

**PROTOCOLO COVID-19 PARA LA  
REALIZACIÓN DE LA PRUEBA  
I MEDIA MARATÓN MTB (ALBALÁ)  
“GRAN PREMIO DIEGO ALVARADO”**



Este protocolo está elaborado en base a las recomendaciones y obligaciones que se están desarrollando por parte de las Administraciones Públicas y la Federación Extremeña de Ciclismo, el contenido del mismo, es meramente informativo, que se implantará, desarrollará y cumplirá el día de la prueba.

Teniendo en cuenta que, en nuestra comunidad, la situación provocada por el COVID-19 está controlada, y con el objetivo de dar promoción a la actividad deportiva, pero atendiendo a la realidad del contexto que nos rodea y con la responsabilidad de realizar las cosas pensando en la seguridad de los participantes, desarrollamos este documento para que podamos disfrutar de una prueba deportiva segura.

Tenemos que informar que, aunque las medidas restrictivas ayudan a garantizar la seguridad de todos los participantes, apelamos a la responsabilidad personal en el cumplimiento de las mismas para crear un espacio seguro.

Dadas las circunstancias actuales, la Junta Directiva del Club Ciclista Albalá, ha decidido dar este paso adelante teniendo en cuenta como objetivos fundamentales:

- 1) La promoción de la actividad deportiva como una herramienta de salud.
- 2) La realización de la prueba para el desarrollo socio-económico de la zona y la promoción de la comarca, así como la de la localidad de Albalá de los pueblos por lo que pasa la ruta (Valdefuentes, Torre de Santa María y Montánchez).
- 3) La recuperación del sector empresarial del tejido deportivo.
- 4) La recuperación de la organización de pruebas federativas debidamente reguladas para el relanzamiento de la modalidad deportiva en cuestión y todo aquello que rodea a los servicios de la misma.
- 5) La ocupación del ocio y el tiempo libre por parte de jóvenes y adultos.

Como razones fundamentales para el desarrollo de la prueba, se ha tenido en cuenta la situación socio-sanitaria actual en nuestra región, las condiciones climatológicas más favorables para el menor desarrollo del virus y las características de la modalidad deportiva. Al tratarse de un deporte individual, que se desarrolla al aire libre por caminos y sendas casi en su totalidad y donde la distancia entre los corredores es normalmente muy amplia durante la prueba, se minimiza la masificación que se puedan dar en otros deportes.

Pero desde el Club Ciclista Albalá, en adelante la organización de la prueba, tenemos que apelar a la responsabilidad, y en base al protocolo publicado por la Federación Extremeña de Ciclismo, así como las recomendaciones realizadas por la Consejería de Sanidad de la Junta de Extremadura, hemos decidido tomar las siguientes consideraciones para elaborar un protocolo de organización de una prueba, que garantice la participación segura de los deportistas y el disfrute de los mismos.

## **1. NORMATIVA DE REFERENCIA.**

DECRETO-LEY 12/2020, de 19 de junio, de medidas extraordinarias y urgentes para la reactivación de la actividad económica y social en la Comunidad Autónoma de Extremadura en el proceso hacia la "Nueva Normalidad".

## **2. EVALUACIÓN DEL RIESGO.**

Debido a la situación epidemiológica mundial, no se puede descartar que los ciclistas federados, organizadores y el Comité técnico y Arbitral, puedan entrar en contacto con personas infectadas por el COVID-19. Ya que puedan ser personas ajenas a la carrera como espectadores y población en general, o personas del entorno ciclista asintomáticos. Según las autoridades sanitarias el riesgo global para la salud pública en EXTREMADURA se considera actualmente

BAJO, pero debemos ser conscientes de los posibles riesgos, para ello hay que cumplir y hacer cumplir con las medidas y recomendaciones que detallamos a continuación.

### **3. MEDIDAS RESTRICTIVAS PARA LA CARRERA.**

En la prueba, y a fin de evitar las aglomeraciones, se harán diferentes salidas según las categorías (SUB-23, Élite y M-30, 40, 50, 60 femenino y masculino) quedando limitadas a un máximo de 40 corredores por cajón de salida y existiendo un tiempo de 2 minutos entre cada una de ellas.

En el caso de la marcha cicloturista la salida se realizará de forma escalonada, por cajones de participantes, realizándose la salida a criterio de la organización, todo ello supeditado al número de participantes.

### **4. MEDIDAS DE ORGANIZACIÓN.**

La organización ubicará en diferentes puntos del circuito “Infografías informativas” de las medidas de higiene para los ciclistas, técnicos, árbitros y público en general.

Una hora antes del inicio de la carrera, los responsables municipales de la carrera, y de acuerdo con el organizador, verificarán que el personal cualificado y designado por el Ayuntamiento del municipio ha desinfectado los espacios de mayor riesgo para los ciclistas, técnicos, árbitros y público en general donde se situará la “burbuja ciclista”.

Se habilitará un espacio para el aislamiento de personas usuarias (*deportistas, personal, espectador*), que puedan presentar síntomas compatibles con infección por SARS-CoV-2. (*Fiebre, tos seca, astenia, expectoración, disnea, dolor de garganta, cefalea, mialgia o artralgia, escalofríos, náuseas o vómitos, congestión nasal, diarrea, etc.*).

Una vez finalizada la carrera, no se hará la entrega de premios, ni sorteos o similar que pueda llevar a aglomeraciones de gente en un lugar determinado, los premios se entregarán individualmente o se enviarán a los vencedores días después de la prueba, como acuerde la organización con los mismos.

Dadas las fechas en las que se celebra la competición, la organización proveerá a los corredores de un solo punto de avituallamiento. Éste estará situado en un tramo del recorrido, donde el ciclista será provisto de forma individual de avituallamiento líquido, este tramo será lo suficientemente grande como para garantizar la separación de los corredores. Dadas las características de la prueba, como pueden ver en el manual de la misma, se recomienda a los corredores ir provistos de dos bidones de agua en la bicicleta o de una mochila de hidratación, así como del avituallamiento sólido según los requerimientos personales de cada deportista. El avituallamiento líquido será entregado en envase cerrado por personal de la organización debidamente equipado con mascarillas y guantes.

La recogida de dorsales se realizará de forma individual previa asignación, pudiendo recoger los dorsales anteriormente en puntos establecidos para ello y evitar así aglomeraciones el día de la prueba.

La carrera dispondrá de un responsable que velará por el cumplimiento del protocolo a aplicar y deberá coordinar y controlar el acceso a los espacios cercanos a la zona de salida y de llegada y verificar la disponibilidad de material para desinfección y control de temperatura.

La organización dispondrá de un responsable sanitario previamente designado y que formará parte del equipo médico de la carrera.

La organización de la carrera dispondrá de termómetros, soluciones hidroalcohólicas y mascarillas sanitarias para el equipo arbitral, organizador y voluntarios, en caso de necesidad.

Todo el equipo arbitral, corredores y personas que tengan alguna responsabilidad en la zona restringida de salida y llegada, pasarán el control individual de temperatura y deberán llevar las

mascarillas, y asegurarse que todo el mundo lleva la suya. Este control lo llevará a cabo el responsable sanitario.

Las clasificaciones de carrera no se sacarán en formato papel. Se subirán automáticamente a la página de la Federación Extremeña de Ciclismo ([www.ciclismoextremadra.es](http://www.ciclismoextremadra.es)) y se informará por megafonía de los resultados de cada una de las categorías conforme vayan finalizando.

Así mismo, se informará de todos los detalles o llamadas a través del equipo de megafonía siempre de forma individual para la revisión, comprobación o entrega de los mismos.

La organización dispondrá de geles hidroalcohólicos en la zona de los árbitros y en las salidas de los baños para los corredores/as, toallitas desinfectantes o paños con lejía para limpiar a menudo las tablas de árbitros donde trabajan con muchos materiales que tocan constantemente (*ordenadores, impresoras, licencias, cajas de dorsales, imperdibles ... etc.*) y cintas de marcaje suficientes para delimitar las zonas en las que se permita mantener la distancia de seguridad en todo momento.

La organización creará una “burbuja ciclista” en la zona de salida, árbitros, etc, donde sólo se permitirá el acceso a las personas relacionadas con la prueba, para ello la organización contará con personal voluntario que velará por su cumplimiento.

## **5. ZONAS RESTRINGIDAS DE LA PRUEBA.**

La organización, dispondrá de las siguientes zonas restringidas para la prueba:

- Zona de control de temperatura.
- Zona de meta.
- Carpa de los árbitros que será al aire.
- Salida y llegada de la carrera, donde no estará permitido el acceso a público.
- Se dispondrá de zona de aparcamiento en un terreno amplio y señalizado.

## **6. RECOMENDACIONES A LOS PARTICIPANTES.**

Apelando al sentido común y la responsabilidad en nuestro deporte, entendemos que debemos ser los primeros en dar ejemplo, por lo tanto, os dejamos unas recomendaciones que nos ayudarán a todos a realizar una carrera segura:

- Si tienes síntomas, fiebre o no te encuentras bien, NO vengas a competir.
- Ven a competir vestido, alimentado, cambiado y preparado para la carrera, lleva ropa para cambiarte en tu vehículo después de la carrera, por medidas de seguridad, no habrá vestuarios ni duchas al finalizar la prueba.
- No se podrá compartir material entre participantes.
- Está totalmente prohibido lanzar basura a la naturaleza, desechando los residuos de forma segura en los espacios habilitados para tal fin y procediéndose después al lavado de manos, especialmente si se trata de equipos de protección individual o elementos personales.
- No dejar objetos personales en lugares comunes.
- Solo los deportistas menores de edad podrán ir acompañados, y siempre con una autorización previa por parte de la organización.
- El resto de corredores/as podrá ir solo acompañado/a de otros/as corredores/as que vayan a participar en la carrera intentando en todo momento mantener la distancia de seguridad.

- Como ya sabéis es obligatorio en nuestra región el uso de mascarilla, por lo tanto, esta, se deberá llevar puesta hasta tu turno de salida en la carrera. Posteriormente, guárdala en tu bolsillo del maillot junto con los objetos de carrera.
- Todos los participantes deberán pasar por el control de termómetro para medir la temperatura (fiebre > 37,3°C), antes de ir a la mesa de los árbitros a verificar las licencias.
- El corredor/a debe ir solo a recoger el dorsal o el chip en el caso de que no lo tenga ya.
- En el caso de ciclistas menores de edad, si pertenecen a un equipo de competición, pueden pasar los controles acompañados del director de equipo. En caso de menores que no pertenecen a equipos de competición, pueden ser acompañados por un responsable mayor de edad.
- Se recomienda que, si tienes que ir al baño antes de la carrera, al salir deberás lavarte las manos con un gel hidroalcohólico o con agua y jabón durante 20 segundos como mínimo, antes de coger tu bici para ir a la salida.
- Se recomienda que, una vez terminada la carrera, y una vez has sacado y guardado dentro del coche la bici, el calzado, casco y la ropa de competición, recuerda limpiarte las manos con desinfectante, antes de conducir o de realizar el viaje de regreso a casa.
- Se recomienda que lleves en el maletero del coche un gel hidroalcohólico. Una vez llegues a casa y saques el material del vehículo, recuerda desinfectar y limpiar bien tus zapatillas, el casco, gafas y la bicicleta.

## 7. MEDIDAS EN LOS ESPACIOS DE CARRERA.

- Ciertos espacios serán de acceso restringido, para evitar aglomeraciones y siempre que no se puedan mantener las distancias de seguridad interpersonal y se ubicarán en el exterior, al aire libre.
- No se podrán montar carpas de equipos.
- En la zona de meta y salida no estará permitido el acceso al público.
- En la carpa de los árbitros, se accederá con mascarilla de protección a verificar la inscripción (si fuera necesario).
- Para ello, accederán los corredores/as solos, y con control de acceso, sin hacer filas ni aglomeraciones. En el caso que se tuviese que hacer fila, el organizador habrá marcado en el suelo la distancia mínima que debe respetar cada persona.
- Un deportista bajo la carpa, y no entrará el siguiente hasta que salga el anterior. Entre corredores/as y árbitros y entre ellos, siempre debe haber una distancia de seguridad de 1'5 metros.

## 8. MEDIDAS DURANTE LA CARRERA.

- Las salidas se llevarán a cabo por categorías cada 2 minutos, pudiendo juntar más de una cuando el número de corredores inscritos en una categoría sea inferior a 10. No estará permitido que la siguiente categoría esté en parrilla de salida hasta que no lo indique el árbitro y la categoría anterior ya haya tomado la salida.
- La salida no será neutralizada.
- El avituallamiento será únicamente líquido, agua para los participantes, que serán entregados en envase cerrado por personal del equipo de la organización debidamente equipados con mascarillas durante un tramo suficientemente largo habilitado para ello garantizando que los corredores puedan recoger el agua de forma individual.
- Para evitar aglomeraciones, la organización delimitará un acceso controlado, asegurando la distancia de seguridad entre corredores. Colocando señales visuales en el suelo para mantener esta distancia si fuese necesario.

- Los deportistas deben salir a competir asegurándose de llevar todo lo necesario en los bolsillos (barritas, geles) y con el líquido necesario para hidratarse (recomendable 2 bidones o una mochila de hidratación).
- Hasta estar en tu línea de salida el/la corredor/a deberá llevar puesta la mascarilla. Una vez en su puesto de salida y sin salirse de él, 15 segundos antes de la salida el árbitro dará el aviso para retirar la mascarilla y meterla en el maillot. Un deportista podrá ser descalificado de la carrera si no cumple esta norma.
- Una vez finalizada la carrera el corredor no dispondrá de servicios de ducha ni vestuarios.

## **9. CONCLUSIÓN FINAL.**

Como conclusión, apelamos a la responsabilidad de todos los participantes, todos tenemos muchas ganas de volver a la competición y en las mejores condiciones posibles, por ello desde el Club Ciclista Albalá, la Federación Extremeña de Ciclismo y las Administraciones Públicas estamos realizando un esfuerzo muy importante para poder recuperar la “normalidad” en nuestro deporte.

Debemos ser conscientes de que, si cumplimos las recomendaciones anteriormente mencionadas, crearemos un entorno seguro, donde deportistas y organización podamos disfrutar nuevamente de la bicicleta de montaña. Para ello os informamos que las inscripciones estarán limitadas a 150 plazas en la ruta competitiva de media maratón y a 150 plazas en la ruta cicloturista. (estás limitaciones podrán ser modificadas entre sí, pero nunca superando el número total de participantes).

## **LA ORGANIZACIÓN**

**En Albalá a 11 de agosto de 2020**



**CLUB CICLISTA ALBALÁ**