



## FAQ DEPORTE NAVARRA

### *Preguntas y respuestas frecuentes*

*Actualizado a 26/03/2021*

#### ***1.- ¿PUEDO ENTRAR Y SALIR DE LA COMUNIDAD FORAL DE NAVARRA PARA COMPETIR?***

Se puede entrar y salir siempre y cuando se vaya a participar, como equipo, deportista, personal técnico o estamento arbitral, en:

- a) Competiciones oficiales de ámbito estatal y de carácter no profesional
- b) Competiciones internacionales
- c) Competiciones oficiales de ámbito interautonómico.
- d) Ligas regulares de deportes de equipo colectivos inscritos en el registro del deporte de Navarra o de otras comunidades cuya competición autonómica se desarrolle íntegramente a una única comunidad. \*
- e) Además, podrán salir los deportistas de alto nivel y alto rendimiento que participen en concentraciones preparatorias para las competiciones oficiales señaladas anteriormente.

**Fundamento: [DF 7/2021. Artículo 2.1.j](#) y [Resolución 105/2021. Anexo I. Punto 2.](#)**

*\* ¡ACLARACIÓN 1! El apartado de las competiciones autonómicas hace referencia a navarros que participen en equipos de otras comunidades o foráneos que participen en equipos de ligas navarras.*

*¡ACLARACIÓN 2! Cada deportista menor de edad podrá entrar y salir del territorio de la Comunidad Foral para participar en las competiciones con solo una persona adulta acompañante.*

## **2.- ¿PUEDO ENTRAR Y SALIR DE LA COMUNIDAD FORAL DE NAVARRA PARA ENTRENAR?**

Depende de la modalidad deportiva y la competición para la que se entrene.

### En deportes de equipo:

Podrán entrar y salir los deportistas pertenecientes a equipos participantes en competiciones expuestas en los puntos a), b), c), d) y e) de la FAQ 1.

### En deportes individuales:

Solamente los deportistas de alto nivel y alto rendimiento podrán acudir a concentraciones preparatorias para las competiciones expuestas en los puntos e) de la FAQ 1.

**Fundamento: DF 7/2021. Artículo 2.1.j) y Resolución 105/2021. Anexo I. Punto 2.**

## **3.- ¿PUEDO USAR LOS VESTUARIOS EN LA INSTALACION DEPORTIVA?**

Se permitirá el uso de vestuarios en la práctica de actividades físico-deportivas dirigidas, en entrenamientos y competiciones autorizadas.

**Fundamento: DF 7/2021. Artículo 14.2.**

## **4.- ¿PUEDO USAR DUCHAS EN LA INSTALACION DEPORTIVA?**

Sí. Con las siguientes restricciones:

- En las actividades físico-deportivas dirigidas y entrenamientos, se permitirá el uso de duchas de manera individual, sin que puedan utilizarlas más de una persona al mismo tiempo.
- En las competiciones autorizadas, incluyendo sus entrenamientos, no existen restricciones.

**Fundamento: OF 7/2021. Artículo 14.2.**

*¡ACLARACIÓN! Se considerará una única persona a los familiares convivientes, como puede ocurrir en el caso de natación para bebés donde el bebé y familiar, lógicamente podrían usar la ducha conjuntamente.*

### **5.- ¿DEBO USAR MASCARILLA DURANTE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA?**

Será obligatorio el uso de mascarilla en las zonas de acceso y tránsito de instalaciones. Y durante la práctica deportiva de baja intensidad.

De la misma manera, será obligatorio el uso de mascarilla de los corredores\* (“runners”) cuando no puedan garantizar la distancia interpersonal de 1,5 metros.

**Fundamento: OF 5/2021. Artículo 15.2. y 15.5. y Resolución 105/2021. Anexo I.**

#### **Punto 1.**

*\* ¡RECOMENDACIÓN! Asimismo, se recomienda que cuando realicen esta actividad física en lugares donde haya gran afluencia de personas, tales como parques, paseos fluviales, casco urbano o similares, la realicen de forma individual (y no en grupo).*

### **6.- ¿HASTA QUÉ HORA PUEDE ESTAR ABIERTA LA INSTALACIÓN DEPORTIVA?**

El horario máximo de apertura para cualquier instalación deportiva son las 21:00 horas.

Como excepción, se podrán alargar *para realizar entrenamientos y competiciones de competiciones autorizadas*, siempre que lo autorice el titular de la instalación. En el caso de los entrenamientos podrán realizarse hasta las 22:00 horas.

**Fundamento: OF 5/2021. Artículo 14.5.**

### **7.- ¿PUEDO ORGANIZAR UN EVENTO DEPORTIVO EN NAVARRA? ¿QUÉ NÚMERO DE PERSONAS PUEDEN PARTICIPAR? ¿Y PÚBLICO?**

Estará permitido, previo informe favorable del Instituto Navarro del Deporte y del Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra.

El número máximo de participantes será de 200 participantes al aire libre y 50 en espacios cerrados.

El número máximo de público será de 400 personas al aire libre y 200 en espacios cerrados, siempre que no se supere el 50% del aforo máximo permitido de la instalación.

**Fundamento: OF 5/2021. Punto 14.4. y Resolución 105/2021. Punto 4 y 5.**

## **8.- ¿PUEDO ORGANIZAR/PARTICIPAR UNA COMPETICIÓN? ¿QUÉ NÚMERO DE PERSONAS PUEDEN PARTICIPAR?**

Sí, pero dependiendo del tipo de deportes habrá unas restricciones u otras.

8.1 Están permitidas todas las competiciones oficiales (federadas) de ámbito estatal y de carácter no profesional, competiciones internacionales y competiciones oficiales (federadas) de ámbito interautonómicos en cualquier modalidad deportiva.

8.2 Están permitidas las competiciones oficiales (federadas) de ámbito navarro sin contacto ni oposición en todas las categorías debiendo cumplir los siguientes requisitos:

- El número máximo de participantes en competiciones de alta participación (atletismo, ciclismo, patinaje...) de forma simultánea\* será de 200 participantes al aire libre y 50 en espacios cerrados.
- En espacios cerrados habrá que tener en cuenta la ratio de 5 m<sup>2</sup>/persona en actividades de baja movilidad y 16 m<sup>2</sup> en alta movilidad.

8.3 Están permitidas las competiciones oficiales (federadas) de ámbito navarro, correspondientes a deportes de contacto u oposición de cualquier modalidad deportiva, en todas las categorías.

8.4 Están permitidas las competiciones de carácter no oficial (no federadas) y de ámbito navarro de deportes sin contacto, con una participación máxima de 4 personas por encuentro. En espacios cerrados habrá que tener en cuenta la ratio de 5 m<sup>2</sup>/persona en actividades de baja movilidad y 16 m<sup>2</sup> en alta movilidad.

**Fundamento: Resolución 105/2021. Punto 3,4.; Resolución 129/2021. Punto 1º,4º;**

**y Resolución 163/2021, punto 1º.**

*\* ¡ACLARACIÓN! De forma simultánea se refiere al número de participantes que podrán tener contacto en la competición desde que inician la actividad hasta que finaliza la misma.*

## **9.- ¿ESTÁ PERMITIDO HACER COMPETICIONES O ENCUENTROS DEPORTIVOS ENTRE AMIGOS U OTRAS ORGANIZACIONES EN DEPORTES DE CONTACTO (Fútbol, Baloncesto, Balonmano, etc.)?**

No.

## **10.- ¿ESTÁ PERMITIDO EL DESARROLLO DE ENCUENTROS DEPORTIVOS, PARTIDOS “AMISTOSOS” O SIMILARES?**

Solamente entre equipos de la misma categoría y siempre que la competición deportiva de dicha categoría esté autorizada.

Los partidos amistosos se consideran entrenamientos completos.

**Fundamento: Resolución 105/2021. Punto 6.1**

**11.- ¿ESTÁ PERMITIDA LA PRESENCIA DE PÚBLICO EN LOS ENTRENAMIENTOS, COMPETICIONES FEDERADAS Y EVENTOS? ¿QUÉ AFORO ESTÁ PERMITIDO?**

No está permitido en los entrenamientos.

En competiciones de los Juegos Deportivos de Navarra\* (JDN) podrá asistir como público un máximo de una persona adulta por cada deportista participante, siempre que las características de la instalación lo permitan y siempre que lo autorice previamente la entidad titular de la instalación o, en su caso, la entidad organizadora de la competición. En todo caso deberán respetar las siguientes condiciones:

- respeto de la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros.
- respeto del uso adecuado de mascarilla.
- prohibición del consumo de alimentos y bebidas.

En los eventos y competiciones autorizados, siempre que no estén incluidos en JDN, sí que puede haber público con las siguientes condiciones:

- aforo máximo del 50%, con un máximo de 400 personas en instalaciones al aire libre y 200 personas en instalaciones cerradas
- respeto de la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros.
- respeto del uso adecuado de mascarilla.
- prohibición del consumo de alimentos y bebidas.

**Fundamento: OF 5/2021. Punto 14.4. y Resolución 129/2021. Punto 5º**

*\* ¡ACLARACIÓN! Para conocer las competiciones incluidas en JDN, contactar con la Federación Navarra Deportiva correspondiente.*

**12.- ¿PUEDEN ENTRENAR DOS EQUIPOS EN UNA INSTALACIÓN A LA VEZ?**

Sí, teniendo en cuenta las siguientes limitaciones:

Al aire libre: en una misma instalación deportiva podrán entrenar simultáneamente un máximo de dos grupos de hasta 25 personas cada uno.

En instalación cerrada: en una misma instalación deportiva podrán entrenar simultáneamente un máximo de dos grupos de hasta 15 personas cada uno, siempre que se respete la ratio de 5 m<sup>2</sup>/persona en actividades de baja movilidad y 16 m<sup>2</sup> en alta movilidad.

EN TODO CASO LOS GRUPOS DEBERÁN ACCEDER Y ABANDANAR LA INSTALACIÓN CON UNA DIFERENCIA MÍNIMA DE 15 MINUTOS ENTRE ELLOS, NO PUDIENDO MEZCLARSE LAS PERSONAS INTEGRANTES DE GRUPOS DISTINTOS.

*Ejemplo: se podría entrenar en un campo de fútbol 11 dos equipos en cada mitad del campo. Uno de 18:00 a 19:00 y otro de 18:15 a 19:45.*

### **13.- ¿PUEDO HACER ENTRENAMIENTOS COMPLETOS?**

Sí, con las siguientes restricciones:

- Al aire libre:
  - a) Deportes colectivos: en una misma instalación podrán entrenar simultáneamente 2 grupos de hasta 25 personas cada uno. Los grupos deberán acceder y abandonar la instalación con una diferencia mínima de 15 minutos entre cada uno de ellos.
  - b) Deportes individuales: podrán participar un máximo de 25 personas por grupo de entrenamiento.
  - c) Se equiparan a los entrenamientos al aire libre, aquellas actividades físico-deportivas no dirigidas que se realicen al aire libre (por ej., salidas y marchas de montaña); no se incluyen las salidas de turismo activo ni las actividades de guías turísticos, reguladas por el Dpto. de Salud.
- En instalaciones cerradas:
  - a) Grupos de 15 en deportes de colectivos.
  - b) Grupos de 15 en deportes individuales, con 5 m<sup>2</sup>/participante para actividades de baja movilidad y 16 m<sup>2</sup>/participante para actividades de alta movilidad, además de ventilación natural o forzada (mecánica) sin circulación de aire.

### **14.- ¿PUEDO REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DIRIGIDAS?**

Sí. En grupos de 15 personas reuniendo las siguientes condiciones:

- 5 m<sup>2</sup> por participante para actividades de baja movilidad o 16 m<sup>2</sup> por participante para actividades de alta movilidad
- ventilación natural o forzada (mecánica) sin recirculación de aire en el caso de instalaciones cerradas.

En caso de no reunir dichas condiciones, la **participación máxima de 10 personas** cumpliendo el distanciamiento social que marcan las autoridades sanitarias.

Los grupos para la realización de actividades físico-deportivas dirigidas al aire libre tienen una participación máxima de 25 personas, respetando las condiciones de 5 metros cuadrados por participante en las de baja movilidad, y 16 metros cuadrados en las de alta movilidad.

Quedan exentas de estas restricciones las actividades deportivas realizadas al amparo de las enseñanzas contempladas en el artículo 3 de la Ley Orgánica de Educación.

**Fundamento: OF 5/2021. Artículo 15.1. y 15.3. y Resolución 105/2021. Punto 7.2.**

**y Resolución 163/2021, punto 2º.**

### ***15.- ¿PUEDO IR AL GIMNASIO?***

Sí, con cita previa.

En la realización de actividad que implique desplazamiento, se mantendrá un espacio de 20 m<sup>2</sup> por persona. En la actividad que se realice sin desplazamiento, se mantendrá un espacio de 8 m<sup>2</sup> por persona. En todo caso será obligatorio el uso de mascarilla.

**Fundamento: OF 5/2021. Artículo 14.3**

### ***16.- ¿PUEDO REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DIRIGIDAS EN PISCINAS COMO CURSOS DE NATACIÓN?***

Sí. Con un límite de 10 personas. En el caso de los cursos impartidos a bebés o niños/as de muy corta edad, se permite la asistencia de un familiar conviviente (siempre el mismo), que computará dentro del número máximo de 10 participantes. Sin embargo, el/la monitor/a no computará en ese número máximo.

**Fundamento: Resolución 105/2020. Punto 7.2.**

### ***17.- ¿PUEDO UTILIZAR LA PISCINA PARA USO DEPORTIVO? ¿CUÁNTAS PERSONAS POR CALLE? ¿Y EN EL CASO DE DEPORTES DE EQUIPO?***

Sí. 4 personas por cada calle en piscinas cuya longitud sea igual o inferior a 25 metros, siempre y cuando las personas usuarias vayan y vuelvan por la misma calle. En caso de que vayan y vuelvan por calles distintas, el límite será de 10 personas.

Si la piscina es de 50 metros, las ratios serían de 8 participantes con ida y vuelta en la misma calle y 20 personas cuando vayan y vuelvan en calles distintas.

En la práctica de las modalidades de Waterpolo y Natación Sincronizada, se asegurará un espacio por participante de 10 m<sup>2</sup>, con un máximo de 15 personas por lámina de agua.

Fundamento: Resolución 105/2021. Punto 8 del anexo

Para cualquier duda o aclaración pueden dirigirse a  
[covid.deporte@navarra.es](mailto:covid.deporte@navarra.es)



Instituto Navarro del Deporte  
Nafarroako Kirolaren Institutua



Gobierno de Navarra  
Nafarroako Gobernua