



RESOLUCIÓN Nº 488/2020.

POR LA CUAL SE HABILITA LUGARES DE PRÁCTICA, LISTADO DE DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO, SELECCIONADOS NACIONALES Y FEDERADOS DE LA FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA, CONFORME AL PROTOCOLO SANITARIO APROBADO POR EL MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y BIENESTAR SOCIAL.

-1-

Asunción, 25 de junio de 2020.

VISTO:

La Ley Nº 2.874/2006 "Del Deporte", Por la cual se crea la Secretaría Nacional de Deportes (SND), dependiente del Poder Ejecutivo – Presidencia de la República.

El Decreto del Poder Ejecutivo Nº 3.706/2020, del 14 de junio de 2020, "POR EL CUAL SE ESTABLECEN MEDIDAS EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA DECLARADA EN EL TERRITORIO NACIONAL POR LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS (COVID-19), CORRESPONDIENTES A LA FASE 3 DEL PLAN DE LEVANTAMIENTO GRADUAL DEL AISLAMIENTO PREVENTIVO GENERAL (CUARENTENA INTELIGENTE)".

Las notas identificadas como expedientes Nº 1.911/2020 y Nº 1.741/2020, respectivamente, por el cual, la Señora PAULA ESPINOLA, en su carácter de Presidenta de la FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA, por medio de las cuales presentan el Protocolo Sanitario para la práctica de la Gimnasia, conforme a las medidas sanitarias establecidas por el Gobierno Nacional por la Pandemia del Coronavirus COVID – 19 y adjuntan listado de atletas de alto rendimiento y seleccionados.

El proveído de fecha 22/06/2020, suscripto por el Director General de Deportes, Lic. Ricardo Deggeller, quien señala: "Se remite solicitud de elaboración de dictamen y posterior resolución de la Secretaría General. Esta Dirección considera viable la habilitación de los deportistas que se menciona en la lista adjunta. En relación al protocolo sanitario se adecua a las recomendaciones realizadas por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social conforme a correos intercambiados que obra en correo institucional de la Dirección General de Deportes. Los lugares a ser habilitados son: 1. Centro Paraguayo Japonés; 2. Club Internacional de Tenis; 3. Asociación Deportivo Fernhein (Filadelfia – Chaco); y 4. Academia Irina Vikhareva".

CONSIDERANDO:

Que, el artículo 242 de la Constitución establece los deberes y atribuciones de los Ministros, indicando que los ministros son los jefes de la administración de sus respectivas carteras, en las cuales, bajo la dirección del Presidente de la República, promueven y ejecutan la política relativa a las materias de su competencia.

JUAN CARLOS CALZADA  
Abogado  
Matrícula C.S.J. Nº 5.767

Avenida Eusebio Ayala y R.I. 6 Boquerón Km. 4 ½ - Tel.: (595-21) 520-672/3 – Fax: (595-21) 520-671 / 520-675  
[www.snd.gov.py](http://www.snd.gov.py) / [secretariageneral@snd.gov.py](mailto:secretariageneral@snd.gov.py) - Asunción - Paraguay

MG. ARNALDO J. CHAMORRO U.  
DIRECTOR GENERAL DE GABINETE  
SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES  
PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA

Lic. Ricardo Deggeller  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República



Fátima Morales Agüero  
Administradora Secretaría Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



RESOLUCIÓN N° 488/2020.

**POR LA CUAL SE HABILITA LUGARES DE PRÁCTICA, LISTADO DE DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO, SELECCIONADOS NACIONALES Y FEDERADOS DE LA FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA, CONFORME AL PROTOCOLO SANITARIO APROBADO POR EL MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y BIENESTAR SOCIAL.**

-2-

Que, el Artículo 11 de la Ley N° 2.874/2006 "Del Deporte" establece que la Secretaría Nacional de Deportes será dirigida y administrada por el Secretario Nacional de Deportes.

La Ley N° 2.874/06 "Del Deporte", cuerpo legal que en Artículo 13 establece: "El Secretario Nacional de Deportes, tendrá las siguientes atribuciones: "1. Hacer cumplir los principios, objetivos y fines previstos en esta Ley. 3. Contratar, nombrar, remover y sustituir al personal técnico y/o administrativo, así como a los asesores o extranjeros contratados. 6. Conocer y resolver todos los asuntos relacionados con intereses y fines de la SND, pudiendo al efecto ejecutar los actos y celebrar los contratos que fueren necesarios o conducentes para la consecución del objetivo de la Secretaría Nacional de Deportes, ya sea con personas naturales o jurídicas nacionales o extranjeras, de derecho público o privado".

Que, el Decreto N° 3.706/2020, de fecha 14 de junio de 2020, en su artículo 9° establece: "Establécense los siguientes criterios para permitir la actividad física: 1) Se permite la actividad física para todas las personas en espacios al aire libre en grupos de hasta dos (2) personas. 2) Se permite la actividad física en academias, gimnasios, polideportivos y otros espacios cerrados (excluyendo aquellas actividades de contacto físico), para lo cual deberá realizarse un agendamiento previo y registro individualizado de las personas que asistan (nombre y apellido, documento de identidad, domicilio y número de teléfono). Esta información será utilizada exclusivamente por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social para rastreo de contacto en la eventualidad de identificarse un caso COVID-19 positivo. Los locales en los cuales se llevan a cabo las actividades permitidas, deberán operar con sujeción a los protocolos aprobados por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (...) y en artículo 13 dispone: "Dispónese que los atletas de alto rendimiento, deportistas federados de dedicación exclusiva, y seleccionados nacionales, deberán ser habilitados para la práctica deportiva profesional por la Federación a la que pertenecen en coordinación con la Secretaría Nacional de Deportes. Estos podrán realizar sus actividades en sitios expresamente habilitados para su entrenamiento, en base al protocolo previamente autorizado por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social".

Que velando por el cumplimiento de las medidas sanitarias establecidas en el marco del estado de emergencia sanitaria, es pertinente disponer el cumplimiento estricto del protocolo sanitario previamente aprobado por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, habilitar los lugares de práctica y el listado de atletas de alto rendimiento y seleccionados.

Avenida Eusebio Ayala y R.I. 6 Boquerón Km. 4 ½ - Tel.: (595-21) 520-672/3 - Fax: (595-21) 520-671 / 520-675  
[www.snd.gov.py](http://www.snd.gov.py) / [secretariageneral@snd.gov.py](mailto:secretariageneral@snd.gov.py) - Asunción - Paraguay

MG. ARNALDO J. CHAMORRO U.  
DIRECTOR GENERAL DE GABINETE  
SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES  
PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA

Lic. Ricardo Deggeller  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República



Fátima Morales Agüero  
Ministra Secretaria Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



RESOLUCIÓN Nº 488/2020.

POR LA CUAL SE HABILITA LUGARES DE PRÁCTICA, LISTADO DE DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO, SELECCIONADOS NACIONALES Y FEDERADOS DE LA FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA, CONFORME AL PROTOCOLO SANITARIO APROBADO POR EL MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y BIENESTAR SOCIAL.

-3-

El Dictamen Jurídico Nº 327/2020, de la Dirección General de Asesoría Jurídica, de la Secretaría Nacional de Deportes, considera procedente ordenar la habilitación de los lugares de práctica y el listado de deportistas remitidos por la Federación Paraguaya de Gimnasia, conforme a la consideración realizada por la Dirección General de Deportes de la SND, de haberse dado cumplimiento al protocolo sanitario exigido para este tipo de procedimientos.

Que, el carácter de Jefe de Administración que detenta la señora Ministra Secretaria Nacional de Deportes, la facultan a adoptar las providencias administrativas conducentes a crear las condiciones necesarias para el ejercicio, fomento, protección y desarrollo del deporte en todo el territorio nacional.

**POR TANTO:** en uso de sus facultades legales,

**LA MINISTRA SECRETARIA NACIONAL DE DEPORTES  
RESUELVE:**

- Artículo 1º.-** Habilitar los siguientes lugares de práctica de Gimnasia: 1. Centro Paraguayo Japonés; 2. Club Internacional de Tenis; 3. Asociación Deportivo Fernhein (Filadelfia – Chaco); y 4. Academia Irina Vikhareva”.
- Artículo 2º.-** Habilitar a los Deportistas de Alto Rendimiento, Seleccionados Nacionales y Federados de la Federación Paraguaya de Gimnasia, en listado adjunto a la presente resolución y que forma parte de la misma.
- Artículo 3º.-** Establecer que la Federación Paraguaya de Gimnasia, está obligada al cumplimiento estricto del protocolo sanitario para la FASE 3, en la forma en que fue aprobado por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, de conformidad a las medidas sanitarias establecidas por el Gobierno Nacional por la Pandemia del Coronavirus COVID – 19.
- Artículo 4º.-** Comunicar a quienes corresponda y cumplido, archivar.

*Juan Carlos Chamorro U.*  
Abogado  
Matrícula C.S.J. Nº 5152

**MG. ARNALDO J. CHAMORRO U.**  
DIRECTOR GENERAL DE GABINETE  
SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES  
PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA

*Lic. Ricardo Degollor*  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

*Fátima Morales Agüero*  
**FATIMA MORALES AGÜERO**  
Ministra Secretaria Nacional de Deportes



Secretaría  
NACIONAL  
DE DEPORTES

GOBIERNO  
NACIONAL

Paraguay  
de la gente

ANEXO - RESOLUCION SND N° 488/2020

LISTADO DE ATLETAS Y ENTRENADORES

ENTIDAD DEPORTIVA: FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA

N°	Nombre y Apellido del Atleta	Cédula de Identidad	Año de Nacimiento	Nacionalidad	Lugar de residencia/Dirección	Club al cual pertenece	Celular
1	Gieely Jazmin Morel Ayala	5.937.322	2004	Paraguaya	Urutau c/Guatambu - Bo. San Pablo - Asu.	Irina Vickhareva	0992-312499
2	Valeria Belen Galli Zacarias	6.010.544	2007	Paraguaya	Marconi Estrago esq. Ypane - Fndo. De la Mora	Irina Vickhareva	0985-468804
3	Yanina Ayelen Florentin Armoa	6.153.716	2007	Paraguaya	Incas c/Lapacho - Hipódromo	Irina Vickhareva	0981-268087
4	Gabriela Sofia Ferreira	6.066.065	2007	Paraguaya	Tte. Aguirre c/Músicos del Chaco - Villa Aurelia - Asunción	Irina Vickhareva	0984-553686
5	Susana Maria Dominguez Lopez	6.262.212	2008	Paraguaya	Dalia 211 c/Tajy Poty - San Lorenzo	Irina Vickhareva	0982-711345
6	Patricia Sofia Machuca	6.526.409	2009	Paraguaya	Saturio Ríos 1517 c/Amanecer - Lambaré	Irina Vickhareva	0985-619202
7	Melany Abigail Nuñez Arias	7.056.001	2010	Paraguaya	Cadete Pando y Mcal. Estigarribia - Villa del Sur Ñemby	Irina Vickhareva	0983-111916
8	Valeria Ayelen Torales Arce	6.818.557	2001	Paraguaya	Nanawa 703 esq. Mcal. López - Lambaré	Irina Vickhareva	0992-211401
9	Humberto Josue Mareco Caballero	5.501.054	2003	Paraguaya	(San Lorenzo) Victor Morinigo 208	Deportivo Internacional	0982-438707
10	Jonathan Said Rojas Espinola	7.359.276	2003	Paraguaya	Ñemby, Juan pablo 2do y 25 de diciembre - Barrio Renacer	MB Academia	0972-555251
11	Fabricio Tobías Negrete Franco	4.328.215	1998	Paraguaya	Cnel. Aguiar Nro. 714 casi Luis A. de Herrera - Barrio Ciudad Nueva	Deportivo Internacional	0983-445263
12	Thiago Galileo Enciso Fernandez	6.765.424	2006	Paraguaya	Ñemby barrio san carlos calle villa del rey	MB Academia	0982-350231
13	Jimena Maria Espinola Estigarribia	6.996.288	2005	Paraguaya	Ruta Mcal. Estigarribia casi leopardi	Deportivo Internacional	0982-817090
14	Bianca Maria Descalzo Benitez	5.678.905	2004	Paraguaya	Caraguatay 1721-Lambaré	Deportivo Internacional	0994-765020
15	Florencia Britze Bedoya	6.285.927	2008	Paraguaya	Juliana Insfran casi jaudiosos nuñez Asunción	Deportivo Internacional	0961-324754
16	Luana Arami Gill Hermosa	5.729.422	2004	Paraguaya	Mbcocaya 1267 entre Pilar y Tobati - Asunción	Deportivo Internacional	0982-800832
17	Kiara Luján Mallada Hermosa	4.800.252	2000	Paraguaya	Mbcocaya 1267 entre Pilar y Tobati - Asunción	Deportivo Internacional	0992-743864
18	Ariana Reinberd de la Cerda	8.625.934	2007	Ecuatoriana	Santísima Trinidad y capellanes del ejército - Asunción	Deportivo Internacional	0972-943703
19	María Paz Inostroza González	5.758.601	2006	Paraguaya	Iturbe 2648 e/ 14 y 15 proyectadas. Barrio Obrero.	Asociación Deportivo Fernheim	0972-501615

ENTIDAD DEPORTIVA: FEDERACIÓN PARAGUAYA DE GIMNASIA

N°	Nombre y Apellido del Entrenador	Cédula de Identidad	Año de Nacimiento	Nacionalidad	Lugar de residencia/Dirección	Club al que pertenece	Celular
1	Kenichi Ishii	TS2095219	1993	Japonesa	Eusebio Ayala 4127 casi R.13 Corrales - Asunción	Centro Paraguayo Japonés	0972-583798
2	Pamela Belén Vera Valdivia	3.200.680	1998	Paraguaya	Río Pilcomayo N°628 c/ Manuel Dominguez - Fdo de la Mora	Centro Paraguayo Japonés/Inter	0985-911223
3	Irina Vikhareva	7.023.122	1963	Alemana	Villa Elisa Asia y Africa 1529	Irina Vickhareva	0985-633692
4	Sibylle Kiewer	6.764.199	1985	Paraguaya	Avda. Trébol esq. Mcal. Estigarribia	Chaco	0983-130446

MG. ARNALDO J. CHAMORRO U.  
DIRECTOR GENERAL DE GABINETE  
SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES  
PRESIDENCIA DE LA REPUBLICA

Dr. Ricardo Deggeller  
Director General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

JUAN CARLOS CANIZAS  
Abogado  
Matrícula C. S. J. N° 3710

Dr. María Mercedes Agüero  
Secretaria Secretarías Nacional  
de Deportes

Secretaria Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

## GIMNASIA ARTÍSTICA VUELTA AL GIMNASIO SALUDABLE

### PROTOCOLO

#### CARACTERISTICAS DE LA GIMNASIA ARTÍSTICA

- La gimnasia es un deporte individual que no requiere de contacto alguno con un compañero. En la ejecución de los ejercicios no exige contacto personal
- Se practica con aparatos tales como; Barras Paralelas, Vigas, Suelo, Tumbling, cama elástica.
- Las asistencias de los Entrenadores no son requeridas ante la ejecución de ejercicios dominados.
- La edad de los atletas 12 años en adelante.
- No se comparten los insumos personales: vendas, magnesio, calleras (Protectores), etc.

Las características propias mencionadas de este deporte, facilita enormemente la aplicación de normas de distanciamiento social y medidas profilácticas que eviten el contagio y propagación del virus COVID 19.

#### TRASLADOS DE LOS GIMNASTAS

El traslado de los gimnastas hasta el gimnasio se realizará predominantemente con sus padres en vehículos particulares hasta la puerta del establecimiento.

#### EN SINTESIS

Este deporte se puede practicar absolutamente de forma individual.

Los salones de entrenamientos son grandes superficies de considerable altura. Se instalaran lavamanos portátil y alfombra desinfectante en la entrada, así también se contará con medidor de temperatura.

El espacio físico es amplio. Entre una y otra persona no hay menos 4 - 5 metros de distanciamiento.

Los implementos personales como; vendas, toallas, botellas con agua, protectores (calleras), etc., nunca se comparten.

*Ricardo Deggler*  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

*Juan Carlos Canzate*  
Abogado  
Matricula C.S. N° 5.757

*Mercedes Agüero*  
Ministra Secretaria Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

El alumnado en este deporte, es predominantemente adolescente desde los 12 años de edad y de jóvenes hasta 28 años de edad promedio.

Los aparatos utilizados se encuentran separados por lo que el distanciamiento y el control es más fácil.

**ACCIONES A SER REALIZADAS ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL INGRESO AL GIMNASIO**

Todas las personas deberán lavarse las manos y pasar por la alfombra desinfectante. También deberán colocarse el alcohol en gel.

Todas las personas deberán someterse al control de temperatura. Para el ingreso, la temperatura no deberá ser mayor a 37.5 C.

Los gimnastas deberán ingresar ya vestidos para la práctica, con su bolso personal (el bolso personal deberá contener hidratación y rociador con solución establecida alcohol 70%).

Cada uno deberá dirigirse al sector asignado para uso exclusivo de los gimnastas., respetando siempre el distanciamiento de 4 o más metros.

Desarrollo de la clase con cada gimnasta por separado.

Elementos de fuerza, preparación física general y acrobacias o saltos supervisados por el profesor a cargo.

En función de lo anterior establecer cantidad máxima de alumnos/as por turno (2 o 3) todos mayores de 10 años

Los elementos de hidratación deberán ser individuales y deberán estar rotulados.

En todo momento se deberá respetar el distanciamiento social obligatorio.

Al término del entrenamiento los aparatos serán desinfectados con alcohol de 70% (barras, vigas etc., en los lugares de tránsito se repasará con agua y lavandina)

Al término del entrenamiento, los gimnastas tomará sus pertenencias, deberán dirigirse a la zona de transición al ingreso, en donde se calzan y se aplican la solución de desinfección como en la entrada (lavado de manos y alcohol en gel)

Lic. Ricardo Beggior  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

JUAN CARLOS CANIZALE

Fátima Morales Agüero  
Ministra Secretaría Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

Se establece como obligatorio llegar y luego del entrenamiento retirarse del establecimiento en vehículos particulares. El control será supervisado por un profesor ubicado en la puerta como recepcionista.

### **Distanciamiento y aislamiento de la ubicación de elementos personales**

Elementos personales permitidos y obligatorios

- Uso de barbijo.
- Bolsa con elementos personales de cada gimnasta (Vendas, Toalla de mano, Agua potable para hidratación personal, etc.) El recipiente debe estar siempre en el sector de uso exclusivo, para la ubicación de pertenencias personales. Prohibido compartir la bebida con el compañero.



### **EQUIPAMIENTO/IMPLEMENTOS A SER UTILIZADOS DURANTE EL ENTRENAMIENTO**

- Aparatos – Barras Paralelas, Barra Fija, Suelo, Caballo con arzones, Anillas, Caballo de salto (Hombres)
- Barras Asimétricas, Viga de Equilibrio, Suelo, Salto (Mujeres)
- Al término del entrenamiento los aparatos serán desinfectados con alcohol de 70% (barras, vigas etc., en los lugares de tránsito se reparará con agua y lavandina)
- Lugar de ubicación y manipulación de elementos personales dentro del gimnasio.
- Ubicarse en el sector designado para cada gimnasta. El mismo será indicado por el profesor, donde el atleta pueda ser visto en todo momento dentro de la sala. El espacio estará delimitado con cintas para mayor control.
- Cantidad máxima de alumnos por clase 3 (tres)

Lic. Ricardo Deggeler  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

JUAN CARLOS CÁMERA  
Abogado  
Matricula C.S.J. N° 6.798

Fátima Morales Agüero  
Ministra Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

Ejemplo:

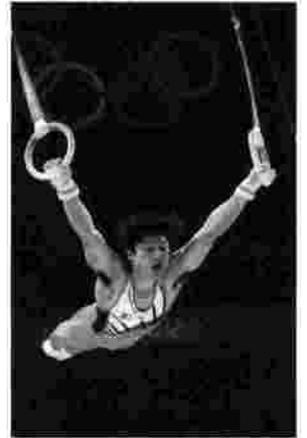
De distribución de los gimnastas

Por turno

Por cantidad máxima admisible

Respetando el horario de recambio de grupo

Contemplando un tiempo de 15 minutos para desinfecciones prioritarias /sanitarios/



### **NORMAS DE CONVIVENCIA GUARDANDO EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL OBLIGATORIO**

1. Uso permanente del cubre boca o barbijo para todas las personas. Profesoras, administradores, así como cada gimnasta.
2. Mantener el distanciamiento social obligatorio.
3. Evitar contactos personales y aplicar otras modalidades de saludo.
4. Sanitarios: uso de los mismos de manera solitaria con aviso y autorización del profesor.
5. Prohibido ducharse en los vestuarios y el uso de los mismos. .
6. Lavado de manos con agua y jabón, secado con toalla de uso exclusivo y personal.

Lic. Ricardo Deggeller  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

*Juan Carlos Cruz*  
JUAN CARLOS CRUZ  
Abogado  
Matrícula G.S.U. N° 5170

*Patricia Morales Agüero*  
Patricia Morales Agüero  
Ministra Secretaria Nacional  
Secretaria Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

## GIMNASIA RITMICA VUELTA AL GIMNASIO SALUDABLE PROTOCOLO

### CARACTERISTICAS DE LA GIMNASIA RITMICA

La gimnasia es un deporte individual.

Se practica con aparatos y cada atleta lleva y trae sus elementos (aro, pelota, cuerda, cinta y mazas)

La gimnasta realiza sus ejercicios con sus aparatos y no requiere de contacto alguno con un compañero.

Las asistencias de los entrenadores no son requeridas ante la ejecución de ejercicios dominados, por tanto la ejecución de los ejercicios no exige contacto personal.

Las edades predominantes de 6 a 18 años (solo a partir de los 10 años retornarían a los entrenamientos presenciales, los menores seguirían entrenando en clases virtuales)

No se comparten los insumos personales: vendas, aparatos botellas, etc.

Las características mencionadas propias de este deporte, facilita enormemente la aplicación de normas de distanciamiento social y medidas profilácticas que eviten el contagio y propagación del virus COVID 19.

### CARACTERISTICAS DEL GIMNASIO

Se contará con un lavamanos portátil en la zona de entrada, estacionamiento del recinto para realizar el protocolo de desinfección antes de ingresar al mismo (lavado de manos, desinfección del calzado, etc.)

Todas las personas deberán ser sometidas al Control de la Temperatura corporal y esta no debe ser mayor a 37.5C°

### TRASLADOS DE LOS GIMNASTAS

El traslado de los gimnastas hasta el gimnasio se realizará predominantemente con sus padres en vehículos particulares hasta la puerta del establecimiento.

### EN SINTESIS

Este deporte se puede practicar absolutamente de forma individual. La entrenadora indicará y corregirá los trabajos sin necesidad de contacto físico solo verbalmente.

El salón de entrenamientos que es de gran superficie y de considerable altura. Por lo que hay mucha corriente de aire.

Lic. Ricardo Degguler  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

Abogado  
CANCARIOS CIVILES  
Abogado  
Matricula C.S.J. N° 5.710

Fátima Morales Agüero  
Ministra Secretaría Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

El espacio físico es amplio que entre una y otra persona no hay menos 4 - 5 metros, y serán delimitados con cintas para asegurar los controles.

No está permitido compartir los implementos personales como; aparatos, vendas, toallas, botellas con agua y etc.

Solo entrenarán las atletas de 10 años en adelante.

### **INDICACIONES A SER TENIDAS EN CUENTA DURANTE EL ENTRENAMIENTO**

Desarrollo de la clase con gimnasta por separado

Giros, rotaciones , Equilibrios Saltos	Sincronizados y dirigidos por el profesor a cargo.
--	--

La cantidad máxima de alumnas es de (tres) y 1 (un) entrenador por turno. Cada grupo trabajara 3 horas por día.

Las zonas de trabajo serán delimitadas con señalizaciones para facilitar el control. En todo momento se deberá guardar el distanciamiento social obligatorio.

Las zonas de trabajo serán desinfectadas rociando alcohol al 70%. Los pasillos se limpiarán con lavandina.

Cada atleta deberá encargarse de la desinfección de sus elementos ya que cada una lleva y trae los mismos. La entrenadora se asegurará de que todo esto se realice al término de cada entrenamiento.

Lic. Ricardo Degger  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

*Juan Carlos Carizola*  
JUAN CARLOS CARIZOLA  
Abogado  
Matrícula C.S.J. N° 6752

*Patricia Morales Agüero*  
Patricia Morales Agüero  
Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

## CONTROLES DEL CUMPLIMIENTO DE CADA PUNTO DEL PROTOCOLO

### Reglamento específico de aceptación del mismo y aplicación al derecho de admisión

- Todas las personas deberán lavarse las manos y pasar por la alfombra desinfectante. También deberán colocarse el alcohol en gel.
- Todas las personas deberán someterse al control de temperatura. Para el ingreso, la temperatura no deberá ser mayor a 37.5 C.
- Los gimnastas deberán ingresar ya vestidos para la práctica, con su bolso personal (el bolso personal deberá contener hidratación y rociador con solución establecida alcohol 70%).
- Cada uno deberá dirigirse al sector asignado para uso exclusivo de los gimnastas., respetando siempre el distanciamiento de 4 o más metros.
- Se establece como obligatorio llegar y luego del entrenamiento retirarse del establecimiento en vehículos particulares. El control será supervisado por un profesor ubicado en la puerta como recepcionista.
- Distanciamiento de 4 o más metros. Cada atleta tendrá marcada una línea para su ingreso y salida, además de la porción de piso que utilizara durante su entrenamiento.
- Al término del entrenamiento, los gimnastas toman sus pertenencias, deberán dirigirse a la zona de transición al ingreso, en donde se calzan y se aplican la solución de desinfección como en la entrada (lavado de manos y alcohol en gel)

### Distanciamiento y aislamiento de la ubicación de elementos personales

#### Elementos personales permitidos y obligatorios

- Uso de barbijo.
- Bolso con elementos personales de cada gimnasta (Vendas, Toalla de mano, Agua potable para hidratación personal, etc.) El recipiente debe estar siempre en el sector de uso exclusivo, para la ubicación de pertenencias personales. Prohibido compartir la bebida con el compañero.



Lic. Ricardo Degg, Jefe  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

*Juan Carlos Casola*  
Abogado  
Matrícula C.S.J. Nº 5.752

*Fátima Morales Agüero*  
Ministra Secretaria Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes



FEDERACION  
PARAGUAYA  
DE GIMNASIA

### **EQUIPAMIENTO/IMPLEMENTOS A SER UTILIZADOS DURANTE EL ENTRENAMIENTO**

- Aparatos –pelota, cuerda, mazas, cinta.
- Al término del entrenamiento los aparatos serán desinfectados con alcohol de 70% (en los lugares de tránsito se reparará con agua y lavandina)
- Lugar de ubicación y manipulación de elementos personales dentro del gimnasio.
- Ubicarse en el sector designado para cada gimnasta. El mismo será indicado por el profesor, donde el atleta pueda ser visto en todo momento dentro de la sala. El espacio estará delimitado con cintas para mayor control.
- Cantidad máxima de alumnos por clase 3 (tres)



Ejemplo:

De distribución de los gimnastas

Por turno

Por cantidad máxima admisible (3)

Respetando el horario de recambio de grupo

Contemplando un tiempo de 15 minutos para desinfecciones prioritarias /sanitarios/

### **NORMAS DE CONVIVENCIA GUARDANDO EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL OBLIGATORIO**

1. Uso permanente del cubre boca o barbijo para todas las personas. Profesoras, administradores, así como cada gimnasta.
2. Mantener el distanciamiento social obligatorio.
3. Evitar contactos personales y aplicar otras modalidades de saludo.
4. Sanitarios: uso de los mismos de manera solitaria con aviso y autorización del profesor.
5. Prohibido ducharse en los vestuarios y el uso de los mismos. .
6. Lavado de manos con agua y jabón, secado con toalla de uso exclusivo y personal.

Lic. Ricardo Degg  
Dirección General de Deportes  
Secretaría Nacional de Deportes  
Presidencia de la República

JUAN CARLOS CANZA  
Abogado  
Matrícula C.S.J. N° 675

Fátima Morales Agüero  
Ministra Secretaría Nacional  
Secretaría Nacional de Deportes