



PROTOCOLO DE PREVENCIÓN DEL COVID-19

VII SAN SILVESTRE TRAIL NEMBRA

- GUÍA PARA CORREDORES/AS -

DICIEMBRE 2021



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	2
MEDIDAS GENERALES	3
MEDIDAS GENERALES	3
<i>RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL</i>	<i>3</i>
<i>AISLAMIENTO</i>	<i>3</i>
MEDIDAS PARTICULARES	4
1. <i>ENTREGA DE DORSALES</i>	<i>4</i>
2. <i>REUNIÓN TÉCNICA</i>	<i>4</i>
3. <i>ÁREA DE SALIDA</i>	<i>4</i>
4. <i>ORDEN DE SALIDA</i>	<i>5</i>
5. <i>CARRERA</i>	<i>5</i>
6. <i>AVITUALLAMIENTOS</i>	<i>6</i>
7. <i>ÁREA DE LLEGADA</i>	<i>6</i>
8. <i>ENTREGA DE PREMIOS</i>	<i>6</i>
9. <i>MEDIDAS DISCIPLINARIAS</i>	<i>7</i>
ANEXOS	8
ANEXO 1. <i>CLÁUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN</i>	<i>8</i>
ANEXO 2. <i>FORMULARIO PARA PERSONAS VINCULADAS A LA ORGANIZACIÓN</i>	<i>10</i>
ANEXO 3. <i>DECLARACIÓN DE SALUD</i>	<i>11</i>



INTRODUCCIÓN

En este documento se indica el protocolo de prevención del Covid-19 necesario para la realización de la VII San Silvestre Trail de Nembra 2021. Se detallan las medidas a cumplir por corredores y, en su caso,, acompañantes de manera que se minimicen los riesgos derivados de la exposición y propagación del Covid-19.

Las medidas expuestas son complementarias al Plan de Seguridad de la prueba, y serán de obligado cumplimiento.

Su aplicación supone un esfuerzo añadido y requiere del compromiso personal de todos los implicados.



MEDIDAS GENERALES

MEDIDAS GENERALES

RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL

El participante no debe acudir ni tomar parte en la San Silvestre Trail de Nembra en el caso de que padeciese síntomas que pudieran ser compatibles con el contagio del Covid-19. Ello resultará extensivo, igualmente, a los casos en los que los síntomas fuesen sufridos por terceros con las que la persona participante tenga o haya tenido un contacto del que objetivamente pudiera derivarse contagio.

De igual manera, en caso de estar o haber estado contagiado por el virus del Covid-19 se compromete a no acudir ni tomar parte en la San Silvestre Trail de Nembra en tanto en cuanto las autoridades sanitarias no manifiesten que la participación no entraña un riesgo, bien para su persona, bien para el resto de asistentes con los que pudiera tener contacto.

Los participantes provenientes de otros países, sean residentes en España o no, deben de cumplir con los requisitos exigidos por la legislación sanitaria para la entrada en el país según sea cada caso. Como son entre otros: la cuarentena obligatoria, realización de PCRs, etc

AISLAMIENTO

En el supuesto de detección de un caso sospechoso de Covid-19 se activará automáticamente un protocolo de aislamiento, consistente en:

- Facilitarle una mascarilla a colocar encima de la suya.
- Separarle del resto de personas al menos en 2 m y llevarle a una zona aislada preparada para este fin.
- Avisar de inmediato a los servicios sanitarios de la prueba.



MEDIDAS PARTICULARES

1. ENTREGA DE DORSALES

La inscripción y entrega de dorsales se realizará en la cancha polideportiva de Nembra, un espacio amplio al aire libre que permite distribuir a los corredores y voluntarios con separación de al menos 2 metros:

- Se habilitarán dos carpas/jaimas totalmente abiertas con 4 mesas separadas al menos dos metros para realizar la inscripción y entrega de dorsales a los participantes
- Se organizarán 4 colas, una para cada mesa de inscripción, con la distancia de separación suficiente
- En las mesas habrá gel hidroalcohólico
- El recorrido se hará en circuito para evitar que los participantes se crucen y estará debidamente señalizado.
- Solo entrarán los participantes, no permitiéndose el acceso a los acompañantes.
- Para el adecuado cumplimiento del Protocolo Covid-19, NO se entregarán dorsales fuera del espacio dedicado a este fin

2. REUNIÓN TÉCNICA

Al ser una concentración de personas queda suprimida. El recorrido de la San Silvestre Trail, de sólo 6 kms y dificultad baja, no requiere de una reunión técnica con los participantes.

Toda la información sobre horarios, recorrido, etc se encuentra en la web de la prueba: www.nembra.es. Asimismo, antes de la salida se darán las últimas instrucciones a través de la megafonía de la zona de meta.

3. ÁREA DE SALIDA

La salida se realizará en la cancha polideportiva de Nembra y el parque adyacente. Se trata de una zona amplia, al aire libre, a la que solamente accederán los participantes con dorsal y las personas debidamente acreditadas.

En esta zona, tanto el personal de la Organización como los deportistas llevarán la correspondiente mascarilla correctamente colocada. Se recordará con abundante señalización.



Para entrar a la zona de salida se realizará un aviso por megafonía.

Hasta que no se supere el arco de meta y se salga de la zona de salida se debe de tener colocada la mascarilla.

4. ORDEN DE SALIDA

Con el objetivo de reducir, en la primera parte de la carrera, posibles adelantamientos y aglomeraciones, desde megafonía se recomendará que los corredores que vayan a competir por los primeros puestos de la prueba ocupen las primeras líneas de salida. Así, al salir por delante los corredores de mayor velocidad se cumple uno de los objetivos del plan al reducir el número de posibles adelantamientos.

La salida será a las 16:00 horas. Para mejorar la seguridad de todos los implicados y disponer de un mayor espacio para inscripciones y salida de la prueba, se suspende la San Silvestre pa nenos, prevista para las 15:30 horas.

5. CARRERA

Se establecen una serie de recomendaciones a los participantes. Dado que el recorrido es, en su mayor parte por caminos y montaña, no pueden tomarse como de obligado cumplimiento y tampoco serán sancionables.

Así pues, se recomienda en general:

- Mantener una distancia mínima de 5 m en subidas.
- Mantener una distancia mínima de 10 m en llanos y bajadas.
- Evitar escupir o sonarse la nariz.
- Evitar el contacto físico con otras personas.

Se deben de facilitar los adelantamientos, para ello el corredor que quiere adelantar avisará con unos 5 m de antelación y lo hará lateralmente. Ambos corredores han de favorecer la maniobra de paso y ésta deberá ser lo más rápida posible.

Se evitará correr en grupos, sí se podrán llevar ritmos parecidos, pero siempre llevando entre ellos las distancias anteriormente recomendadas.



En caso de emergencia de un corredor o para atender a otro participante, cuando se detenga y esté cerca de otra persona, deberá ponerse obligatoriamente la mascarilla.

6. AVITUALLAMIENTOS

La carrera San Silvestre Trail de Nembra, al tener una longitud de solamente 6 km no requiere de avituallamientos.

7. ÁREA DE LLEGADA

Se delimitarán claramente dos zonas: una para la propia llegada y otra para la post-llegada. Ambas zonas estarán convenientemente valladas y a ellas solo podrán acceder las personas que estén acreditadas y los participantes, cuidando siempre el distanciamiento social. Toda la actividad se realizará al aire libre.

Los deportistas se colocarán debidamente la mascarilla nada más rebasar la meta y se deberán desinfectar las manos. También se debe agilizar el paso a la zona de post-llegada para evitar aglomeraciones.

No habrá avituallamiento final para evitar aglomeraciones.

Se suprimen los servicios de vestuarios y duchas por ser zona de habitual de aglomeraciones.

8. ENTREGA DE PREMIOS

A pesar de ser uno de los momentos culminantes, hemos de ser conscientes de la necesidad de mantener las medidas de protección y evitar las aglomeraciones:

- Solo accederán los deportistas y el personal acreditado, procurando que sea el mínimo imprescindible.
- Las clasificaciones se darán a conocer por medios telemáticos y no serán impresas ni expuestas al público en un tablón.
- Los cajones del podio estarán separados un mínimo de 1,5 m.
- La entrega del trofeo y regalos serán recogidos en una mesa auxiliar por cada deportista.
- Las autoridades se podrán situar a los lados del podio para las fotos, pero se evitará en todo momento el contacto físico y se mantendrán las distancias de seguridad.



9. MEDIDAS DISCIPLINARIAS

Todas las medidas adoptadas son de obligado cumplimiento. Cualquier participante que incumpla el protocolo será descalificado y expulsado de la carrera.



ANEXOS

ANEXO 1. CLÁUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN

La crisis sanitaria del COVID-19 hace necesaria la adopción de una serie de medidas tendentes a cumplir los protocolos marcados por las autoridades sanitarias. El establecimiento y cumplimiento de las citadas medidas requiere de una serie de compromisos y formas de actuación por parte, fundamentalmente, de organizadores y participantes. La lectura y aceptación del presente documento es condición indispensable para tomar parte en la VII San Silvestre Trail de Nembra.

El o la participante declara y manifiesta:

1.- Que es conocedor/a del protocolo de prevención del Covid-19 que tiene publicado la organización de la San Silvestre Trail de Nembra en relación con la presencia y participación en la prueba generado con ocasión de la crisis sanitaria del COVID.

2.- Que se compromete a cumplir todas las exigencias o simples recomendaciones que se contengan en dicha guía de medidas, así como las instrucciones que sean dadas por las autoridades deportivas o personal de Organización presentes en la competición en relación con las medidas para evitar contagios por Covid-19.

3.- Que se compromete a no acudir ni tomar parte en la prueba en el caso de que padeciese síntomas que pudieran ser compatibles con el contagio del Covid-19. Ello resultará extensivo, igualmente, a los casos en los que los síntomas fuesen sufridos por terceros con las que la persona participante tenga o haya tenido un contacto del que objetivamente pudiera derivarse contagio.

4.- Que, caso de estar o haber estado contagiado por el virus del Covid-19 se compromete a no acudir ni tomar parte en la San Silvestre Trail de Nembra en tanto en cuanto las autoridades sanitarias no manifiesten que la participación no entraña un riesgo, bien para su persona, bien para el resto de asistentes con los que pudiera tener contacto.

5.- Que, con los medios a su alcance, y en todo caso cuando se hayan dado circunstancias que lo aconsejen, se ha sometido a los test existentes para comprobar si está o ha estado contagiado por Covid-19, siguiendo siempre el consejo de los profesionales sanitarios.



6.- Que en caso de acudir desde otro país o de haber regresado recientemente del extranjero ha cumplido con todos los requisitos que en materia de seguridad sanitaria se exigen para entrar a España.

7.- Que es conocedor/a y acepta y asume que, en el actual estado, existe un objetivo riesgo de contagio de Covid-19 con las consecuencias que de ello se pudieran derivar para su persona en términos de salud o problemas que, incluso, pudieran ocasionarle la muerte.

8.- Que acepta que la San Silvestre Trail de Nembra adopte las medidas que se indican en la guía que tiene publicada en aras a establecer un razonable escenario de seguridad en la competición. En tal sentido, se hace constar que la San Silvestre Trail de Nembra, en el curso de la competición, podrá adoptar las medidas o decisiones que sean precisas en relación con el establecimiento o aplicación de las medidas que se contienen en su guía publicada, o cualesquiera otras que tuviesen por finalidad el dotar a la prueba de un entorno lo más seguro posible en términos de evitar contagios por Covid-19.

9.- Que el o la participante acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la San Silvestre Trail de Nembra con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones, o devolución de precios o importes en concepto de derechos de participación o costes en que hubiese incurrido el o la deportista y/o su club.

10.- Que el o la participante acepta que si se mostrase por su parte una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones del personal de organización en relación con las medidas de seguridad evitar contagios por Covid-19, podrá ser excluido/a o descalificado/a de la San Silvestre Trail por decisión de quien actúe como autoridad deportiva.

11.- Que el o la participante acepta que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades en las que aquel o aquella pudiera llegar a incurrir ante las autoridades competentes como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación, bien en el ámbito deportivo-federativo, bien en otros ámbitos diferentes.



ANEXO 2. FORMULARIO PARA PERSONAS VINCULADAS A LA ORGANIZACIÓN

Nombre y apellidos:

DNI:

Teléfono de contacto:

Correo electrónico:

Dirección postal completa:

Cargo o función que desempeña:

He leído y acepto la política de privacidad

Firma

Según establece el Reglamento General de Protección de Datos de carácter personal (RGPD) y su despliegue normativo, te informamos que los datos recogidos mediante este formulario, se incorporarán a un archivo propiedad de GM Reino Astur de Nembra para ser utilizados con la finalidad de dar cumplimiento a la normativa establecida para prevención del COVID-19. Enviando este formulario estás autorizando el tratamiento de tus datos personales con las finalidades antes expuestas. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación al tratamiento, portabilidad y oposición, dirigiendo un correo electrónico a [gmreinoastur@nembra.es](mailto:g mreinoastur@nembra.es)



ANEXO 3. DECLARACIÓN DE SALUD

VII SAN SILVESTRE TRAIL NEMBRA 2021

Fecha de firma de esta declaración:

Nombre:

Apellidos:

DNI/Pasaporte:

Teléfono de contacto:

Correo electrónico:

DECLARA

1. No haber estado en contacto con una persona afectada por el Covid-19, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días.
2. No tener ningún síntoma de sospecha de infección por coronavirus: fiebre, cansancio, somnolencia, síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, ahogo), molestias digestivas, alteraciones del gusto o el olfato, o cualquier otra alteración de salud no diagnosticada.
3. No estar en situación de riesgo de acuerdo con las normativas en vigor.
4. Que informará inmediatamente a la organización de cualquier cambio en su situación de salud en relación al Covid-19, que pueda aparecer durante el día de la competición o con posterioridad a la fecha de la firma de esta Declaración de Salud.
5. En caso de acudir o de haber regresado recientemente del extranjero, ha cumplido con todos los requisitos que en materia de seguridad se exigen para entrar al país.
6. He leído y acepto la política de privacidad

Firma

Según establece el Reglamento General de Protección de Datos de carácter personal (RGPD) y su despliegue normativo, te informamos que los datos recogidos mediante este formulario, se incorporarán a un archivo propiedad de GM Reino Astur de Nembra para ser utilizados con la finalidad de dar cumplimiento a la normativa establecida para prevención del COVID-19. Enviando este formulario estás autorizando el tratamiento de tus datos personales con las finalidades antes expuestas. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación al tratamiento, portabilidad y oposición, dirigiendo un correo electrónico a [gmreinoastur@nembra.es](mailto:g mreinoastur@nembra.es).