



PROTOCOL GRAN FONTS MONTSANT BIKE BTT 20 JUNY 2021

GENERAL

Amb la finalització de l'estat d'alarma i en situació de desescalada, el sector esportiu es replanteja la recuperació de les activitats esportives aturades fins el moment. Tot i això, les afectacions a l'esport són grans fins al punt que les mesures de seguretat i els nous protocols COVID, modifiquen les característiques pròpies de cada activitat. En aquesta línia, les anomenades CURSES/MARXES ESPORTIVES DE SORTIDES EN MASSA, quedaran modificades a CURSES/MARXES TIPUS CONTRARRELOTGE O GRUPS PETITS, a on els corredors, amb hores de sortides pre-assignades, ja no coincidirán amb un volum elevat de persones durant tot el recorregut, incloent la sortida i l'arribada. El concepte de CURSA/MARXES = MOLTS ESPORTISTES CORRENT JUNTS ja ha passat a la història, com a mínim en els següents 2 anys. Les CURSES que es plantegen a partir d'ara seguiran aquests 3 principis bàsics, marcats pel PROCICAT:

1. AUTORESPONSABILITAT:

- a. Neteja de mans abans d'entrar a la zona de sortida.
- b. Mascareta fins 10 segons abans de la sortida i en totes les situacions a on no s'estigui fent esport.
- c. Omplir document de autorresponsabilitat conforme no es tenen símptomes COVID

2. DISTÀNCIA SEGURETAT:

- a. Modificar el espai i temps de la cursa per tal que hi hagi contacte només entre grups petits tal com indica la FCC: sortides de 60 ciclistes cada 10 minuts, separats en la zona de presortida i hora preassignada de sortida.
- b. Crear zones separades: desinfecció, pre-sortida i sortida // Arribades, avituallament meta i àrea de descans.

3. TRAÇABILITAT:

- a. Poder tenir controlat qui ha accedit a la cursa, tenir les seves dades i saber amb quines persones s'ha pogut creuar durant la cursa.

Tot i així, cal destacar que l'activitat a l'aire lliure és de risc baix de contagi, havent de posar més esforços en les zones comunes com la zona de sortida i arribada, així com els avituallaments.

Aquest protocol presenta una primera part referent a aspectes generals i recorregut; i una segona part amb l'afectació a cada un dels nuclis urbans per on passa la cursa: Ulldemolins,



Margalef, la Bisbal de Falset, Cabacès, La Morera de Montsant, Torroja de Priorat, Poboleda i Cornudella de Montsant.

ASPECTES GENERALS

- Esdeveniment limitat a **400 ciclistes**: 100 per distància.
- Sortides en grups de 50: per parelles i dos files de 25 metres.
- **Separar físicament les zones de més risc** com Entrega de dorsals / Sortida / Meta /Avituallaments.
- **No hi haurà** serveis de **dutxes ni wc ni guardarropia** a cap nucli urbà.
- 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 de forma automàtica per poder controlar la prova i circuits.
- 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.

RECORREGUT

- Els primers 13kms de la marxa es fan per carretera (recorreguts Extrems i Adventure)
- Es redissenya el recorregut per evitar zones de risc:
 - Primers quilòmetres pista ampla.
 - Es treuen els corriols d'anada i tornada.
 - Tota la marxa en un sol sentit.
 - Es modifica el pas pels nuclis urbans si així ens ho demanen els ajuntaments.
 - Es treuen avituallaments no necessaris.
- Els participants hauran de respectar la distància prudencial entre ells durant tot el recorregut: 20 metres en ciclisme i 2m en situació de no esport.



- 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 seguretat: 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 i rentar-se mans.
- Producte tancat als avituallaments

1- ULLDEMOLINS

Es tracta del nucli urbà principal de la prova esportiva. Caldrà tenir més control als punts de risc com:

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.
- En cas de fer l'entrega de dorsals en espai tancat per inclemències meteorològiques o pel fred, es permetrà l'entrada segons aforament permès en aquell moment pel PROCICAT en espais tancats.
- Entrega de document d'autorresponsabilitat

SORTIDES

- Es crea una zona PRE-SORTIDA espaiada on els corredors poden esperar fins que es doni la sortida.
- Per accedir a la PRE-SORTIDA es passa el control de DESINFECCIÓ: temperatura, rentat de mans i comprovació de ús de mascareta.
- En aquest punt es fa el control de firmes i control de material. Obertura a 7.30h
- La mascareta no se la poden treure fins instants abans de la sortida.
 1. EXTREM I ADVENTURE:
 - Sortida en massa a les 8h.
 2. OPEN:
 - Sortida oberta entre les 9.30 i les 10h. Sense ordre predefinit.
 - Cal picar la base de sortida per tenir temps de sortida.



ARRIBADA

- Un cop arribats a META, cal rentar-se mans i posar-se **maskareta** 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.
- No es permet al públic sortir dels espais destinats a espectadors.
- Bossa del corredor s'entrega al final amb l'avituallament a dins.
- No hi haurà taules per seure a menjar dins la sala polivalent.

2.-RESTA DE MUNICIPIS

- Es passa per les parts externes o allunyades de les poblacions (o bé el recorregut acceptat per la població).
- Es limita el nombre d'avituallaments

MESURES PELS CICLISTES

- Si tens símptomes, febre o no et trobes bé, no has de venir a l'esdeveniment.
 - Vine degudament vestit, alimentat, canviat i preparat per la marxa, porta roba per canviar-te i rentar-te en el teu vehicle després de la prova, no hi haurà vestidors ni dutxes en finalitzar la mateixa.
 - Tots els participants hauran de passar pel control de termòmetre per mesurar la temperatura (febre > 37,3°C), abans d'anar a la zona de sortida
 - El ciclista ha d'anar sol a recollir el dorsal en el cas de que no el tingui ja.
 - En cas de menors poden ser acompanyats per un familiar adult en la recollida del dorsal i durant tota la marxa.
 - Si has d'anar al bany abans de la cursa, al sortir hauràs de rentar-te les mans amb un gel hidroalcohòlic o amb aigua i sabó durant 20 segons com a mínim, abans d'agafar la teva bici per anar a la sortida.
 - Els ciclistes han de sortir de forma individual. Es recomana a els ciclistes que durant els primers metres de la sortida duguin posada la maskareta i després se la podran treure i guardar-la.
- Acabada la marxa, i un cop has tret i desat dins el cotxe la bici, les sabates, casc i la roba, recorda netejar-te les mans amb desinfectant, abans de conduir o d'emprendre el viatge de retorn a casa. Es recomana que portis al maleter del cotxe un gel hidroalcohòlic. Un cop arribis a casa i treguis el material del vehicle, recorda desinfectar i netejar bé les sabates, el casc, ulleres i la bicicleta. La roba de seguida a la rentadora. Un cop tot el material desat i net, et toca a tu una bona neteja, a la dutxa!

Responsable COVID GRANS FONS MONTSANT BIKE BTT:

Per més informació, suggeriments o modificacions, contactar amb Joan Carbonell:

Telf: 606451453

Email: joan@naturetime.es