

# CAMBIOS EN EL DEPORTE CON EL INICIO DE LA FASE 1 DE DESESCALADA



Así, se permitirá la **reapertura de las instalaciones deportivas al aire libre**, quedando **excluidas las piscinas y zonas de agua**. En las primeras se podrán practicar **deportes individuales** o aquellos que se puedan desarrollar **por un máximo de dos personas sin contacto físico**, lo que supone la autorización de la práctica de disciplinas como el **tenis** o el **pádel**.

**Los vestuarios permanecerán cerrados** y solo se permite el acceso de acompañantes en el caso de menores y personas discapacitadas. Además, se requerirá de **cita previa** para poder acceder a estas instalaciones deportivas al aire libre.

También se establecen las condiciones de reapertura de los **Centros de Alto Rendimiento (CAR)**, lo que supondría una excelente noticia para la deportistas de alto nivel (DAN) que desarrollan allí su actividad de preparación si no fuera por el hecho de que **los cuatro CAR existentes en España** (Madrid, Sant Cugat, León y Sierra Nevada) se encuentran **ubicados en territorios que aún se mantienen en la fase 0**.

Sí abren sus puertas, en cambio, tres de los **Centros Especializados de Alto Rendimiento** existentes: el de **ciclismo** de Palma de Mallorca; el de **remo y piragüismo** de Sevilla y el de **vela** de Santander.

Respecto a las **ligas profesionales**, la Fase 1 permitiría "desarrollar entrenamientos de tipo medio que consistirán en el ejercicio de tareas individualizadas de carácter físico y técnico, así como en la realización de entrenamientos tácticos no exhaustivos, en pequeños grupos de varios deportistas, hasta un máximo de diez, manteniendo las distancias de prevención, de dos metros de manera general, y evitando en todo caso, situaciones en las que se produzca contacto físico".

En el siguiente enlace se puede consultar la [GUÍA DE LA FASE 1](#)

**Link to Original article:** <https://www.fagde.org/blog/cambios-en-el-deporte-con-el-inicio-de-la-fase-1-de-desescalada?elem=284877>