



# PROTOCOLO COVID-19

**media maratón**  
**VII CARRERA DEL GUARRINO**  
19 DICIEMBRE 2021  
**RECORRIDO URBANO Y POR LA PENESA**  
2 RECORRIDOS: 21,09 KM - 10KM



**+ INFO**  
924429177 / 659343234  
ayuntamiento@valenciadelmombuey.es

**INSCRIPCIONES:**  
www.chipsarena.es  
Hasta el día 15 Diciembre.  
Precio: 10 €

**ENTREGA DE DORSALES 1 HORA ANTES  
DE LA CARRERA.**

**COLABORA:**  **ORGANIZA:** 

En el presente documento se expone la normativa y acciones para evitar la propagación del virus con motivo de la **VII Carrera del Guarrino y la ruta senderista en Valencia del Mombuey 2021**.

En este se encuentran articuladas las acciones en la planificación y ejecución del evento; medidas a tomar por la organización, los voluntarios, los participantes y el público. Sin este protocolo y su estricto cumplimiento no sería posible la realización de los eventos, por lo que es necesario tenerlo presente.



## MEDIDAS PARA LA ORGANIZACIÓN

- Realizar un estudio pormenorizado de espacios comunes, lugares de atención a los asistentes, puestos de voluntarios y centros de logística para la ubicación estratégica de servicios y materiales, ya así comprar el material necesario de protección y desinfección.
- Valorar los espacios a utilizar, para la ubicación de servicios, logística y personas, también estudiar posibles trayectos alternativos en los recorridos con el fin de aumentar el distanciamiento social.
- Se creará una base de datos con todas las personas presentes en el evento. Facilitando un posible rastreo a posteriori.
- Aumentar el número de voluntarios en determinados lugares y reducir los servicios que puedan ser conflictivos. Las personas con perfil de riesgo deberán extremar las precauciones. A estas personas se las ubicará en las labores de menor exposición.
- Producir cuantos elementos informativos sean necesarios para los distintos perfiles presentes en el evento; diseñados con el objetivo de ser fácilmente aprendidos. En esta información deberán aparecer planos con la distribución de espacios, para que cada persona tenga una imagen clara de los mismos y quede prestablecido el modo de funcionamiento en ellos.
- Colocación de cartelería con las medidas generales y las específicas de cada espacio, para que organización, participantes y público las tenga presentes, facilitando el cumplimiento del protocolo.
- Envío a todos los miembros de la organización y voluntarios el protocolo el presente documento con toda la información e infografías de las medidas más importantes. Esta información se enviará por correo electrónico y a través de los grupos de WhatsApp de voluntarios. Cada miembro de la organización deberá tener total conocimiento de las medidas concretas de su área de actuación.
- Todas las personas que formen parte en la ejecución del evento: organización, voluntarios, empresas contratadas tendrán información sobre las formas de transmisión, de modo que puedan aplicar este conocimiento en caso de emergencia.
- Desinfección previa de todos los espacios, materiales y superficies que se vayan a utilizar durante el evento, sobre todo a las zonas habilitadas para el aseo y duchas.
- Se reforzará el número de papeleras, sabiendo la mayor generación de basura producidas por el uso de mascarillas y guantes.



## DURANTE EL EVENTO

- Los responsables de cada área deberán supervisar el cumplimiento estricto del protocolo por parte de todas las personas que accedan a su zona de responsabilidad.
- Todos los miembros de la organización llevarán de forma constante la mascarilla. Aquellos que estén en puestos de trabajo compartido desinfectarán las superficies y todos los elementos antes de finalizar el turno. Además, se deberá mantener una distancia de al menos 2 m siempre que sea posible.
- En todos los puestos de trabajo se colocará gel desinfectante de manos y en aquellos lugares en los que sea necesario, como la entrega de dorsales, vestuarios, para que sean usados por los participantes y asistentes.
- En traslados de voluntarios, en los que se comparta vehículo, se cumplirán las medidas establecidas, de uso de mascarilla y dos personas por fila de asientos.
- La entrega de dorsales se organizará de forma segura tanto para la organización como para los corredores. Los participantes esperarán en fila, con un espacio de 2 m entre ellos, delante de una mesa vacía, tras la que estará una persona de la organización. Detrás de esta persona habrá otra mesa en la que otro miembro de la organización hará la pertinente verificación de datos. El primer voluntario que está detrás de la mesa vacía colocará en ella la bolsa del corredor para que sea recogida por el deportista.
- Los voluntarios ubicados en avituallamientos y recorrido tendrán un gel hidroalcohólico, mascarilla y mascarilla de repuesto
- La entrega de dorsales se organizará al aire libre siempre y cuando las condiciones meteorológicas así lo permitan. Se establecerán una o varias filas para cada carrera, y habrá que guardar 2 m de separación con la persona que le precede. La persona que lo recoja deberá acceder individualmente, sin acompañante alguno, llevando mascarilla, acreditándose para recoger la bolsa del corredor atendiendo las indicaciones de los miembros de la organización
- En todos aquellos servicios en los que se pueda generar una cola de espera se mantendrán los 2 m de separación entre personas. Estas filas se deberán hacer de forma individual, sin acompañantes.
- La entrega de dorsales se organizará de forma segura tanto para la organización como para los corredores. Los participantes esperarán en fila, sin acompañantes, con un espacio de 2 m entre ellos, delante de una mesa vacía, tras la que estará una persona de la organización. Detrás de esta persona habrá otra mesa en la que otro miembro de la organización hará la pertinente verificación de datos. El primer voluntario que está detrás de la mesa vacía colocará en ella la bolsa del corredor para que sea recogida por el deportista.



## MEDIDAS PARA LOS PARTICIPANTES

### Previas al evento

- Los corredores recibirán toda la información del protocolo frente al COVID-19, en el que encontrarán todas las medidas pre, durante y post evento, aclarando todas las dudas que puedan tener. Esta información se enviará por correo electrónico, estará disponible en la página web de la carrera y se publicitará en las redes sociales.
- Los participantes estarán Informados de cambios que puedan surgir en horarios, ubicaciones o cualquier novedad que pueda ocurrir.

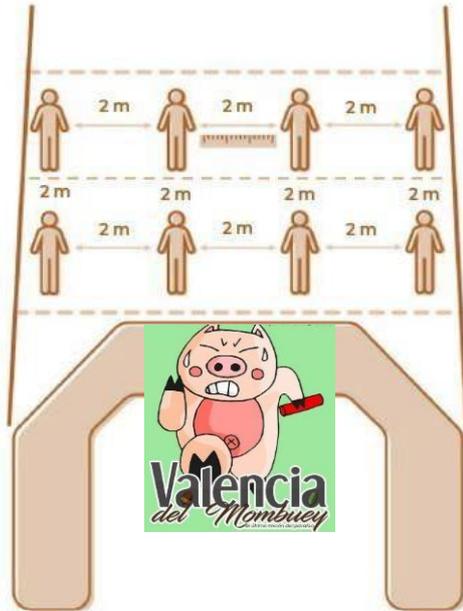
### Durante el evento

- En los momentos en los que el participante y sus acompañantes se encuentren en una zona de servicios, como son la Entrega de Dorsales, la zona de salida y meta, los avituallamientos... o cualquier otra en la que puedan coincidir más personas, será obligatorio el uso de mascarilla.
- Los participantes llevarán de forma constante la mascarilla, excepto en los momentos establecidos durante la competición en la carrera. En el momento en el cual se inicie la carrera para los participantes, se les facilitará un depósito para tirar las mascarillas.
- Vestuarios. Se evitará su uso en la medida de lo posible, por ej. si el lugar en el que me hospedo se encuentra próximo. En caso de uso será obligatorio ponerse la mascarilla excepto en el momento del aseo, mantener una distancia de al menos 2 metros con otra persona y atender en todo momento las indicaciones del personal de la organización.



## MEDIDAS EN LAS ZONAS DE COMPETICIÓN

### Zona de Salida

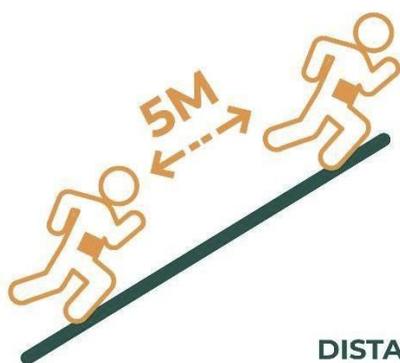


\*Los participantes mantendrán puesta la mascarilla hasta el momento en el que se produzca esta, 30" antes.

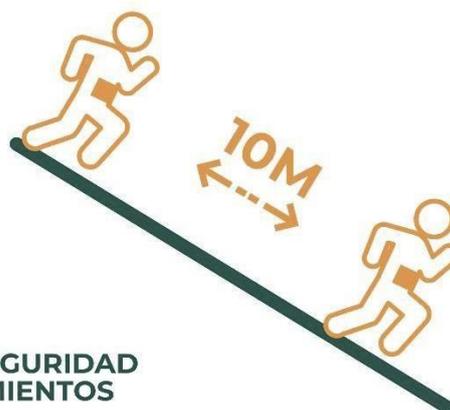
## Recorrido

- La mascarilla será necesaria como material obligatorio de carrera, aunque compitiendo no será obligatorio llevarla puesta. Se quitará 30 segundos antes de tomar la salida y se pondrá en caso de retirada o descanso prolongado, al igual que después de entrar en meta.
- El corredor en caso de emergencia, suya o al atender a otro participante, cuando se detenga y esté cerca de otra persona deberá ponerse obligatoriamente la mascarilla.
- Un participante no podrá ir a rebufo de otro. En momentos en los que se esté ascendiendo, y la velocidad sea reducida, se mantendrán al menos 5 m de distancia, y en momentos en los que la velocidad sea mayor, en tramos de bajadas o planos, se mantendrán al menos 10 m de distancia.

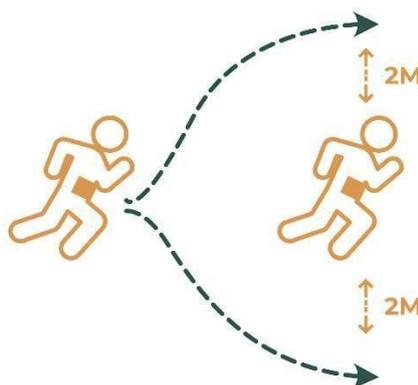
### DISTANCIA DE SEGURIDAD EN SUBIDAS



### DISTANCIA DE SEGURIDAD EN LLANO Y BAJADAS



### DISTANCIA DE SEGURIDAD EN ADELANTAMIENTOS



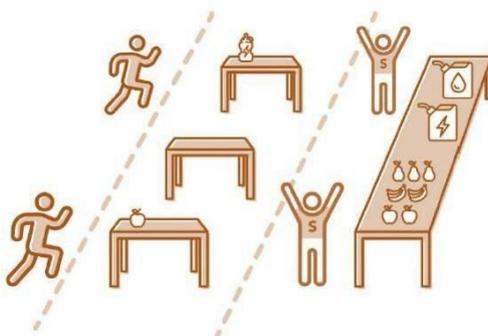
- En caso de que se produzca un adelantamiento se mantendrá una distancia lateral de 2 m. Para ello se aconseja esperar en la medida de lo razonable para encontrar un tramo con la suficiente anchura que lo permita. El corredor que vaya a pasar al que le precede deberá avisar con 5 m de antelación y el otro en la medida de lo posible deberá facilitar el adelantamiento, evitando frenados inesperados o impedir el paso. Esta maniobra de adelantamiento se debe hacer con velocidad.



- En sendas estrechas mantener la posición y no adelantar en el caso de que visualmente veamos que más adelante habrá espacio para sobrepasarlo con las medidas de seguridad expuestas. En caso de una zona estrecha prolongada si un corredor es avisado de que va a ser adelantado deberá facilitar la acción apartándose ligeramente.
- Se evitará hacer grupos, y en el caso de haberlos se deberán mantener las distancias anteriormente citadas.
- ☐ En caso de tener que atender a otro participante por una emergencia se intentará mantener la distancia de seguridad y no tocar a la otra persona. Si fuese necesario, se mantendrán las manos lejos de la cara o de alimentos hasta que no se hayan desinfectado las manos.

## Avituallamientos

- Se recomienda al participante la autosuficiencia. Los alimentos serán en ración individual, por lo que se pide extremar el cuidado con los envoltorios en el recorrido. En caso de querer algún alimento el corredor indicará al personal lo que desea, y este lo colocará en una mesa vacía, de donde recogerá los alimentos, manteniendo así los 2 m de distancia. Para el abastecimiento de líquido el corredor dejará su recipiente encima de la mesa y el personal lo rellenará sin que se toquen el recipiente del corredor y el de la organización.



- El personal de la organización en el avituallamiento desinfectará la mesa vacía cada vez que un participante use ese espacio. Será obligatorio para el personal de la organización el uso de guantes y deberá desinfectarse las manos antes y después de atender a cualquier participante. Se proveerá de gel y jabón para la limpieza de manos. Todo personal llevará puesta constantemente la mascarilla y habrá mascarillas de repuesto.



- Se ampliará la zona de avituallamiento. Aun así, si se produjera cola, los deportistas deberán esperar a 2 m de distancia en orden de llegada, y será obligatorio ponerse la mascarilla. El personal del avituallamiento cuidará del cumplimiento de estas normas.
- Se agilizará el paso de corredores en los avituallamientos. En caso de que un participante esté más tiempo del necesario para avituallarse y quiera descansar será obligatorio ponerse la mascarilla y apartarse de la zona de mesas.
- En el caso de que un participante prefiera la asistencia propia, solo le podrá avituallar una persona, a no ser que haya menores del mismo núcleo familiar, y el responsable del avituallamiento los ubicará en un espacio concreto. Dentro del espacio de avituallamiento no podrá entrar público.
- En la medida que sea posible los avituallamientos serán en el exterior, en espacios abiertos. El personal de la organización velará porque el público y acompañantes no se acumulen y mantengan la distancia de seguridad

## **Zona de Meta**

- La anchura de la recta de meta y el paso interior del arco no será inferior a 4 metros, para facilitar un sprint en paralelo sin invadir espacios de seguridad.
- Solo se permitirá la presencia de voluntarios, prensa y organización, cuidando siempre del adecuado distanciamiento social.
- 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.

## **MEDIDAS POST-EVENTO**

- Habrá una entrega de premios, en la que se respetaran las medidas de seguridad previamente citadas en dicho documento, respetando las distancias de seguridad, uso de mascarillas y desinfectantes.
- También se les entregará a todos los participantes un vale de consumición, para poder usarlos en las diferentes zonas de consumo, para repartir a los participantes y no aglomerarlos en una misma zona. Los miembros de la organización velarán para que produzca y seguir respetando el cumplimiento de las medidas covid-19.



Ante la situación actual de pandemia en nuestro país, desde la organización apelamos a todos los participantes y asistentes a ser responsables y cumplir con las obligaciones que aquí se exponen. De esta forma todo el mundo podrá disfrutar del evento de forma segura.

## INFOGRAFÍAS

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA



DISTANCIAMIENTO SOCIAL DE 2 METROS

2M



HIGIENE DE MANOS



RECOGIDA DE DORSALES AVITUALLAMIENTOS

