



## **Campeonato Distrital de Cross Trail Jovem**

**Bosque do Sarilho – Póvoa da Lomba**

**CANTANHEDE**

**29 de Novembro 2020**

### **Manual de adaptação de procedimentos**

Este manual foi produzido tendo em conta o contexto atual da pandemia, bem como as orientações da DGS. As normas presentes no documento 36/2020 da DGS define como de baixo risco de contágio as competições de Atletismo.

#### **Localização da Prova**

Bosque do Sarilho – Povo da Lomba, Cantanhede

#### **Nº de participantes previstos**

40 atletas divididos por 4 categorias de formação;

Staff técnico das Equipas: 10 elementos

Staff Organização: 15 elementos.

#### **Unidade hospitalar de referência**

Hospital Arcebispo João Crisóstomo

Centro de Saúde de Cantanhede

Rua P. Américo

3060-186 Cantanhede

#### **Resumo das adaptações gerais de segurança sanitária do evento**

- As provas por escalões irão desenrolar-se em sistema de grupos inferiores a 10 atletas
- Partida em grupo com distanciamento de aproximadamente 2 metros entre os atletas;
- Utilização obrigatória de máscara cirúrgica ou comunitária certificada na partida e chegada;

- As partidas terão horários desfasados por categorias, devidamente identificadas com o objetivo de dividir os praticantes e evitar aglomerações no espaço de partida / meta;
- Só é permitida a participação de atletas federados pertencentes à Associação de Atletismo de Coimbra;
- Inclusão por parte do plano de ação médico-desportivo de urgência e emergência da prova, informação sobre a forma como os participantes nas atividades desportivas devem interagir com os serviços de saúde em caso confirmado ou suspeito de COVID-19, incluindo lista de contactos, definição de equipa(s) médica sanitária(s), locais próprios de prestação de cuidados e sala de isolamento, protocolo de atuação, definição de Unidade hospitalar de referência. **Apenas dar a conhecer o plano à Autoridade Local de Saúde Pública;**
- Estabelecer medidas de avaliação e rastreio de sinais e sintomas associados à COVID-19, incluindo verificação da temperatura a todos os intervenientes na competição (credenciados com funções);
- Existência de protocolo de verificação sanitária articulado com parceiros organizativos (forças de segurança, Bombeiros...);
- Adaptações nos procedimentos de registo e credenciação na prova;
- Adaptações às zonas de abastecimento apeado/ Box das equipas/ Zonas verdes;
- Criação de zona de contenção – Zona 0 (“Bolha Sanitária”), onde apenas as pessoas credenciadas com interesse para o desenrolar da competição tem acesso;
- Existência de condições nas zonas de partida/chegada para promover o distanciamento apropriado entre elementos das equipas.

#### **Regras de Participação na Prova**

- Todos os elementos credenciados para uma prova deverão ser licenciados por uma federação nacional;
- O ato de inscrição e/ou pedido de credenciação para a prova implica por parte de quem o faz, o conhecimento, aceitação expressa e cumprimento dos Regulamentos da ADAC-FPA, bem como dos Regulamentos Particulares aplicáveis a essa prova;
- No decorrer da competição, todos os elementos credenciados para a prova deverão respeitar as normas de higiene respiratória e distanciamento social consignadas pela DGS;
- Preconiza-se o uso obrigatório de máscara de protecção nos locais com acesso reservado a Staff;
- Além da limitação de atletas participantes na prova, deverá existir uma limitação no número de membros do Staff de cada equipa com acesso à Zona Reservada ao número estritamente necessário;

Box da organização – Limite definido dentro da Zona 0 destinado ao estacionamento dos **veículos da organização**;

Box de partida/chegada – Limite definido dentro da Zona 0 destinado à partida e chegada dos atletas;

Box de pódio - Limite definido dentro da Zona 0 destinado às cerimónias de pódio;

### **Organização das tendas das equipas**

- As tendas deverão ser organizadas de forma a garantir o distanciamento de segurança sanitária;
- Não serão admitidos elementos não credenciados pela organização;
- Entre equipas, deverá ser assegurado um espaço mínimo de segurança de 10m;
- Os elementos das equipas não poderão ocupar mais espaço para além daquele que lhes foi consignado pela organização;
- Os atletas poderão fazer aquecimento desde que assegurado o distanciamento de segurança sanitária entre si e os diversos elementos presentes no local;

### **Procedimentos Prévios à Competição**

#### **Inscrição e Confirmação de Atletas**

- A inscrição e a confirmação dos atletas participantes serão efectuadas de forma não presencial (dorsal de época);
- 

#### **Divulgação Digital da Informação sobre a Prova**

- Toda a informação detalhada sobre a prova deverá ser enviada antecipadamente por e-mail para todos os clubes participantes, evitando assim procedimentos presenciais que impliquem contacto físico.

#### **Secretariado da Prova**

- A credenciação de todos os elementos será efetuada por via eletrónica;
- A entrega dos materiais técnicos será efetuada através de envelope encerrado e entregue de forma intransmissível por elemento do staff organização aos credenciados;
- Cada equipa deverá destacar apenas um elemento, o diretor desportivo, para rececionar o respetivo envelope;

- Os elementos pertencentes à organização deverão fazer-se acompanhar dos seus equipamentos de proteção individual;
- As classificações e o comunicado da prova serão enviados por e-mail ou disponibilizados online.
- 

#### **Entrada na Zona 0**

- O acesso será exclusivo a elementos credenciados na prova;
- Não serão admitidos na prova elementos que não constem da lista de registo de staff e atletas;
- No acesso serão realizadas as seguintes formalidades:
  - Confirmação de registo na prova – apenas atletas;
  - Verificação de temperatura e realização de questionário de despistagem de sintomas associados à Covid-19;
  - Desinfecção das mãos e entrada na zona 0.

#### **Partida da Prova**

- O local de partida deve ser amplo de forma a garantir o distanciamento entre atletas;
- O reconhecimento do percurso deverá ser realizado por cada atleta de forma individual em horário previsto pela Organização;
- Será mantida uma distância de 2m entre os participantes na linha de partida;
- Será recomendada a presença de um elemento do staff da equipa na Box de Partida, tendo em conta ser este o único elemento a poder prestar assistência aos atletas da sua equipa; contudo esta presença estará limitada a apenas um elemento por equipa e só na zona prévia à partida;

#### **Desenrolar da Prova**

- Estará previsto pelo organizador uma redução do número de elementos de staff nas zonas técnicas, na proporção de 1 elemento de staff para cada 3 atletas, até um máximo de 2 pessoas por equipa;
- Todos os elementos presentes nas zonas técnicas e de abastecimento deverão usar máscara de proteção;

#### **Chegada da Prova**

- Na chegada da prova, o acesso a todos os espaços técnicos incluídos na Zona Reservada deverá ser exclusivamente limitado às pessoas imprescindíveis para a realização do evento, devidamente credenciadas;
- Na Box de Chegada apenas será permitida a permanência de um elemento do staff por cada equipa para recepcionar os seus atletas;

- Deverá existir um corredor de acesso para encaminhar os atletas da Box de Chegada para a Box das Equipas o mais rapidamente possível e sem paragens, a descompressão deverá ser realizada já na Box das Equipas;
- Nas cerimónias protocolares, as individualidades convidadas poderão estar no pódio junto dos atletas respeitando as normas de distanciamento social. Não poderão existir cumprimentos físicos;
- Não haverá entrega de trofeus, de forma a evitar o contacto directo com o atleta este recolherá pessoalmente o troféu de um local pré-definido junto ao pódio e respeitando as normas de distanciamento social;
- A foto dos vencedores deverá respeitar as regras de distanciamento social, não poderão existir cumprimentos físicos entre atletas ou com as individualidades nem será realizada a cerimónia do espumante. Será excepcionalmente autorizado aos atletas, que estes retirem a máscara de protecção para o momento da fotografia de consagração;
- Na área para elaboração das classificações permanecerão apenas o técnico das classificações e o comissário juiz de chegada.
- 

#### **Programa da prova**

##### **Horário**

**9h00 entrada no recinto e treinos**

**9h30 Benjamins A F**

**9h45 Benjamins A M**

**10h00 Benjamins B F**

**10h15 Benjamins B M**

**10h30 Infantis F**

**10h45 Infantis M**

**11h00 Iniciados F**

**11h15 Iniciados M**

**11h45 Pódios**

#### **Medidas de Mitigação associadas à Presença de Público**

- O contacto entre o público e a toda a comitiva (atletas, staff, juizes) estará vedado – o local tem vedação de fita balizadora em toda a sua extensão;

- Todos os elementos presentes no evento deverão usar obrigatoriamente máscara cirúrgica ou comunitária certificada, com exceção dos atletas exclusivamente no momento do exercício;
- Existirá em vários pontos gel desinfetante para as mãos;

#### **Medidas Sancionatórias sobre o Incumprimento às Medidas de Exceção**

- Todos os elementos credenciados para a prova estão sujeitos ao cumprimento da legislação estabelecida a nível governamental para o respeito das práticas de saúde estabelecidas pela DGS e respetivas medidas sancionatórias.
- Não obstante as sanções previstas nos Regulamentos aplicáveis a este tipo de prova, a infração ou incumprimento das normas de exceção definidas pelo presente documento, serão alvo de sanções por parte da Organização da prova ou Juizes ADAC, consoante a natureza da mesma, e que poderão ir desde a advertência oficial até à expulsão da prova em questão e/ou das provas seguintes a realizar, tendo em conta a gravidade da infração, o facto de a mesma ser cometida de forma continuada e repetida, e ainda as circunstâncias atenuantes e agravantes da situação.

José Miguel Santos

Director de Prova