação de um “overgrip” novo sempre que a raquete for encordoada por outra pessoa;

26. Lavar ou desinfetar as mãos antes e depois do treino e evitar o contacto com o rosto;

27. Não partilhar as garrafas de água e levar a sua própria garrafa;

28. Lavar as mãos com frequência com sabão e água ou desinfetante para as mãos quando disponível: antes e depois do treino, de ir à casa de banho ou quando espirrar e/ou tossir;

29. Estar ciente das superfícies em que toca evitando contactos desnecessários;

30. Promover as técnicas de prevenção de propagação do COVID-19 e dar o exemplo com as mesmas.

A Equipa Técnica Nacional