

## PROTOCOL COVID19: Cursa Sant Vicenç dels Horts 5k i 10k 2020

GESPORT forma part del Comitè de Curses en Ruta liderat per la Federació Catalana d'Atletisme (FCA) juntament amb altres organitzadors i empreses rellevants de Catalunya. Tots plegats seguim la normativa decretada per les autoritats sanitàries i marcades per la RFEA recollida en el BOE. Amb l'objectiu de garantir la seguretat dels participants, voluntaris i membres de la organització, en aquest protocol POSTCOVID 19 es detallen les mesures de seguretat sanitària que, a dia d'avui, es preveuen aplicar en la **12a Cursa Sant Vicenç dels Horts "La Vicentina"** el proper **18 d'octubre de 2020**. Tots els participants estàn obligats a conèixe'l i complir-lo.

Cal dir que a mesura que avanci l'estat de la pandèmia aquest protocol pot anar patint modificacions i actualitzacions fins al dia mateix de la cursa. Per tant, preguem la màxima atenció fins l'últim moment. En cas de que aquest protocol contradigui en algún punt el Reglament de la cursa (o qualsevol altre informació que figuri a la web) prevaldràn les indicacions d'aquest document.

La prioritat dels organitzadors és mantenir la seguretat i la salut de les persones que d'una manera o altra participin en l'esdeveniment. Això inclou, no només als corredors/es, sinó també els espectadors, voluntaris i equip de la organització. Som conscients que la present edició 2020, a causa de les circumstàncies actuals, el desitg dels corredors/es de viure una jornada fantàstica hi serà present, és per això que des de GESPORT i la Regidoria d'Esports de l'Ajuntament de Sant Vicenç dels Horts, posarem tot el que està a les nostres mans per a què així sigui. Els participants, però, han de tenir en compte que l'aplicació de les mesures de seguretat fa que la organització sigui més complexa que en anys anteriors, per tant us demanem col·laboració i paciència.

Siusplau, respecteu les normes establertes i sigueu considerats amb els voluntaris i la resta de participants. Si entre tots seguim les recomanacions i el protocol establert, podrem gaudir plenament de l'experiència!

### RECOLLIDA DE DORSALS

- Divendres 16 d'octubre de 16h a 19h a davant del CEM St Vicenç dels Horts (c/Claverol, 2).
- Diumenge 18 d'octubre de 7.30h a 9.30h. Punt recollida dorsals cursa Parc de la Foneria.
- La recollida de dorsals es realitzarà en fila índia, i es mantindrà la distància social recomanada a la cua de l'entrega de dorsals. Si és necessari es procedirà a fer marques a terra.
- En el moment de la recollida de dorsal s'entregarà la samarreta tècnica termoreguladora HG.
- La samarreta vindrà embalada de fàbrica, i no s'admetran canvis ni emprovar.
- Per complir amb les mesures de seguretat, i evitar aglomeracions, no hi haurà el llistat de dorsals penjat en les instal·lacions, sinó que els atletes hauran de consultar-ho a la web de [Xipgroc.cat](http://Xipgroc.cat).

### ZONA 0

En aquesta zona és OBLIGATÒRIA la mascareta en tot moment. Hi haurà habilitada una Zona d'Escalfament.

- Els participants seran informats de l'hora i l'ordre de la seva sortida via correu electrònic dos dies abans de la cursa.
- S'habilitarà una Zona 0 on els atletes hi podran accedir de 9h a 9.45h (després d'aquesta hora no es podrà entrar). La cursa comença a les 10h tant la de 5k com la de 10k.
- A l'entrada de la Zona 0 es prendrà la temperatura a tots/es els corredors/es. Els participants amb una **temperatura igual o superior a 37,3 graus no podran participar en la cursa**.

- Dins la Zona 0 hi haurà el guarda-roba. En aquest espai es facilitarà a cada atleta una bossa de plàstic oferta pels voluntaris on podran deixar les seves pertinences dins la bossa i aquesta quedarà tancada fins a la seva recollida.
- En aquesta zona hi haurà urinaris pels homes. Les dones i persones amb mobilitat reduïda tindran habilitat WC's amb neteja i desinfecció constant al CEM St Vicenç dels Horts (proper a la zona de sortida).

### **CALAIXOS DE SORTIDA**

- L'ordre i l'hora d'inici de cada atleta serà determinat per l'organitzador uns dies abans de la cursa.
- A la zona 0 els corredors hauran d'anar apropant-se a la sortida que porta als Calaixos de Sortida a mesura que s'acosti l'hora de sortida que li haurà estat assignada per l'organització.
- La sortida es realitzarà de forma escalonada, per calaixos, que l'Organització penjarà en aquest apartat uns dies abans de la cursa. Cada corredor/a haurà d'ocupar el seu lloc marcat amb franges a terra i mantenir la distància de seguretat establerta per l'organització
- Els calaixos seran ordenats de 50 en 50 per ordre de dorsal i aniran entrant als calaixos des de darrera de tot en direcció a la línia de sortida, en aquest ordre. Seran files de 6 persones separades per 2 metres cadascun (3 persones cursa 5k i 3 persones cursa 10k en cada fila) amb sortides cada 5 segons (com s'indica en la fotografia de més avall). Els dorsals de la 5k tindran un color i els dorsals de la 10k tindran un altre color. Els atletes aniran fent passes endavant cap a la línia de sortida a mesura que les files de davant vagin avançant. NO està permès córrer fins passar la línia de sortida



- Cada corredor/a haurà de portar la mascareta posada fins el moment que passi per l'arc de sortida i hagi sortit de la línia de sortida. Els corredors/es l'hauran de dur guardada fins a l'arribada a meta per tal de tornar-se-la a posar.

### **AVITUALLAMENT KM 5 (només per la distància de 10k)**

Les normes de distanciament també s'aplicaran en els avituallaments.

- L'avituellament de la cursa de llarga distància 10k, situat al km5, funcionarà amb un format d'autoservei en un espai obert. Es disposarà d'ampolles d'aigua individuals.
- Donat que, segons normativa de la FCA, no es permet la manipulació d'aliments ni beguda a granel, tots els productes dels avituallaments seran en format individual i envasats.
- Per minimitzar el risc d'aglomeracions en les zones d'avituellament la longitud d'aquesta zona serà més àmplia i més llarga amb l'objectiu d'evitar aglomeracions.

## **ARRIBADA/META**

- Al arribar a meta, els corredors/es s'hauran de tornar a posar la mascareta. Per aquells que l'hagin perdut durant la cursa, els Voluntaris n'hi entregaran una.
- Per evitar acumulació de persones en la zona d'arribada, en el moment que l'atleta arribi a meta, es dirigirà novament cap a la Zona 0 amb accés controlat, on només hi podran accedir els participants a la prova. Allà hi trobarà l'avituellament final i la recollida de les seves pertinences.

## **AVITUALLAMENT META I RECOLLIDA GUARDA-ROBA**

- L'accés a l'avituellament final estarà controlat i estarà situat a dins de la Zona 0 amb accés només per a participants.
- En l'avituellament de meta hi haurà aigua. Dins la bossa del corredor hi trobaran isotònic també.
- Els corredors/es hauran de portar la mascareta posada en tota la zona comuna d'arribada i avituallament final.
- L'organització posarà a disposició dels participants gel hidroalcohòlic en totes les zones comunes.
- En la mateixa zona, es podrà recollir les pertinences de cada atleta al Guarda-Roba, al mateix lloc on l'hauran deixat a l'inici de la cursa.

## **BOSSA DEL CORREDOR**

- Un cop el participant hagi recuperat forces en l'avituellament final i recollit les seves pertinences al Guarda-roba, situats ambdós a la Zona 0 d'accés restringit, podran sortir i anar a recollir la seva bossa del corredor al Punt d'entrega de dorsals on a l'inici de la cursa hauran recollit el dorsal.
- D'aquesta manera, evitem tenir aglomeracions de participants a l'arribada, i a mesura que es vagi arribant preguem als corredors/es, que no s'entretinguin en avituallament i recollida de la roba i vagin passant a recollir la bossa del corredor, així evitarem aglomeracions amb els corredors que vagin arribant a meta.
- A la bossa del corredor s'inclouran només productes en format individuals i envasats.

## **COMPLIMENT PARTICIPANT**

- El participant es compromet a complir totes les exigències i recomanacions que faci l'organització per evitar contagis pel Covid-19.
- El participant es compromet a no sortir a la cursa si nota símptomes que poguessin ser compatibles amb el contagi del Covid-19.
- El participant declara que és coneixedor, accepta i assumeix que en la situació actual existeix un risc objectiu de contagi de Covid-19 i que no responsabilitzarà a l'organització en cap cas.

**L'organització**