

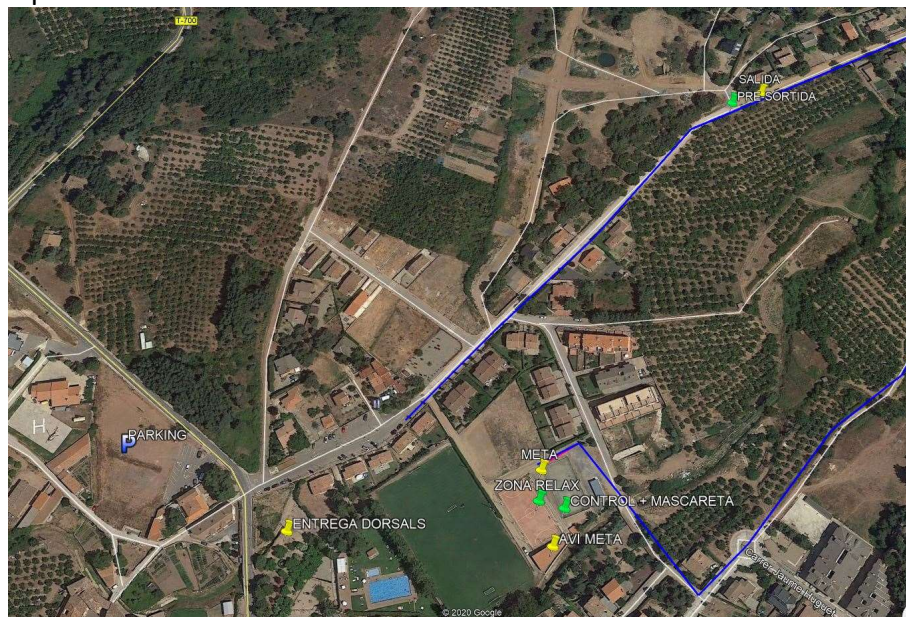
## PROTOCOL REPRESA ESPORTIVA TRAILSERIES COSTA DAURADA – TRAIL RUNNING

### GENERAL

#### GENERAL

- Proves limitades a 300 corredors (trails).
- Separar físicament les zones de més risc com Entrega de dorsals / Sortida / Meta:
  - Entrega dorsals: zones a prop del pàrking i al aire lliure.
  - Sortida: a les afores del poble o nucli urbà.
  - Meta: Àrea esportiva

Exemple Trail Prades:



- No hi haurà serveis de dutxes ni wc ni guardarropia.
- Tots els membres de l'organització portaran mascaretes i guants.
- Hi haurà dipositats gels desinfectants a la zona de entrega dorsals, avituallaments, sortides i meta.
- La **mascareta** es durà fins que es passi el punt de sortida on el participant ja se la podrà treure per realitzar la marxa.
- Es controlarà el temps de cada participant per poder donar resultats de la prova i circuits: cronometratge amb sistema informàtic tipus xip.
- A les zones de risc hi haurà gent de la organització controlant que se segueixin les mesures preventives.
- Responsable de l'organització només per fer complir els protocols COVID.
- Traçabilitat dels esportistes: hora sortida, corredors que s'ha trobat en el recorregut (avançats i avançaments), possibles contactes, i dades personals per localitzar.

### ENTREGUES DE DORSALS

- Entregues de dorsals el dia previ en botigues autoritzades o bé el dia de la cursa a partir de 2h abans.
- Per recollir el dorsal **és obligatori** portar mascareta.
- S'habilitaran les zones de recollida de dorsals en espais oberts i amb distància de seguretat entre els participants i separades físicament de les zones de risc com l'avituallament de meta, la sortida o la pròpia meta.

### SORTIDES



- Es crea una zona PRE-SORTIDA espaiada on els corredors poden esperar fins que el seu espai a la zona de SORTIDA estigui buit per poder ocupar i sortir.
- A l'entrada de la PRE-SORTIDA estarà la DESINFECCIÓ: rentat de mans, comprovació de mascareta i entrega de document d'autorresponsabilitat.
- La sortida serà individual o parelles i no en grup. Sortides separades en el temps:
- - Sortida oberta dels participants de 60minuts per distància (hi ha 60 minuts per poder fer la sortida, de manera que quan el corredor arriba, es prepara i va cap a la pre-sortida i quan esta lliure la sortida, pot sortir.)
- -Sortida amb hora pre-assignada: entre 1 i 2 persones cada 10-20 segons.

### RECORREGUT

- Es redissenya el recorregut per evitar zones de risc:
  - Primers quilòmetres pista ample.
  - Es treuen els corriols d'anada i tornada.
  - Tota la cursa en un sol sentit.
- Els participants hauran de respectar la distància prudencial entre ells durant tot el recorregut: mínim 10 metres.

- Avançaments per l'esquerra i màxim 30 segons.
- Obligatori portar a sobre la mascareta per si en algun moment es dona una situació que ens haguem d'aturar i no puguem respectar la distància segura: avituallament en cursa, ajuda en cas accident, reagrupament de corredors en cas de rescat, etc...
- Els avituallaments estaran limitats en la seva entrada a l'espai i el participant no podrà agafar directament el producte, se li entregarà per part de la organització que estarà degudament protegida amb mascareta i guants
- Hi haurà controls d'accés a la zona d'avituallament perquè sols es pugui entrar d'un en un a recollir el producte.
- Per accedir al avituallament és **obligatori** col·locar-se la mascareta

#### ARRIBADA: exemple Trail Prades



- Un cop arribats a META, cal rentar-se mans i posar-se **mascareta** per sortir de la zona de meta i accedir a zona avituallament meta.
- A la zona AVITUALLAMENT META s'habilitarà un canal per fer passar els participants espaiats i controlats d'un en un.

#### EXEMPLE DE PROCEDIMENT:

1. Recollir dorsal en botiga el dia abans o a Prades el dia de la cursa, a partir de 2h abans de la sortida. Entregues de dorsals de un en un.
2. Amb el dorsal posat, el corredor accedeix a la zona de PRE-SORTIDA situada a distància prudencial de la meta (a les afores del poble)
3. DESINFECCIÓ: Control de mascareta / rentat de mans / entrega document de autorresponsabilitat.



4. Zona PRE-SORTDA: espai delimitat per respectar 3m2 per corredor (limitat a uns 10-15 corredors = 30-45m2)
5. A mida que la sortida es queda lliure, accedeix un corredor a la línia de sortida. A la senyal surt.
6. Als avituallaments, qui en vulgui fer servir cal fer:
  - Es pot entrar de un en un. Si esta ocupat, cal esperar (amb mascareta).
  - Abans d'entrar, mascareta i rentat de mans.
  - No autoservei. L'organització serveix el producte
7. Arribada a meta: espai ampli delimitat per recuperar i sense espectadors. A la sortida d'aquest espai, mascareta i neteja de mans.
8. Accés avituallament meta de un en un.
9. Avituallament dins de bossa.
10. Fi: accés a la zona de relax o bé el corredor ja pot marxar de la zona de la cursa.