

# PROCOLO COVID



## MEDIDAS GENERALES

Las medidas siguientes incluyen a todo el personal del entorno de la carrera, ya sean participantes, organizadores, voluntarios, colaboradores o personal contratado.

- El uso de la mascarilla será obligatorio en todo el entorno de la carrera.
- Se utilizará al comunicador y la megafonía para recordar las medidas diseñadas e instar al público a vestir mascarillas y no aglomerarse
- Las salidas se realizarán respetando la distancia de seguridad de 2 metros entre corredores y con la mascarilla puesta.
- Tanto los participantes como la organización y colaboradores deberán de firmar una declaración responsable que se adjunta en el anexo del presente documento.
- La organización ha diseñado un protocolo de actuación para cada entorno de la actividad para prevenir la existencia de aglomeraciones
- Los puestos de trabajo compartido se desinfectarán periódicamente.
- Las empresas contratadas deberán tener un protocolo propio contra el COVID – 19 y seguir la legislación establecida para su sector.
- En las zonas de trabajo y atención se procurará mantener una distancia entre personas superior a 2 metros.
- Algunos de los servicios podrán ser sustituidos o eliminados, como es el caso de las duchas o los fisioterapeutas.
- Todos los desplazamientos que se realicen en vehículo compartido han de realizarse vistiendo mascarilla.

# **MEDIDAS ORGANIZATIVAS**

## **Protocolo de entrega de dorsales**

- **El acceso al recinto se realizará por zona de control de acceso. En ella se examinará el material reglamentario, se comprobará la declaración de responsabilidad y se podrá tomar la temperatura para asegurar que ningún participante tenga temperatura superior a 37,5°.**
- **En caso de detectar un participante con temperatura superior a 37,5°, se repetirá la medición en la muñeca con otro dispositivo. Si el resultado sigue siendo alto, se pondrá en conocimiento del servicio médico para que evalúe el caso y si lo consideran proceder a su evacuación.**

**Será presencial, siempre que sea posible al aire libre y será de acceso restringido, delimitando la zona, permitiendo solo la entrada a participantes y personal de la organización.**

**Cada carrera tendrá asociada una mesa que dispondrán de gel desinfectante, estarán separadas 4 metros, cada una de ellas tendrá un pasillo de entrada y otro de salida separados por vallado.**

- Habrá que guardar 2 m de separación con la persona que le precede. La persona que lo recoja deberá llevar mascarilla, acreditarse y recoger la bolsa del corredor atendiendo las indicaciones de los miembros de la organización.
- Se informará la semana/s previas de un horario escalonado para la recogida. Ampliando un día, el día de recogida para evitar aglomeraciones.
- La recogida del dorsal se realizará de forma individual (sin acompañante)

### **Briefing o charla técnica**

- Se ofrecerá de forma íntegra a través de las redes sociales o medios telemáticos. En él se dará la información técnica de la carrera y se recordarán las medidas especiales de protección y procedimientos explicados en este protocolo. (avituallamientos, bolsas de ropa, horarios, formato de salida...)

### **Protocolo de salida**

- La salida se realizará respetando la distancia de 2m entre corredores
- Los participantes deberán acceder al área técnica vistiendo mascarilla y con 10 minutos de antelación respecto a su hora de su salida.

- La zona de estará acotada y separadas por vallas/conos, se colocarán marcas visuales en el suelo formando 3 columnas separadas entre sí por 2 metros y las filas también separadas por 2 metros.

## **Protocolo de carrera**

### **La mascarilla será necesaria como material obligatorio de carrera**

- Tras la salida será obligatorio vestir mascarilla durante los primeros 300 metros.
- El uso de mascarilla también es imprescindible en avituallamientos, en caso de retirada, emergencia, atención a otro deportista, descanso prolongado y línea de meta.
- Si se tiene que atender a otro corredor por una emergencia, además de vestir mascarilla, se mantendrá la distancia de seguridad siempre que sea posible.
- Se informará y concienciará previamente a los participantes para que sigan las siguientes recomendaciones:
- Mantener la distancia de seguridad entre

participantes

- No escupir o sonarse la nariz sin que haya la distancia mínima con otra persona.
- Evitar el contacto físico con otras personas.
- Cuando se quiera realizar un adelantamiento se mantendrá una distancia lateral de 2 m. Para ello se aconseja esperar en la medida de lo posible para encontrar un tramo con la suficiente anchura para mantener la distancia de seguridad. El corredor que va a ser adelantado siempre que la velocidad de rival sea claramente mayor, deberá facilitar el adelantamiento.
- En sendas muy estrechas o técnicas, se deberá favorecer el adelantamiento apartándose, aminorando la velocidad o parándose siempre de espaldas, hasta que se produzca el adelantamiento y se pueda proseguir la carrera.

## **Protocolo de servicio en avituallamientos**

La organización recomienda a los participantes realizar la carrera en autosuficiencia.

- Las zonas de los avituallamientos serán amplias, delimitadas y se dispondrán pares de filas con separación de dos metros. El deportista que quiera abastecerse tendrá que vestir mascarilla FFP2 que se colocara nada más llegar.
- El uso del mismo será deobligado cumplimiento.
- Una vez en mesa cada participante solicitará la comida que necesite y el voluntario se la dará. Tan pronto como acabe este proceso el corredor continuara su marcha dejando paso para el siguiente
- El personal de la organización en el avituallamiento desinfectará la mesa periódicamente.
- Los voluntarios que no estén atendiendo la mesa tendrán función mixta de acercamiento de raciones a las mesas y verificación del cumplimiento de las normas el paso de los deportistas por el avituallamiento y comprobará que se cumplan las normas.
- Si un participante quiere descansar tras avituallarse, no se podrá retirar la mascarilla y tendrá que apartarse a una zona alejada de las mesas y paso de corredores.

### **Protocolo de llegada a meta**

- Los corredores se pondrán la mascarilla cuando lleguen a la zona de llegada, una vez rebasada la meta, se desinfectarán las manos antes de pasar a la zona de post-llegada (bolsa de avituallamiento final).
- Está totalmente prohibido formar grupos a la llegada y permanecer a menos de 2 m de distancia de otras personas que no pertenezcan al núcleo familiar.
- El avituallamiento final será en autoservicio, con bolsas individuales que serán entregadas a cada corredor. No se podrá permanecer en la zona, se avanzará por el autoservicio solicitando alimentos y bebidas.
- Solo estará permitida la presencia en esta zona de voluntarios, prensa y organización, manteniendo siempre la distancia de seguridad.

## **Protocolo de entrega de trofeos**

- La zona de entrega de premios será de acceso restringido, y se minimizará el número de personas dentro de ella respetando las distancias de seguridad. Se indicará a cada persona cuando acceda donde deberá colocarse.
- Dentro de la zona de premios se reservará una zona para la espera de los premiados y autoridades.
- Los premiados acudirán a dicha zona cuando la organización se lo comunique.
- En el momento de subir al pódium, el premiado, antes de subir al cajón correspondiente, recogerá de una mesa el trofeo/medalla que le indicará el personal de carrera para evitar contactos.
- Los premios por equipos los recogerá un representante de los mismos.
- Los cajones del pódium se separarán a una distancia de 1,5 metros y los deportistas no podrán juntarse en un solo cajón.
- La clasificación se hará públicas en la web y redes de la carrera. No se fijará cartelera para evitar la acumulación de personas.

## **MEDIDAS COMPLEMENTARIAS**

- Para definir protocolos y comunicar a los participantes las medidas, horarios y códigos. Se establecerá el cierre de las inscripciones 7 días antes de la carrera, brindando a la organización más tiempo para preparar la logística necesaria y toda la información y datos necesarios para llevar a cabo los procesos establecidos en este documento.
- La web contendrá toda la información técnica de la competición para evitar al máximo las consultas personales durante el día previo a la competición. También incluirá todo el contenido de la Reunión Técnica (Briefing) previo a competición de forma detallada.
- Colocación de cartelera con las medidas generales y las específicas de cada espacio, para que organización, participantes y público las tenga presentes, facilitando el cumplimiento del protocolo.
- Se reforzará el número de papeleras, sabiendo la mayor generación de basura producidas por el uso de mascarillas y guantes.