PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRONTE AO COVID 19

PARA A VOLTA Á ACTIVIDADE DEPORTIVA FEDERADA

FEDERACIÓN GALEGA DE TRÍATLON E PÉNTATLON MODERNO

Certificado pola Secretaría Xeral para o Deporte o 18/08/2020

Actualizado o 28/12/2020

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

COORDINADOR FEDERATIVO CONTROLCOVID-19

Gonzalo Mario Triunfo Delgado- presidencia@fegatri.org

COLABORADORES CONTROL COVID-19

Pablo Cabanelas- comitedeportivo@fegatri.org

Patricio Farías- delegaciónlugo@fegatri.org

Amando Guerrero- delegacióncoruna@fegatri.org

Mónica Flores info@fegatri.org

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

CONTIDO

1. ANTECEDENTES

1.1.A COVID-19 E A SÚA EVOLUCIÓN
1.2 SÍNTOMAS E FORMA DE CONTAXIO

2.- OBXECTO
3.- ALCANCE
4.- MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID-19
4.1. . MEDIDAS DE DESINFECCIÓN E LIMPEZA DE SUPERFICIES E MATERIAL*
4.2. . MEDIDAS DE VENTILACIÓNS DAS INSTALACIÓNS
4.3.MEDIDAS PARA os/as AXENTES QUE DIRECTA OU INDIRECTAMENTE PARTICIPEN NA PRÁCTICA DEPORTIVA (Staff, deportistas, acompañantes, público, etc.)
4.4 REXISTRO DE ASISTENTES ÁS ACTIVIDADES DEPORTIVAS (deportistas, staff, público, etc…) *
4.5. PROTOCOLO XERAL DE ACTUACIÓN ANTE A SOSPEITA DE COVID-19
4.6.OUTRAS MEDIDAS
5.- PROCEDEMENTO PARA A IDENTIFICACIÓN DE POTENCIAIS SITUACIÓNS DE CONTAXIO E MEDIDAS
5.1.- IDENTIFICACIÓN DOS RISCOS ESPECÍFICOS NA COMPETICIÓN DE TRÍATLON E AS SÚAS ESPECIALIDADES
5.1.2.- TÁBOAS DE RISCOS E MEDIDAS CORRECTORAS ADESTRAMENTO/COMPETICIÓN
5.2.- IDENTIFICACIÓN DOS RISCOS ESPECÍFICOS NA COMPETICIÓN DE PENTATLON MODERNO E AS SÚAS ESPECIALIDADES
5.2.2.- TÁBOAS DE RISCOS E MEDIDAS CORRECTORAS ADESTRAMENTO/COMPETICIÓN
6.COMUNICACIÓN E SEGUIMENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID-19
6.1 COORDINADOR FISICOVID-DXTGALEGO DO CLUB/ENTIDADE DEPORTIVA
6.2 PROCEDEMENTO DE COMUNICACIÓN DE INCIDENCIAS (CLUBS, FEDERACIÓN E SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE
6.3 AVALIACIÓN DOS RISCOS DE TRANSMISIÓN DE SARS-COV-2 PARA EVENTOS E ACTIVIDADES MULTITUDINARIAS NO CONTEXTO DE NOVA NORMALIDADE POR COVID-19 NOS PROTOCOLOS FSICOVID-DXT GALEGO ESCPECÍFICOS DAS COMPETICIÓNS, EVENTOS E ACTIVIDADES

7.- DECLARACIÓN DE RISCO COVID-19
8- DECLARACIÓN RESPONSABLE RESPONSABLES DEPORTISTAS MAIORES DE IDADE
9.-DECLARACIÓN RESPONSABLE DO TITOR/A DEPORTISTAS MENORES DE IDADE
10.- INFOGRAFÍAS INFORMATIVAS
11.- REFERENCIAS

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

1. ANTECEDENTES

1.1- O CORONAVIRUS E A SÚA EVOLUCIÓN

O coronavirus debe o seu nome ao aspecto que presenta, semellante a unha coroa. Trátase dun tipo de virus presente tanto en humanos como en animais.

Nos últimos anos describíronse tres brotes epidémicos importantes causados por coronavirus:

SRAS- CoV: A síndrome respiratoria aguda e grave (SRAS, tamén coñecida como SARS e SRAG) iniciouse en novembro de 2002 en China, afectou a máis de 8.000 persoas en 37 países e provocou máis de 700 mortes. A mortalidade do SRAS- Cov cifrouse no 10% aproximadamente.

MERS- CoV: O coronavirus causante da síndrome respiratoria de Oriente Medio (MERS) foi detectado por primeira vez en 2012 en Arabia Saudita. Notificáronse ata outubro de 2019 máis de 2.400 casos de infección en distintos países, con máis de 800 mortes. A letalidade é, por tanto, do 35%.

COVID-19: A finais de decembro de 2019 notificáronse os/as primeiros casos dun novo coronavirus na cidade de Wuhan (China). Desde entón o goteo de novos infectados polo virus SARS- CoV-2 (inicialmente chamado 2019 nCoV), que provoca o COVID-19, foi continuo e a súa transmisión de persoa a persoa acelerouse. os/as casos declarados de pneumonía de Wuhan superan con fartura aos da epidemia de SRAS, pero a taxa de letalidade é máis baixa.

A Organización Mundial da Saúde (OMS) declarou a situación de pandemia. Hai persoas infectadas na práctica totalidade do planeta e os/as profesionais sanitarios insisten na necesidade de seguir, forma estrita, as medidas preventivas.

En España o 14 de marzo de 2020 decretouse o estado de alarma e as autoridades sanitarias insisten na necesidade de permanecer en casa para conter a transmisión, aínda que tras aproximadamente mes e medio de medidas de contención estrita, comezou o que se deu en chamar “desescalada” ou volta progresiva á “nova normalidade”.

1.2- SÍNTOMAS E FORMA DE CONTAXIO DO COVID-19

Segundo o establecido polas autoridades sanitarias, os/as síntomas máis habituais da COVID-19 son a febre, a tose seca e o cansazo. Outros síntomas menos frecuentes son dores e molestias, conxestión nasal, dor de cabeza, conxuntivite, dor de gorxa, diarrea, perda do gusto ou do olfacto e as erupcións cutáneas ou cambios de cor nos dedos das mans ou os/as pés. Estes síntomas adoitan ser leves e comezan gradualmente. Algunhas das persoas infectadas só presentan síntomas moi leves ou asintómaticos.

Unha persoa pode contraer a COVID-19 por contacto con outra que estea infectada polo virus.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

A enfermidade propágase principalmente de persoa a persoa a través das gotículas que saen despedidas do nariz ou a boca dunha persoa infectada ao tusir, espirrar ou falar. Unha persoa pode contraer a COVID-19 se inhala as gotículas procedentes dunha persoa infectada polo virus. Por iso é importante manter a distancia interpersoal de 1,5 m. de ao menos a 1,5 metros con respecto a outras persoas, e o uso de máscara.

Estas gotículas poden caer sobre os/as obxectos e superficies que rodean á persoa, mesas, pomos, varandas, material deportivo, etc. podendo provocar a infección de outras persoas se tocan eses obxectos ou superficies coas mans e posteriormente as levan aos ollos, o nariz ou boca. Por isto é tan importante lavar as mans frecuentemente con auga e xabón ou cun desinfectante a base de alcol e evitar tocar os/as ollos, a boca ou o nariz.

2.- OBXECTO

O obxecto deste documento é planear as medidas de prevención e actuacións específicas para o desenvolvemento da actividade deportiva de Tríatlon e Péntatlon Moderno garantindo a seguridade e saúde do persoal federativo, deportistas e resto de usuarios participantes fronte á exposición á COVID-19.

Ditas pautas inclúen as medidas preventivas a adoptar durante a realización de desprazamentos, medidas de hixiene persoal, así como medidas técnicas, organizativas e de protección.

3. ALCANCE

O protocolo federativo será de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e o resto de usuarios que participen de forma directa ou indirecta na actividade deportiva da Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno (FEGATRI) .
O presente protocolo establece a base e marco de referencia para que os/as clubs e organizadores integrados na FEGATRI deseñen os/as seus propios protocolos e adopten medidas de prevención semellantes.

Cada Club e/ou organizador deberá elaborar o seu propio protocolo axustado ao seu contexto e características da práctica/competición deportiva.

4. MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID-19

Todos os/as axentes que participan directa ou indirectamente na realidade deportiva deberán adoptar as medidas necesarias para evitar a xeración de riscos de propagación da enfermidade COVID-19, así como a propia exposición a ditos riscos. Este deber de cautela e protección será igualmente exixible aos titulares de calquera actividade deportiva.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Tralo proceso de recollida de información e análise das potenciais situacións de contaxio e en atención ao sinalado polas autoridades sanitarias, establécense unha serie de recomendacións xerais, que deberán ser concretadas, en todo caso, polas medidas específicas determinadas pola federación deportiva galega no seu protocolo federativo.

4.1- MEDIDAS DE DESINFECCIÓN E LIMPEZA DE SUPERFICIES E MATERIAL* **(modificación 28/12/2020)**

Con carácter xeral, sen prexuízo das medidas específicas establecidas pola federación deportiva ou no protocolo da instalación correspondente, respecto á limpeza e desinfección de espazos, materiais e superficies deberanse ter en conta as seguintes:

Utilizaranse desinfectantes como dilucións de lixivia (1:50) recentemente preparada en auga a temperatura ambiente ou calquera dos desinfectantes con actividade virucida que se atopan no mercado debidamente autorizados e rexistrados. No uso do produto respectaranse as indicacións da etiqueta. Así mesmo, non se mesturarán produtos diferentes.

Tras cada limpeza, os/as materiais empregados e os/as equipamentos de protección utilizados desbotaranse de xeito seguro, e procederase posteriormente ao lavado de mans.

Cando existan postos de traballo compartidos por máis dunha persoa do staff, estableceranse os/as mecanismos e procesos oportunos para garantir a hixiene destes postos. Recomendarase traballo distribuído en parellas de ser preciso.

Procurarase que os/as equipamentos ou ferramentas empregados sexan persoais e intransferibles, ou que as partes en contacto directo co corpo da persoa dispoñan de elementos substituíbles. No caso daqueles equipamentos que deban ser manipulados por diferente persoal, procurarase a dispoñibilidade de materiais de protección ou o uso de forma recorrente de xeles hidroalcohólicos ou desinfectantes con carácter previo e posterior ao seu uso.

Na medida do posible, manter as portas abertas con cuñas e outros sistemas para evitar o contacto das persoas por exemplo co pomos de portas. *

Disporase de papeleiras pechadas e con accionamento non manual, para depositar panos e calquera outro material desbotable, que se deberán limpar de forma frecuente, e polo menos unha vez ao día. Así mesmo, estas papeleiras deberán contar con bolsa desbotable que se cambie ao menos unha vez ao día.

4.2.- MEDIDAS DE VENTILACIÓNS DAS INSTALACIÓNS * (**(modificación 28/12/2020)**

- Deberán realizarse tarefas de ventilación nas instalacións cubertas durante un mínimo de 30 minutos ao inicio e ao remate de cada xornada, así como de forma continuada durante esta e obrigatoriamente ao remate de cada

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

clase/sesión ou actividade de grupo. No caso da utilización de sistemas de ventilación mecánica, deberá aumentarse a subministración de aire fresco e non se poderá empregar a función de recirculación do aire interior.

- Antes do inicio das actividades e do uso de vestiarios, baños, salas, etc.. asegurarse de que estean ben ventiladas e se fixeran as accións sinaladas no párrafo anterior.

- Durante as actividades en recintos pechados, na medida do posible, realizar os tempos de descanso e/ou recuperación en zonas ao aire libre ou ben ventiladas.

4.3.- MEDIDAS PARA OS AXENTES QUE DIRECTA OU INDIRECTAMENTE PARTICIPEN NA PRÁCTICA DEPORTIVA (Staff, deportistas, acompañantes, público, etc.)

Xerais:

Cumprir todas as medidas de prevención que estableza a entidade deportiva no seu protocolo.

- **Deberase manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento, antes durante e despois da práctica deportiva.** A estes efectos, o protocolo federativo establecerá as medidas de tratamento de risco de contaxio adaptadas á casuística.

- **Obrigatorio o uso de máscara en todo momento, coa única excepción do momento da práctica deportiva** por parte do/a deportista. Cando non se estea utilizando a máscara, esta deberá gardarse axeitadamente, de xeito hixiénico, para evitar que adquira ou transmita o coronavirus.

- Evitar lugares concorridos.

- Evitar en todo momento o saúdo con contacto físico.

- Utilizar panos desbotables e tiralos á papeleira, tras cada uso.

- Asegurarse de manter unha boa hixiene respiratoria. Cubrir a boca e o nariz co cóbado flexionado ou cun pano desbotable ao tusir ou espirrar e neste último caso desbotar de inmediato o pano usado e lavar as mans con auga e xabón ou xel hidroalcohólico.

- Lavar con frecuencia as mans con auga e xabón ou con xel hidroalcohólico.

- Na medida do posible, evitar tocar os/as ollos, o nariz e a boca e no caso de facelo, prestar atención ao lavado previo de mans.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

- As persoas que teñan algún síntoma compatible con estar infectado por Covid-19, como febre, tose, dificultade respiratoria etc, non deberán asistir a un evento deportivo, deberán quedar na casa e poñerse en contacto canto antes co seu médico, así como seguir o plan de comunicación e actuación xeral establecido neste protocolo (4.3).

- As persoas que tiveran contacto estreito recentemente con algún paciente infectado por Covid-19 non deberán acudir a competicións deportivas e deberán quedar na casa ata finalizar o período de corentena indicado polas autoridades sanitarias. De non estar xa en contacto co sistema sanitario, deberán poñerse en contacto canto antes.

- Os pacientes que deran positivo a proba para detección do Covid-19 e non estean de alta, non poderán saír da casa, polo que non poderán acudir a ningunha proba deportiva.

4.4 REXISTRO DE ASISTENTES ÁS ACTIVIDADES DEPORTIVAS(deportistas, Staff, público, etc…) *.*(Engadido 20/12/2020)*

- A Entidade organizadora da actividade (club, federación, etc..) deberá dispoñer dun rexistro de asistentes (deportistas, staff, público, etc..) á mesma (adestramento, competición, concentración, tecnificación, etc…), custodiando o mesmo durante polo menos un mes despois da súa celebración, coa información do contacto dispoñible para as autoridades sanitarias, cumprindo coas normas de protección de datos de carácter persoal

4.5.-PROTOCOLO XERAL DE ACTUACIÓN ANTE A SOSPEITA DE COVID19

No caso de que un membro do staff, deportista, etc., teña sintomatoloxía do virus COVID-19, deberá informar de xeito inmediato ao Servizo Galego de Saúde para iniciar o protocolo previsto pola Consellería de Sanidade (**https://www.sergas.es/Saude-publica/Novo-coronavirus-2019-nCoV?idioma=es**). Neste senso, considérase sintomatoloxía do virus COVID-19 un cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros.

En referencia ao anterior **recoméndase unha autoavaliación diaria de posible sintomatoloxía por parte dos directivos, técnicos, axudantes, deportistas, acompañantes, público e voluntarios, antes de acudir a cada actividade ou sesión de práctica deportiva.**

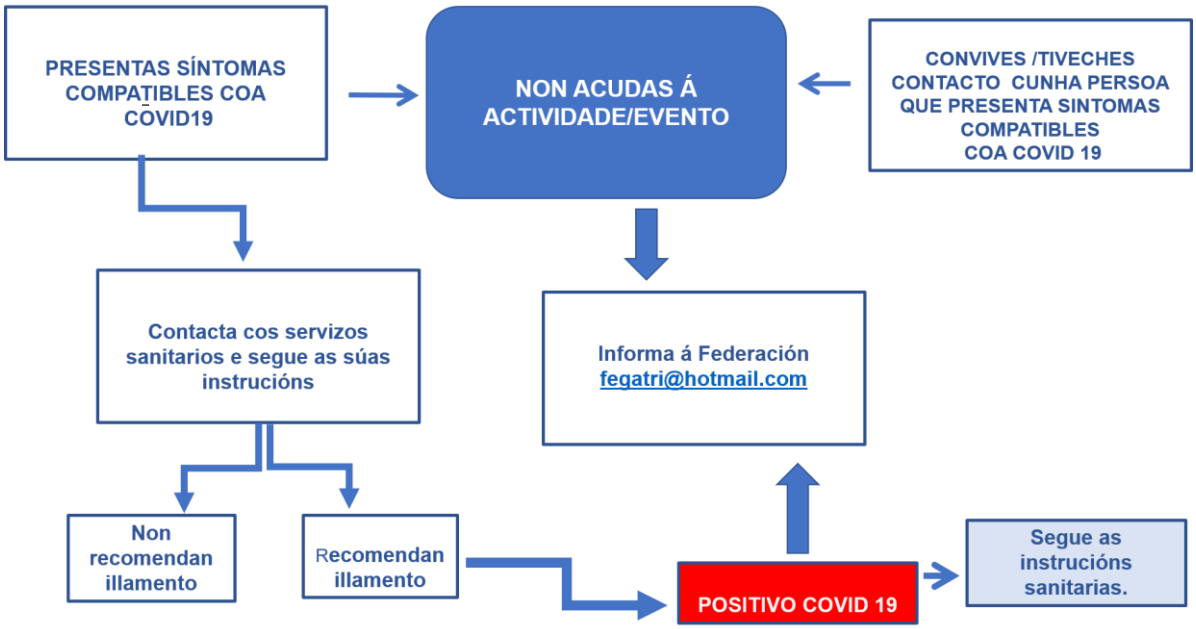
En caso de detección dun sospeitoso por COVID-19 no entorno da práctica deportiva, deberanse seguir as pautas determinadas polas autoridades sanitarias. A persoa afectada retirarase do grupo e conducirase a outro espazo, facilitándolle unha máscara cirúrxica. Este espazo deberá ser elixido previamente, e debería contar con

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ventilación adecuada, e una papeleira de pedal con bolsa, onde tirar a máscara e panos que se poidan desbotar. Contactarase co centro de saúde correspondente á persoa ou co teléfono de referencia (900 400 116), e seguirán as súas instrucións. Si se percibira gravidade chamarase ao 061. Haberá que realizar unha boa ventilación, limpeza e desinfección deste espazo e do resto das estancias onde estivera a persoa, acorde á situación do risco. Será preciso tamén illar o contedor/papeleira onde se depositaran os panos ou outros produtos usados. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito no lugar onde se determine.

En todo caso, seguiranse en todo momento as recomendacións das autoridades sanitarias.

4.5.1-PROTOCOLO DE ACTUACIÓN INDIVIDUAL ANTE A SOSPEITA DE COVID19



4.5.2 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA CLUBS E ORGANIZADORES ANTE A SOSPEITA DE COVID19

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

O deporte como fenómeno social é un sistema complexo, formado por elementos que interaccionan de xeito pluridireccional, de forma que o comportamento de cada un deles recibe influenza dalgún dos outros. **"Conduta" e "información" son as claves do bo e eficiente funcionamento do sistema e tecido deportivo. como o de Galicia**. A adecuación aos necesarios cambios fronte á COVID19, abórdase desde a necesidade de incidir nas condutas de todos os axentes humanos que participan no Deporte directa ou indirectamente, a partir da lóxica organizativa e funcional, recollendo e dando información precisa, de calidade e válida, para poder aumentar o éxito das decisións do tecido deportivo contra a COVID-19. **O obxectivo primordial é unha detección e actuación rápida co fin de limitar ao máximo posible a capacidade de transmisión do coronavirus,** facendo un seguimento continuo e coordinado entre todos os entes federativos, deportivos e sanitarios desde o primeiro desprazamento cara a instalación, espazo de práctica ou centro deportivo, durante o feito deportivo, e despois do mesmo. Se a comunicación e responsabilidade individual de cada deportista é primordial, a colaboración dos clubs e organizadores non o é menos.

Todos os clubs e organizadores da Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno (FEGATRI), comprométense ao cumprimento do protocolo federativo de prevención do contaxio da COVID19.

Os clubs/organizadores comprométense ao seguimento e monitorización dos/as deportistas involucrados nas súas actividades e á comunicación e información á FEGATRI se detectasen que calquera deportista presenta algún síntoma compatible con estar infectado por Covid-19, como febre, tose, dificultade respiratoria etc, **non permitíndolle continuar no evento ou actividade deportiva**.

*** Procedemento no caso desta detección ou sospeita de que un deportista ten síntomas compatibles co Covid19.**
1.- O Club/organizador informará ao deportista do procedemento a seguir de acordo ao punto 4.3 deste protocolo e a continuación contactará de inmediatocoa Federación Galega de Tríatlon para informala da situación.

2.- A Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno, continuará o procedemento e informará á Secretaría Xeral para o Deporte para que poida activar o protocolo establecido.

4.6. OUTRAS MEDIDAS

DESPRAZAMENTOS A ADESTRAMENTOS E COMPETICIÓN

- Non compartir vehículo particular con outras persoas non convivintes, sempre que sexa posible. De non ser así, priorizar formas de desprazamento que favorezan a distancia interpersoal e, en todo caso, utilizar máscara. Ademais é importante un frecuente lavado de mans ou emprego de xel hidroalcohólico antes de entrar e despois de saír do vehículo.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ALIMENTOS, BEBIDAS E SEMELLANTES

- Non se deben compartir alimentos bebidas ou similares.
- Recoméndase marcar os/as envases utilizados para evitar confusións.

USO DE VESTIARIOS* *(Modificación 20/12/2020)*

Na medida do posible evitar o uso do vestiario e especialmente da ducha.

- No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa.

- No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións.

- Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección.

- Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberan levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas.

- Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a mascara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza.

- Evitar falar, berrar, celebracións , etc... mentres esteamos no vestiario

USO DE BAÑOS* *(Modificación 20/12/2020)*

- Uso de máscara en todo momento
- Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m.
- Respetar as quendas de uso para cumprir aforos.
- Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico ao entrar e ao saír.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

- A entidade responsable da actividade deberá garantir que os/as deportistas dispoñan do material de prevención, xa sexa porque o pon a disposición o titular da instalación, a entidade organizadora da actividade ou porque o traen os/as deportistas, staff, etc.

- Evitar, na medida do posible, o uso de materiais compartidos durante a actividade. Se isto non fora posible, garantirse consonte o establecido no punto anterior a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado por parte dos axentes participantes e estableceranse os/as mecanismos de desinfección correspondentes.

- Promoverase o pagamento con tarxeta ou outros medios que non supoñan contacto físico entre dispositivos, así como a limpeza e desinfección dos equipamentos precisos para iso.

MEDIDAS DE INFORMACIÓN

- A entidade organizadora da actividade informará a todos os axentes que participen directa ou indirectamente na actividade sobre os riscos e medidas sanitarias e de hixiene que deben cumprir de forma individual. Deberá existir unha comunicación continua con todos os axentes da realidade deportiva.

- Facilitaralle ao Staff, deportistas e outros axentes alleos á práctica deportiva, información sobre as medidas de hixiene e seguridade mediante cartelería en puntos clave dos espazos de práctica e acceso á mesma, na páxina web ou redes sociais da entidade e/ou mediante a entrega de documentos, preferiblemente por vía telemática.

- Deberase contar cunha sinalización visible sobre as medidas hixiénico - sanitarias e de prevención establecidas no desenvolvemento da actividade.

- Cando as instalacións onde se desenvolva a práctica deportiva dispoñan de ascensor ou montacargas, promoverase a utilización das escaleiras.

MEDIDAS DE FORMACIÓN

- Promoverase a formación, especialmente entre o staff para:

- Adaptar as actividades ás medidas e recomendacións marcadas polas autoridades sanitarias (distanciamento interpersoal, emprego de máscara, etc.). Revisión das actividades a desenvolver, suprimindo aquelas que promoven o contacto físico e primando as que poden levarse a cabo dun xeito máis individual ou con maior distanciamento, intentando non perder a dinámica de grupo, de ser así a especificidade da súa práctica deportiva.

- Formación sobre as medidas hixiénico-sanitarias de carácter persoal recomendables, tales como a necesidade dun correcto e asiduo lavado de mans, o emprego de xel hidroalcohólico, a colocación correcta da máscara, etc. co obxectivo de implementar estas medidas do contexto da práctica

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

deportiva e tamén para trasladarllas aos deportistas e ao seu entorno co obxectivo de que se consoliden estes hábitos hixiénico-sanitarios.

Recoméndase que antes dos primeiros adestramentos/competicións, o staff e persoal involucrado nos mesmos realice un ensaio/simulacro para axustar as medidas propostas neste protocolo á realidade e espazos concretos onde se vai desenvolver a actividade.

5.- PROCEDEMENTO PARA A IDENTIFICACIÓN DE POTENCIAIS SITUACIÓNS DE CONTAXIO E MEDIDAS PARTICULARES DE PREVENCIÓN

Para a identificación das diferentes situacións potenciais de contaxio, partiremos dos mecanismos de transmisión do virus reportados polas autoridades sanitarias, establecéndose para esta ferramenta un sistema de categorías inter- relacionadas entre si, para que o tecido deportivo determine unha a unha as posibles situacións concretas de potencial contaxio que se puideran dar en cada modalidade e especialidade deportiva:

- Atende a tres momentos: antes, durante, e despois da práctica.

- Considera aos axentes cos que pode haber contaxio: Staff propio, Deportistas, outros alleos.

- Identifica a vía de contaxio: Contacto, vía Aérea, compartir alimentos ou bebidas.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

IDENTIFICAR O AXENTE	Persoas relacionadas coas situacións de potencial contaxio. Neste caso clasifícanse en persoas da organización non deportistas, os propios deportistas, e as persoas alleas á entidade
STAFF PROPIO	Son as persoas que forman parte do organigrama da entidade organizadora da actividade ou da entidade/deportista participante nas actividades (persoal e colaboradores de federacións, clubs, equipos, tales como directivos, adestradores, preparadores físicos, xuíces/árbitros, asistentes, delegados, etc..) así como persoal do espazo onde se desenvolve a práctica e que pode ter que ver coas situacións

IDENTIFICAR O AXENTE	Persoas relacionadas coas situacións de potenciais contaxios. Neste caso clasifícanse en persoas da organización non deportistas, os propios deportistas, e as persoas allea sá entidade que identifiquemos (conserxes, oficinistas, persoal de limpeza, etc
DEPORTISTAS	Son os axentes protagonistas do fenómeno deportivo. As persoas que practican, individualmente ou en grupo, calquera tipo de actividade deportiva.
OUTROS ALLEOS	Son as persoas de fóra da organización (público, familiares, visitantes externos, provedores, etc.)

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

5.1.- IDENTIFICACIÓN DOS RISCOS ESPECÍFICOS NA COMPETICIÓN DE TRÍATLON E AS SÚAS ESPECIALIDADES

A FEGATRI recomenda que as entidades organizadoras avalíen os seus eventos en dúas fases.
1.- Coas ferramentas da OMs para eventos deportivos, co obxectivo de determinar o límite global do risco. No caso de que resulte moderado ou superior aplicaríanse as medidas correctoras.

A FEGATRI só recomenda realizar eventos en escenario de riso BAIXO OU MOI BAIXO.

A ferramenta de avaliación está dispoñible na Federación Española de Triatlón na ligazón www.triatlon.org/competicións/recursos e alternativamente pode facerse uso da ferramenta das AAF avalada por outras federacións internacionais coma a ITU https://idom.worldathletics.org/

Identificación de lugares e actividades con risco

-Actividades previas

- o Presentación del evento
- o Roldas de prensa

-Sede do evento
- Acreditación/dorsais
- Expo

-Staff / Voluntarios / Oficiais
- Lugar de reunión para staff, oficiais e voluntarios

- Espectadores
- Medios de comunicación
- Servizos ao deportista

- o Reunións técnicas
- o Secretaría e entrega de dorsais
- o Gardarroupa
- o Adestramento
- o Servicio mecánico
- o Servicio de fisioterapia
- o Baños / Duchas / Vestiarios

-Paratriatlón

-Competición

Saída
Cámaras de chamada
Transición
Natación
Ciclismo
Carreira
Avituallamentos
Areas de Pinalización

-Entregas de Premios

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Como reducir o risco

-Reducir as persoas expostas
-Tomar medidas de prevención adecuadas.
-Establecer medidas de hixiene que eviten ou mitiguen a dispersión do virus.
-Identificar posibles persoas portadoras para tomar as medidas pertinentes.
-Establecer plans de actuación ante posibles accidentes.
-Sinalizar posibles zonas de alto risco onde o tempo de permanencia sexa indispensable

MEDIDAS CORRECTORAS XENÉRICAS A IMPLANTAR (xúntanse táboas coas situacións de contaxio e medidas)

Medidas Xerais

- Uso obrigatorio de máscara en todo momento por parte de todos os axentes (staff, directivos, familia, público) incluíndo os/as deportistas, salvo durante a práctica deportiva no adestramento/competición, único momento no que estes están exentos de levala, pero sempre segundo as condicións establecidas neste protocolo.

- Manter en todo momento a distancia interpersoal de alomenos 1,5 metros.

- Lavar con frecuencia as mans con auga e xabón ou con xel hidroalcohólico, incluso entre tarefas dentro de cada adestramento, nos momentos establecidos polo staff.

- Evitar o contacto físico.

Reunión técnica da proba

No se realizará reunión técnica presencial, publicarase na páxina web e RRSS da proba unha guía en formato dixital e responderanse as preguntas técnicas dos/as deportistas por correo electrónico.

Inscricións

Informase aos deportistas das posibles medidas a tomar sobre toma de temperatura, probas de diagnóstico e posible comunicación de datos persoais ás autoridades competentes si se detectasen infectados.

Infórmase aos deportistas de máis de 60 anos de que existe un maior risco/probabilidade de consecuencias graves no caso de contaxio, recomendando a non participación ou maior toma de medidas preventivas pola súa parte.

Sede do evento

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Debese asegurar que en todos os espazos se pode manter a distancia interpersoal mínima de 1,5 metros.

Nas zonas onde haxa persoal acreditado e as zonas comúns deben establecer puntos de elementos de seguridade (Rolos de papel, papeleiras de pedal, dosificadores de xel hidroalcohólico, pulverizadores con desinfectante). Dispensadores de xabón nos aseos (cambiados frecuentemente) e papeleiras cerradas para a eliminación segura de material hixiénico (p. ex., panos de papel, toalliñas, produtos sanitarios) en aseos.

Como norma xeral, sempre que sexa posible, manter todas as portas abertas.

Retirada de dorsais

Os paquetes de carreira serán preparados en condicións hixiénicas polo persoal de organización, un máximo de dúas persoas que utilizarán máscara e xel hidroalcohólico frecuentemente e serán preparados cunha antelación mínima de 3 días e pechados en caixas para evitar contaxio dos mesmos.

*** Recomendacións por orde de prioridade para a entrega de dorsais minimizando aglomeracións e contacto.**

1.- Envío de dorsal directamente ao deportista/club por paquetería ou correo.

2.- Establecer unha recollida de dorsais repartida en varios días (2-3) antes da celebración da competición para facilitar o escalonamento das entregas

3.- Presencial o día de carreira

- Recomendarase a recollida por un delegado do club.

- Estableceranse tramos horarios por dorsal/apelido para a recollida de dorsais de cara a minimizar as aglomeracións.

*** Procedemento de entrega física.**

- O persoal de organización disporá de máscara e pantalla protectora para a entrega de dorsais, así como xel hidroalcohólico que se colocará na mesa de entrega para uso do persoal e deportistas e deberán utilizalo frecuentemente para lavado de mans.

- A zona de acceso á mesa de entrega de dorsais estará delimitada a través dun corredor pechado onde se fará a sinalización da distancia interpersoal de 1,5 m. no chan e o fluxo de entrada e saída. Só poderán acceder a esta zona de recollida os deportistas ou delegados de club, levando obrigatoriamente a máscara e quedando prohibido o acceso de calquera outra persoa, familiares,… 1 persoa de organización, con máscara controlará que os deportistas manteñen a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento.

Á entrada do corredor colocarase xel hidroalcohólico para desinfección de mans e cartel lembranza de manter a distancia de 1,5 en todo momento.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

- O/a Deportista amosará o seu Documento de identificación que será comprobado sen contacto. Unha vez recollido o paquete de carreira na zona de dorsais terá unha zona ampla valada ao aire libre, con cadeiras/soportes cunha separación de 2 metros, para poder colocar os dorsais da bicicleta e o material para o control na transición. Estas cadeiras serán desinfectadas por persoal do staff entre usos.

Gardarroupa

Dúas opcións

1.- Priorizarase a supresión do servizo de gardarroupa, autorizando aos deportistas a deixar a bolsa coa súa roupa na súa cesta. Esta bolsa será entregada co paquete de carreira aos efectos de que os efectos persoais deixados nela sexan os mínimos.

Non se poderá deixar ningún outro equipamento, salvo o de competición que non estea dentro dista bolsa. Deste xeito o material só será manipulado polo deportista.

2.- Sistema de bolsas controlado por voluntarios que seguirán o proceso de desinfección de asas, pulverizando cun virucida ou desinfectante autorizado as asas das mochilas tanto na recollida coma antes da súa devolución ao/á deportista.

*** Procedemento**

-Mampara protectora ou pantalla para staff

-Uso de máscara para todo o persoal implicado staff, deportistas (axudantes/guías) e voluntarios

-Dispoñibilidade de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo

- Horarios por saída para recollida e devolución

- Entrega de bolsa co paquete de carreira para minimizar a entrega de material, evitar ao máximo a contaminación entre bolsas no espazo de roupeiro que a ser posible será aberto e/ou ventilado.

- Uso de marcas no chan indicando a distancia interpersoal de 1,5 m. e fluxos de entrada e saída

-Entrega/recollida:

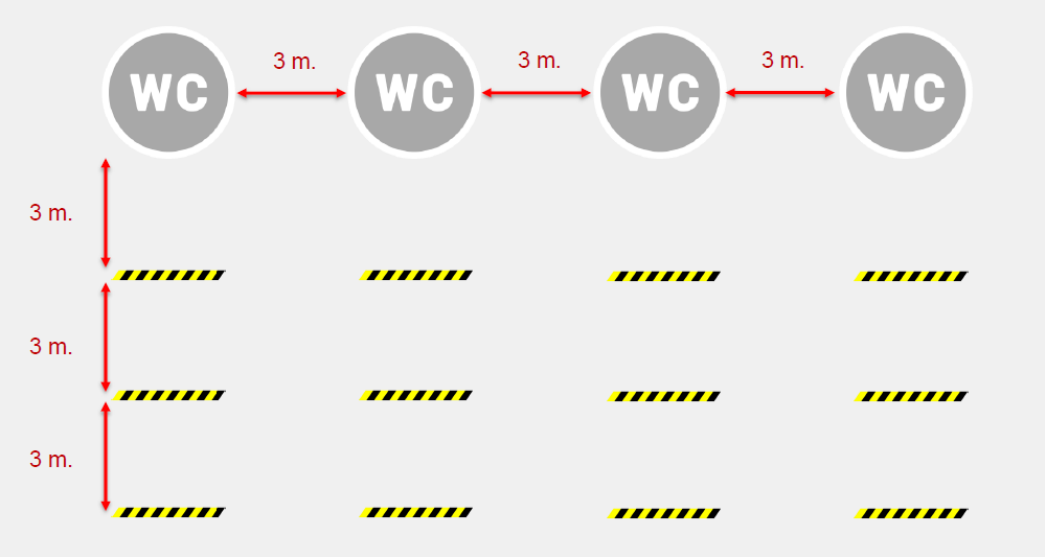
- O deportista coloca a bolsa numerada na mesa.
- O voluntario hixieniza con produto desinfectante as asas e coloca a bolsa no espazo de roupeiro.
- Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

WC

Habilitaranse baños hixiénicos acorde ao número de participantes, preferentemente no exterior e na súa maioría abertos (urinarios tipo seta). No caso dos pechados manteranse as portas abertas sempre que sexa posible para a súa ventilación.

Os corredores de accesos aos mesmos estarán delimitados e con sinalización de fluxos de entrada e saída así como as medidas de distanciamento nas colas. Haberá unha persoa controlando este distanciamento. Colocarase en cada WC un pulverizador desinfectante e xel hidroalcohólico, para desinfección despois de cada uso por persoal de organización ou staff ou sistemas de desinfección pulverización automáticos.



OUTROS SERVIZOS

Servizo Mecánico:

1.- Prioritariamente optarase pola eliminación do servizo.

2.- No caso de ofrecelo, prepararase na zona de transición de xeito autoservicio,o/a deportista é responsable de levar o seu propio material de reparación. A zona será controlada e desinfectada con pulverizadores despois de cada uso por staff/voluntarios

Servizo de Fisioterapia:

Non se facilitará.

Duchas e Vestiarios:

Non se habilitarán

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

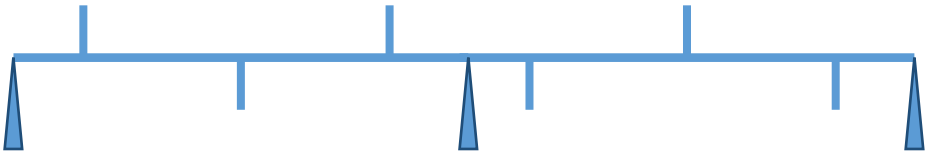
TRANSICIÓN

As barras da transición ao igual que as caixas para cada deportista serán pulverizadas con solución desinfectante, antes e despois da competición. No caso de varias competicións no mesmo día ou días alternos, onde se deban reutilizar barras ou caixas estas serán desinfectadas entre usos polo persoal de organización/staff

Cada deportista recollerá a súa cesta á entrada a transición.

Habilitarase un máximo de 3 bicicletas (2 a un lado e 1 ao outro, alternado cada barra) nunha barra de 3 metros para garantir a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento na zona.

- As bicicletas nunca estarán enfrontadas, altenaranse nun lado e no outro de xeito cruzado, para garantir que os deportistas manteñen en todo momento a distancia de 1,5 m.
- As tandas de saída distribuiranse para facilitar que o movemento nos pasillos opostos sexa en momentos diferentes e minimizar o risco de que en calquera momento os deportistas poidan estar enfronte e infrinxir a distancia de seguridade.
-



Os oficiais manteranse a 1,5 m. das barras e gardarán distancia interpersoal de 1,5 m. Equipados con pantalla e máscara.

Incumprir , en calquera momento, a norma de manter a distancia de seguridade levará consigo unha penalización de advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.

Control de material

Unha vez recollidos os dorsais haberá dous corredores que levarán o fluxo de deportistas á transición, delimitados e separados ao comezo dos cales se tomará a temperatura por oficiais con termómetro láser. Non se permitirá a participación a quen supere os 37,5ºC.

Realizarase unha primeira toma e se a superase activarase o plan de comunicación e alarma de acordo ao especificado nos puntos 4.4 e 6 deste protocolo. O plan de alarma dispón o illamento da persoa e aviso ás autoridades sanitarias para que executen os correspondentes protocolos sanitarios.

Á entrada destes corredores, separados 1,5 metros, colocarase xel hidroalcohólico para desinfeccións de mans. Colocado o material no seu lugar continuarase nun único sentido á saída do box.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Entre a zona de recollida de dorsais e os corredores de acceso á transición habilitarase unha zona aberta con cadeiras/soportes a 2 m para que o deportista poida preparar o seu material. As cadeiras/soportes deben ser desinfectadas entre cada uso por voluntarios/staff.

O control do material será visual sen tocar o material por parte dos oficiais

Os/as oficiais deben levar máscara e pantalla e manterán a distancia de 1,5.

Os/as deportistas deben cumprir coas medidas xerais establecidas, lémbrase a necesidade de levar máscara salvo no momento da práctica deportiva

Seguindo as medidas xerais establecidas, respectarase a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento .

É responsabilidade do deportista retirar o material que sexa necesario.

Cámara de chamadas

Os/as deportistas colocaranse diante da bicicleta Farase chamada 1 a 1 por orde de dorsal para entrar ao corredor delimitado que levará á liña de presaída do Rolling Start. Os oficiais controlarán o fluxo dende a transición á liña de presaída onde se colocarán conos ou marcas de separación que delimiten a distancia de 1,5 m., en caso de pasillos longos cando fose necesario situar ao/á deportista ou grupo de deportistas (número máximo de 8) preparado/s para manter a hora de cada saída de xeito individual ou de grupo, sempre en función do largo e longo do pasillo. De infrinxir a distancia interpersoal aplicaríase a sanción establecida. Advertencia á 1ª infracción e Descualificación á 2ª

Establecerase un tempo entre a saída de cada deportista/s dun mínimo de 5) segundos en tríatlon e 20 “ en dúatlon. Recoméndase en función da participación e horas de permiso ampliar ao máximo o tempo entre deportistas.

Entre cada tanda de 25 participantes establecerase un intervalo de tempo mínimo de 5 minutos.

Preferentemente a saída farase de xeito individual. Segundo as condicións da carreira, si é posible poderase ampliar o número de deportistas ata un máximo de 8 se o corredor de saída, o número de oficiais para o control e o percorrido permiten garantir a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento, tanto no corredor de saída coma no percorrido.

O tempo de cada deportista conta cando pisa o control de saída polo que se evita o estresamento dos mesmos. Ata o momento da chamada os/as deportistas levarán máscara que deixarán na súa caixa en caso de máscaras reusables (para evitar residuos) e/ou nos contedores habilitados antes da saída no caso das desbotables.

Establecerase o número de deportistas e tempos de distribución segundo a inscrición final de xeito que se manteña no corredor, previo á saída, a distancia interpersoal de 1,5 m.. Este control farase por parte de oficiais e staff con máscara e pantallas.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Cada dorsal terá a súa hora de saída establecida e deberá estar diante da súa bicicleta 10 minutos antes da mesma.

Incumprir , en calquera momento, a norma de manter a distancia de seguridade levará consigo unha penalización de advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.

Natación

No sector de natación estará prohibido ir “a pés” (detrás doutro/a nadador/a), mantendo distancia mínima interpersoal de 1,5 m.

Delimitarase un perímetro de seguridade para o público con control de staff para evitar aglomeracións.

Media e Longa Distancia- Ao remate non haberá zona de cambio de deportistas. Os deportistas non poden estar espidos na transición de acordo ao regulamento.

Os oficiais levarán máscara e pantalla.

O patrón levará máscara.

Manterase a distancia interpersoal de 1,5 m.

As barcas de seguridade e o seu persoal non compartirán barca cos oficiais e seguirán os seus propios protocolos médico/sanitarios e seguridade e hixiene no traballo establecidos polo Servizo de Prevención de Riscos Laborais da súa empresa.

Incumprir , en calquera momento, a norma de manter a distancia de seguridade levará consigo unha penalización de advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.

Liña de Montaxe

Haberá un oficial gravando a mesma, mantendo a distancia cos deportistas.

A liña estará claramente marcada e terá unha bandeira vertical visible para identificala e evitar o uso da mesma polo/a oficial.

Ciclismo

O sector de ciclismo será en formato “prohibido drafting/ir a roda”. A distancia de separación entre bicicletas, será a establecida de acordo ao regulamento oficial de competición de 10m-12m lineais por 3 metros laterais para realizar adiantamentos.

A penalización por incumprir , en calquera momento, a norma da distancia de separación neste sector levará consigo unha penalización de advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.

A bicicleta a utilizar, salvo en media e longa distancia ou probas cuxa normativa específica sexa “Contra reloxo- No Draft” e así figure no regulamento da proba, será

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

a de competicións onde ir a roda permitido (Bicicleta con manillar de curva tradicional e sin ningún tipo de acople e rodas de 12 radios mínimo)

Os oficiais de control e os motoristas levarán máscara ao igual que todo o persoal de staff e voluntarios.

Carreira a pé

Está prohibido correr xuntos, é obrigatorio deixar unha separación de 4 metros en todo momento, no caso de que non se poida gardar exactamente a distancia correrase en ángulo de 45º mentres se adianta.

Incumprir , en calquera momento, a norma de manter a distancia de seguridade levará consigo unha penalización de advertencia e corrección á primeira infracción e descualificación á segunda.

Os oficiais de control recibirán bicicletas desinfectadas, levarán o seu propio casco e manterán a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento cos deportistas.

Avituallamentos

Habilitaranse mesas nas que haberá avituallamento sólido e/ou líquido. Dous

voluntarios irán colocando o avituallamento na mesa que será autoservicio, só se encargarán da reposición sen entrar en contacto co/a deportista.

Habilitaranse mesas onde os deportistas poderán coller o avituallamento que estimen oportuno, cunha separación entre elas de 10-15m.. Sendo obrigatorio que depositen os residuos nos contedores situados na zona establecida a carón das mesas.

Area de Penalización

Habilitarase unha zona suficientemente ampla, cunha mesa na que se porá a disposición xel hidroalcohólico para todo o persoal oficiais que limparán as mans frecuentemente e deportistas.

O/a deportista accederá á área de penalización que estará delimitada e con sinalización para establecer a entrada de deportistas e cumprimento da sanción mantendo a distancia interpersoal de 1,5 m. metros. O/a deportista indicará a tarxeta

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

recibida ou revisará o panel no caso de probas elite, cumprirá a súa sanción e indicaráselle que continúe. En ningún momento tocará ningún material.

A zona valarase para separar ao público e sinalizaranse no chan as distancias.

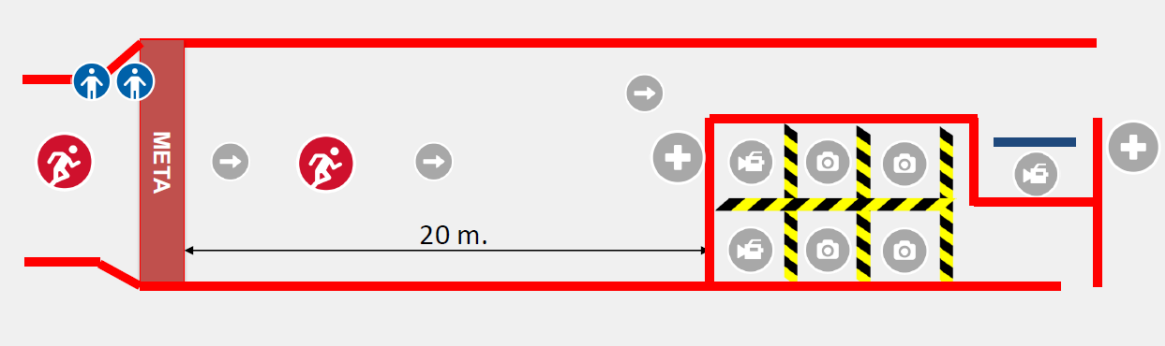
Oficiais con máscara e pantalla.

Zona de meta

No haberá cinta de meta.

Só poderán acceder a esta zona os/as deportistas que finalizan a competición. Establecerase un fluxo de saída á pos meta e recuperación e non haberá posibilidade de retorno de deportistas finalizados.

A prensa terá unha zona habilitada e pechada, totalmente separada dos deportistas.



A partir da pos meta establecerase un fluxo a través dun pasillo pechado onde os deportistas manterán a distancia de 4 metros ata chegar á zona onde se lles entregará avituallamento e máscara hixiénica.

Nesta zona haberá xel hidroalcohólico a disposición do deportista e staff.

O staff/voluntarios estarán con máscara e pantalla.

Longa/Media Distancia- Establecerase unha zona de descanso para recuperar o alento delimitada, totalmente valada e con cadeiras a disposición colocadas a 2 metros para recuperar o alento antes de colocar a máscara. Esta zona estará controlada por voluntarios e desinfectaran as cadeiras despois de cada uso.

Esta zona dará acceso ao servizo médico por se fose precisa esta asistencia. O persoal médico seguirá os protocolos sanitarios establecidos polo seu servizo.

Unha vez recuperado/a, coa máscara colocada o/a deportista continuará polo corredor habilitado, mantendo a distancia interpersoal de 1,5 m. sinalizada e recollerá

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

o seu material, seguindo o fluxo de evacuación de transición o/a deportista retira o seu material e dirixirase a zona aberta ou abandonará a zona de competición.

Protocolo entrega de trofeos

Un voluntario/a prepara os trofeos/ medallas nunha bandexa. Debe levar máscara e usar xel hidroalcohólico frecuentemente e entre cada entrega.

Os trofeos/ medallas Poranse sobre unha bandexa. A autoridade collerá a bandexa e ofreceralla para que cada deportista colla o seu trofeo ou medalla.

Unha soa autoridade por cada podio que se entrega (Ex. Unha autoridade entrega 3 Absolutos, outra entrega ás tres Absolutas) . Deberán levar máscara e desinfectar as mans con xel hidroalcohólico que estará a disposición nesta zona.

As autoridades estarán a un lado do podio e manterán a distancia interpersoal de 1,5 en todo momento. Esta distancia marcarase no chan.

A bandexa desinfectarase entre cada entrega

No podio, os caixóns estarán colocados de xeito que deberá haber 2 metros entre deportistas.

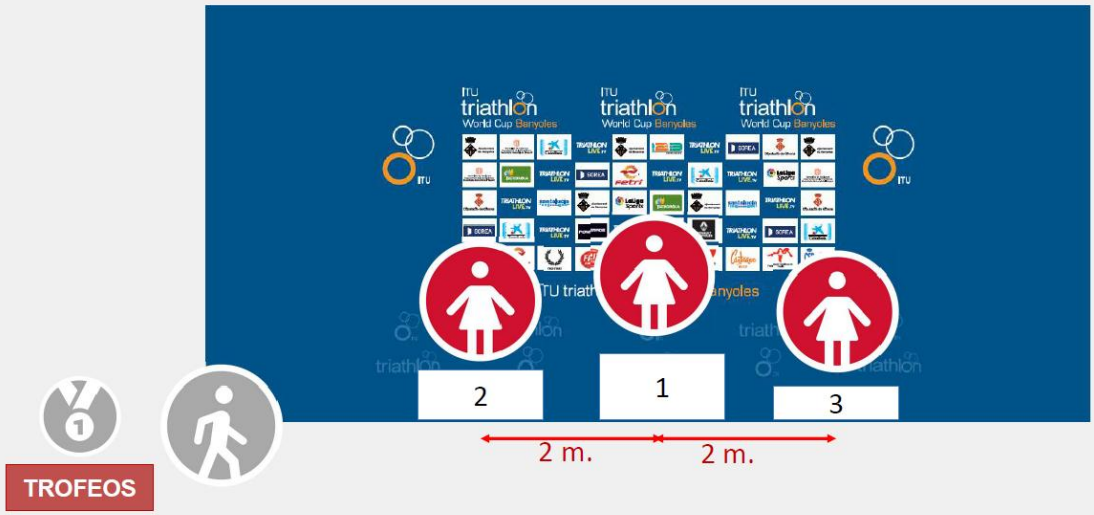
Os deportistas seguirán as medidas xerais do protocolo, levarán máscara e manterán distancia de 1,5m. en todo momento.

En caso de realizar foto oficial marcarase no chan a distancia e colocación das autoridades mantendo a distancia de 1,5 m-

Prepararanse cadeiras a 2 m. para aloxar aos premiados ata o momento de subida ao podio. As cadeiras deben ser desinfectadas antes e despois do seu uso.

A zona estará valada no total do perímetro e separada da zona de espectadores que tamén estará delimitada e onde se deberá controlar que se manteña a distancia interpersoal de 1,5 m..

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org



TROFEOS

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

STAFF- Labores de montaxe e desmontaxe

Crearase un organigrama de traballo e cada trabalador dedicarase a unhas funcións específicas.

O traballo distribuirase de xeito individual ou por parellas, de xeito que sempre traballen xuntas as mesmas persoas e minimizar o risco.

Manterase a distancia interpersoal de 1,5 m., uso obrigatorio de máscara en todo momento e observancia das medidas de seguridade e hixiene específicas do posto de traballo.

A roupa de traballo será desinfectada, cambiarase cada día e levarase en bolsa pechada para o seu lavado e desinfección á temperatura que o garanta.

Cada traballador terá a súa propia ferramenta que non compartirá co resto (ex. Tesoiras, bridas,…)

O desprazamento levarase a cabo de acordo ás normas sanitarias establecidas pola autoridade competente e priorizarase o movemento por parellas de traballo.

O material estará paletizado na medida do posible para evitar compartir e manipular a carga. A carga e descarga de vehículos farase por parellas e áreas e igualmente o movemento de almacén onde unha única persoa ou parella se encargará da entrega e recepción de materiais.

MONTAXE DA NATACIÓN

Realizarase por 2 operarios, equipados con máscara e xel hidroalcohólico, manterán a máxima distancia e en todo caso estarán na embarcación o mínimo tempo posible compartindo espazo. A preparación do material realizarase en terra coa distancia interpersoal de 1,5 m..

MONTAXE CICLISMO

Conos, vallas, sinalización. Realizarase por parellas con máscara operarios e conductor. Cada un utilizará o seu propio material. O mesmo para a recollida.

Limpeza de mans con xel hidroalcohólico e desinfección das partes do vehículo que teñen contacto co material despois de cada xornada. Compartir o vehículo o mínimo tempo.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

MONTAXE CARREIRA

Igual ao ciclismo pero o risco é menor xa que ao facelo normalmente a pé pódese manter a distancia en todo momento.

MONTAXE DA META E POS META, ZONA PREMIACIÓN E DORSAIS

Arco, carpas e estruturas realizarase por parellas. A colocación da publicidade realizarase de xeito individual e sen compartir ferramentas.

Lémbranse a necesidade de cumprir as medidas xerais do protocolo. Manter distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscara en todo momento

Todo o material debe ser fumigado e desinfectado previamente e con tempo de antelación suficiente para a súa manipulación así coma unha vez rematado antes da súa almacenaxe.

DESMONTAXE

Uso de máscaras e materiais de seguridade e hixiene esixidos para o posto de traballo.

Lavado de mans frecuente con xel hidroalcohólico

Todo o material e ferramentas utilizadas deberán ser desinfectado antes da súa almacenaxe, prestando especial atención no caso de material que se use en dous días consecutivos que ainda que non se proceda á súa recollida deberá ser desinfectado igualmente.

Desinfectarase o interior dos vehículos unha vez feita a descarga.

O persoal retirará a unha bolsa pechada a roupa utilizada para as labores de desmontaxe e lavará a temperatura adecuada para a súa desinfección.

INFORMACIÓN AO PERSOAL INVOLUCRADO NO EVENTO

Informarase a través da web e rrss das medidas a seguir por todas as persoas que acudan ao evento.

Sinalizaranse os postos de xel hidroalcohólico para a súa identificación.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Iinformarase a través de sinais/carteis da situación de risco de contaxio e das normas de distanciamento e hixiene para evitalo, lembrando a todo o persoal no evento a necesidade de seguir as medidas básicas de prevención.

5.1.2.-TÁBOAS PROTOCOLOS PREVENCIÓN COVID19

Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno

MODALIDADE TRIATLON

NORMAS XERAIS

- **Toma de temperatura a deportistas, staff e oficiais no evento**
- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m.**
- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición.**
- **Lavar as mans frecuentemente con auga e xabón ou solución hidroalcohólica.**
- **Evitar o contacto físico.**

ADESTRAMENTOS.- TRIATLON

ESPECIALIDADES .- (TRÍATLON, DUATLON, PARATRÍATLON)

Os adestramentos poden desenvolverse de xeito individual ou colectivo, sempre sen contacto físico e garantindo o mantemento da distancia interpersoal de 1,5 metros en todo, salvo o establecido neste protocolo, para guías e axudantes durante a práctica de paratríatlon. En ningún caso poderán coincidir máis de 25 persoas (deportistas + staff) de forma simultánea.

Recoméndase a división en subgrupos de máximo 6-8 persoas para a práctica deportiva.

Nas instalacións deportivas ademais, non se poderá superar os 2/3 de aforo para a práctica deportiva.

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS
Adestramento - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Traslado á zona de adestramento en vehículo compartido (turismo, furgoneta, etc.)	1. Emprego de máscaras. 2. Recoméndase non compartir vehículo 3.Manter o distanciamento entre persoas non convivintes 4. Desinfección de mans

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					5. Desinfección previa do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.
Adestramento - Antes	Deportistas	Contacto	Espazos de uso simultáneo	Uso de duchas, vestiarios	1.- Recoméndase non utilizar vestiarios. cambiarse de roupa na casa e especialmente o uso da ducha 2.- No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa. 2.-No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións. -Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección. -Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberan levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas. -Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a mascara exclusivamente para entrar na ducha e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. -Evitar falar, berrar, celebracións , etc... mentres esteamos no vestiario
Adestramento - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Bolsas e mochilas con equipamento	1. Non compartir bolsas, mochilas ou calquera outro material de adestramento 2. Desinfectar asas de mochilas e almacenalas se é posible en vehículo particular. 3.- En caso de deixalas nun espazo ao aire libre manter a separación das mochilas. 4.- Non compartir material 5.- Desinfección de material antes e despois do uso
Adestramento - Antes	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Traslado á zona de adestramento en vehículo compartido (turismo, furgoneta, etc.)	1. Emprego de máscaras 2. Desinfección de mans 3. Cumprir as normas actuais sobre desprazamento en vehículos para persoas que non conviven 4. Desinfección previa do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Antes / Desprazamento	Deportista	contacto	Material deportivo de uso simultáneo	Bolsas e mochilas coa equipamento Próteses e adaptacións Cadeiras de rodas	– Uso de máscaras e limpeza de mans con xel hidroalcohólico. – Manter distancia de 1,5 m. – Non compartir bolsas, mochilas ou calquera outro material de adestramento – Desinfección de próteses e adaptacións e cadeiras de rodas – Colocación en espazos abertos sen que se mesturen os materiais persoais de deportistas ou deixar no vehículo particular
Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Charla técnica e exercicios de quecemento	1. Aumentar a distancia interpersoal de 1,5 m. e retirar máscaras, no caso só de deportistas seguindo as medidas xerais establecidas, no último momento antes da práctica deportiva, gardándoas de xeito seguro. 2. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado en todo momento coa máscara.
Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Cumprir en todo momento a normativa xeral establecida para adestramentos en instalacións deportivas, e a que se aplique a maiores en cada instalación en particular 2.Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado en todo momento coa máscara.
Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso	Adestramentos en instalacións	1. Non compartir material entre deportistas

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

			Alterno	deportivas	
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Charla técnica e exercicios de quecemento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e retirar máscaras, no caso de deportistas, no último momento antes da práctica deportiva, gardándoas de xeito seguro. 2. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado, en todo momento coa máscara.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Natación	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 2.- No caso de piscina, respectar as normas da instalación e en todo caso máximo de 6 deportistas por calle, mantendo distancia de seguridade de 1,5 m. incluídas as paradas entre series nos bordes da piscina ou corcheira. 3.- Recoméndase adestrar só co grupo de deportistas do club e non mesturarse con outro persoal alleo.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Saída da auga e exercicios de estiramento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e poñer máscaras en canto se finalice a actividade deportiva
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 2.-Uso de máscaras en todo momento cando non se estea realizando práctica deportiva efectiva. 3.-Cumprir en todo momento a normativa xeral establecida para adestramentos en instalacións deportivas, e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					a que se aplique a maiores en cada instalación en particular
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Ciclismo	1. Limítase a 20 o número máximo de deportistas por grupo 2.- Estableceranse subgrupos máis reducidos de máximo 8 deportistas circulando, que garantan manter a distancia mínima de 1,5 m en todo momento, adecuados ao espazo dispoñible para o adestramento. 3.Recoméndase incrementar a distancia mínima sempre que sexa posible e o espazo o permita. 3.- Gardar a máscara en lugar hixiénico para o seu uso obrigatorio en canto se pare a práctica deportiva.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Carreira a pé	1. Limítase a 20 o número máximo de deportistas adestrando por grupo 2.- Recoméndase establecer subgrupos máis reducidos de máximo 8 deportistas, que garantan manter a distancia mínima de 1,5 m en todo momento, adecuados ao espazo dispoñible para o adestramento. 3. Recoméndase aumentar a distancia a 4 m. e correr en ángulo de 45º respecto dos outros deportistas cando non se poida manter a mesma. 3.- Gardar a máscara en lugar hixiénico para o seu uso obrigatorio antes e despois da práctica

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					deportiva.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Colocación de neopreno e entrada na augas abertas	1. Máximo 8 deportistas por grupo. 2.Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento e retirar máscaras no último momento antes de entrar á auga. 3. Non compartir vestimentas, toallas, chanclas, pulsómetros, etc
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Non compartir material entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Ciclismo	1. Non compartir nin bidóns nin líquidos entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Comida e Víveres	Ciclismo	1. Non compartir nin comida nin víveres entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Realización da actividade	1. Quendas de utilización das máquinas e outro material, con limpeza e desinfección entre quendas. Máximo 6 deportistas por subgrupo 2. - Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. - Na instalación debera haber información clara de pautas de aseo e normas de comportamento mediante cartelería, para minimizar o risco de contaxio
Adestramento - Despois	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Regreso a domicilio en vehículo compartido	1. . Emprego de máscaras. 2. Recoméndase non compartir vehículo. 3.Manter o distanciamento entre persoas non convivintes 4. Desinfección de mans 5. Desinfección do

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc
Adestramento - Despois	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Chegada e reunión no punto de finalización do adestramento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscara o antes posible
Adestramento - Despois	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Regreso a domicilio en vehículo compartido	1. Emprego de máscaras 2. Cumprir as normas actuais sobre desprazamento en vehículos para persoas que non conviven 3. Desinfección de mans 4. Desinfección posterior do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Realización da actividade	1. - quendas de utilización das máquinas e outro material, con limpeza e desinfección entre quendas 2. - Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. - Na instalación debera haber información clara de pautas de aseo e normas de comportamento mediante cartelería, para minimizar o risco de contaxio
Adestramento - Despois	Deportistas	Contacto	Espazos de uso simultáneo	Uso de duchas, vestiarios	1.- Recoméndase non utilizar vestiarios. cambiarse de roupa na casa e especialmente o uso da ducha 2.- No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					2.-No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións. -Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección. -Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberan levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas. -Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a mascara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. -Evitar falar, berrar, celebracións , etc... mentres esteamos no vestiario

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

COMPETICIÓN- ESPECIALIDADE TRÍATLON

Normas xerais

- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma durante a competición e a infracción desta norma será penalizada con advertencia á 1ª e descualificación á 2ª (anexo regulamento para probas no contexto COVID 19).**

- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición.**

- **Estableceranse tandas de máximo 25 deportistas con 5 minutos entre elas. Estableceranse saídas horarias dentro de cada tanda para deportista/grupo (máx. 8 deportistas) en modo rolling start . O tempo e número será establecido polo DT acorde á inscrición, mínimo de diferenza de 5 segundos.**

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concello, Deputacións, Administración Autonómica, etc...) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado de máscaras e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas,sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais nos días anteriores á proba ou o día da proba, no caso de non utilizar a opción prioritaria de envialos ao deportista	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos deportistas á entrada O uso de máscara será obrigatorio en todo momento, coa excepción establecida neste protocolo para deportistas durante a práctica deportiva. Recoméndase entregar unha máscara no sobre de dorsal. 5. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. mínimo 6. No caso de competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un deportista/técnico/delegado por equipo ou club. Esta opción recoméndase igualmente para outro tipo de competicións.
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Resolución de incidencias	1. Soamente un delegado/técnico por club 2. Uso obrigatorio de máscaras 3 Manter a distancia interpersoal de 1,5m. en

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					todo momento
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara e pantalla para oficiais e máscara para o resto de persoal involucrado. 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e deportista, sen contacto do oficial co material do deportista 4. No caso de usarse, o deportista recolle a súa cesta individual, previamente desinfectada, á entrada da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e deportistas ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións de coordinación e formación	1. Sempre en espazos amplos, a ser posible abertos, mantendo distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscara 2.- No caso de espazos pechados estes serán ventilados antes e despois e a ser posible contar con ventilación durante a celebración. 3. Desinfección de materiais de uso (sillas, mesas,….) antes e despois do seu uso.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS,etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, cumprindo as normas xerais establecidas ao principio do protocolo, distancia interpersoal de 1,5 m. e máscara
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC hixiénicos, aumentar número acorde ao número de participantes 2.- WC para deportistas separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada e desinfección dos WCs polo staff, organización. 3.- Baños abertos sempre que sexa posible para ventilar en todo momento cando non estean en uso 4.- Uso de máscara en todo momento 5.- Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m. 6.-Respectar as quendas de uso para cumprir aforos 7.- Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico 2. Non se habilitarán duchas nin vestiarios
Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Priorizase eliminar o roupeiro e deixar as bolsas na transición. Entregase unha bolsa a

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					cada deportista co paquete de carreira para meter dentro as pertenzas. Esta deixarase no espazo do deportista na transición 2.- Mampara protectora ou pantalla para staff 3-Uso de máscara para todo o persoal implicado staff, deportistas (axudantes/guías) e voluntarios 4.-Dispoñibilidade de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo para lavado de mans 5.- Establecer Horarios por saída para recollida e devolución 6.-Entrega de bolsa co paquete de carreira para minimizar a entrega de material, evitar ao máximo a contaminación entre bolsas no espazo de roupeiro. 7.-Uso de marcas para manter distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA - O deportista coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas, ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o deportista recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar.
Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Embarcacións de seguridade e oficiais	1. Máscaras para todos os tripulantes, incluídos *kayak* individuais 2. Desinfección previa e pos utilización de elementos de seguridade (chalecos, cascos, etc)
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais día da proba ou días anteriores á proba	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos deportistas á entrada 5. Entrégase unha máscara por deportista dentro do sobre do dorsal. O seu uso será obrigatorio no control de material, preparación da transición e retirada de material 6. No caso de competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un deportista/técnico/delega

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					do por equipo ou club
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS, etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, mantendo a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscaras en todo momento
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara para deportistas e oficiais 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e deportista, sen contacto do oficial co material do deportista 4. No caso de usarse, o deportista recolle a súa cesta individual, previamente desinfectada, á entrada

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e deportistas ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Servizo de mecánica	1 Eliminase o persoal do servizo de reparación 2 Habilitase área onde o deportista coa axuda do asistente persoal ou guía pode ter as súas ferramentas e reparar autónomamente 3 Desinfección da área con pulverizadores desinfectantes que haberá na zona unha vez utilizada 4- Desinfección previa e post do material utilizado 5.- Xel hidroalcohólico a disposición
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Entrega de chips no caso de ser proporcionados pola organización	1. Entregaranse preferentemente no sobre do dorsal, en paquete individual e previamente desinfectados 2. No caso de entregas separadas de chip haberá unha mesa atendida por persoal do staff. Todo o persoal involucrado cumprirá coas medidas xerais de uso de máscara e distancia de 1,5 m. O persoal de staff disporá de pantalla ou mampara Na mesa haberá xel hidoralcólico para utilizar antes de despois da entrega. A entrega seguirá o mesmo procedemento

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					que as entregas de dorsais.
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC, aumentar número, e WC para deportistas separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada dos WCs por persoal de organizacdión ou staff 1.2 Uso demáscara en todo momento 1.3 Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m- 1.4 Respectqar as quendas de uso praa cumprir os aforos 1.5 Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico ao entrar e saír. 2.-Non se habilitarán duchas nin vestiarios
Competición - Antes	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Entregas en diferentes horarios por rangos de dorsal ou horarios de saída 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Mampara protectora ou pantalla para staff e máscara para todos os involucrados, deportistas, voluntarios…; Desinfección de mans con solución hidroalcohólica 47.-Uso de marcas no chan para manter a distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					- O deportista coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas, ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o deportista recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar.
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Feira do corredor	1. Priorizase a súa eliminación 2.-De haber, realizase de acordo á normas xerais de calquera comercio
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concellos, Deputacións, Administración autonómica etc) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado de máscaras e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas,sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presenza e localización de público no entorno da proba	1. Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas e cartelería informativa na sede que lembre a obriga de manter distancia interpersoal e o uso de máscara en todo momento así coma control por voluntarios/staff 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes puntos para visualización do público, e evite aglomeracións. 3 Manterase sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. entre persoas do público non convivintes. Estableceranse medidas de control por staff/voluntarios e información de lembranza a través de carteis 4. Elimínanse gradas portátiles 5.- Limítase o aforo dos graderíos permanentes ao 50%. Neste caso o público permanecerá obrigatoriamente sentado. Estableceranse as medidas de control do punto 3. 6.- As zonas de deportistas estarán totalmente delimitadas e separadas dos espectadores evitando a interacción entre ambos. 7. Elimínanse as zonas VIP

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Deportista	Contacto	Persoa a persoa	Inscrición ao evento de persoas maiores de 60	Informar aos deportistas das posibles consecuencias máis severas en caso de contaxio
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Pilotos e oficiais en moto no sector de ciclismo	1. Utilizar casco modular (integral con posibilidade de apertura) 2. Máscara e luvas (as de condución son válidas) para ambos, piloto e oficial
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Zonas de espera e remuda nas competicións por equipos	1. Espazos o máis amplos posibles 2. Oficiais con máscara 3. Nas remudas, non hai contacto entre deportistas; o corredor que chega rebasa unha liña e o que sae comeza noutra zona paralela garantindo en todo momento a distancia mínima de 1,5 m.
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todos os que se atopen na zona de chegada, e entrega de máscara aos deportistas tras a chegada 2. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 3. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para deportistas; prohibido os deportistas quedarse alí. Fluxo inmediato 4. Espazo acoutado e con distancia para medios gráficos e de comunicación 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento propio de emerxencia

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fóra da zona de meta; se é posible, separado xa en zona aberta
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os deportistas recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de deportistas 4. Aumentar o número de contedores para que os deportistas tiren residuos directamente
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de Penalización	1. Uso de máscaras por parte dos oficiais 2. Aumentar todo o posible o espazo da área para que tanto deportistas coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Zonas de espera e remuda nas competicións por equipos	1. Espazos o máis amplos posibles 2. Oficiais con máscara 3. Nas remudas, non hai contacto entre deportistas; o corredor que chega rebasa unha liña e o que sae comeza

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					noutra zona paralela
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os deportistas recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de deportistas e identificar o produto en cada unha para facilitar a parada e evitar aglomeración no punto. 4. Aumentar o número de mesas e lonxitude dos avituallamentos. 5.-Aumentar o número de contedores para que os deportistas tiren residuos directamente
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de penalización	1. Desinfectar material dos oficiais antes e despois da proba (sinalización, pizarras, dorsais, cronómetros, etc.) 2. Uso de máscaras por parte dos oficiais 3. Aumentar todo o posible o espazo da área para que tanto deportistas coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Presaídas e Cámara de chamadas	1. Reducir ao mínimo necesario o tempo de pre-saída e os protocolos de presentación, evitando estes últimos caso de non ser necesarios

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Saídas probas Xeral	1. Deportistas separados en diferentes tandas e divididos en saídas 2-Máximo de 25 deportistas por tanda. 5 minutos entre cada tanda 3. Máximo 8 deportistas á vez por saída no mesmo punto horario, 5 segundos mínimos de tempo entre saídas individual/grupo, si se pode garantir a distancia interpersoal de 1,5 m. no caso de sacar máis dun deportista á vez. 3. Cámara de chamadas en transición, diante da bicicleta, ordenados por dorsal ou tempos cando haxa rankings e mantendo distancia interpersoal de 1,5 m. 4.- Recoméndase a cada deportista (terán hora de saída) estar 10 minutos antes diante da súa bicicleta. 3.- Os oficiais controlarán que se manteña a distancia de 1,5 m. e aplicarán as correspondentes sancións establecidas ao principio deste protocolo 1ª infracción Adv e 2ª DSQ
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Natación	1.- Obrigatorio manter distancia interpersoal de 1,5 m. mínimo en todo momento 2. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma. A infracción desta medida será penalizada de acordo ao procedemento establecido neste protocolo 1ª Advertencia

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					2ª Descualificación.
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Ciclismo Xeral	1. Percorridos adaptados que minimicen número de voltas e garantan o respecto á norma regulamentaria de drafting (separación entre bicicletas 10-12mx3m segundo distancia).
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Transición	1. Separación de deportistas: máximo de 3 bicicletas por cada tramo de barra de 3m, alternancia de 2 a un lado e 1 a outro garantindo a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento sen bicicletas enfrontadas e distribuíndo as tandas para que se movan en distintos momentos en pasillos opostos. A distribución das tandas e colocación de bicicletas facilita que na diagonal se respecte a distancia pero se o espazo o permite recoméndase usar só un lado da barra, con 2 bicis por tramo 2. 5 metros entre pasillos de barras 3. Non reutilizar cestas sen desinfectar; cada deportista recolle a súa na entrada da transición 4. Restrinxir o uso de moqueta en zonas de uso descalzo ao mínimo, e desinfectala sempre que se use descalzo antes e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					despois 5. Recorrer dentro do posible a zonas lisas que faciliten a limpeza e desinfección 6. Non reutilizar zonas de transición entre deportistas. No caso de reutilizar estas deberán desinfectarse entre tandas de uso. 7. Na saída da auga, material usado de natación (neopreno, gorro, gafas) sempre depositado dentro da cesta de cada deportista 8. Elimínanse as zonas de cambio de uso común, e as carpas de uso de bolsas de cambio en MD e LD. Cada corredor usa exclusivamente as súas cestas
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Carreira a pé	1. Deseñaranse os percorridos para minimizar o número de voltas, e facéndoos o máis amplos posible 2. Evitarase o cruce entre corredores, facendo percorridos dun solo sentido; é dicir, sen usar percorridos de ida e volta separados por conos salvo que o ancho dos mesmos permita garantir a separación de 4 m. que deben manter os deportistas Os oficiais controlarán que a distancia se respecte e aplicarán as correspondentes sancións de advertencia e descualificación cando sexa necesario.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso secuencial	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todo o persoal involucrado e distancia interpersoal de 1,5 m 2.- Entrega de máscara aos deportistas tras a chegada na entrada á posmeta 3. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 4. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para deportistas; prohibido a deportistas quedarse alí. Staff procurará un flluxo inmediato e continuo 4. Espazo acoutado e con distancia para medios gráficos e de comunicación. Máscara e distancia interpersoal de 1,5 m. 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento propio de emerxencia 6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fora da zona de meta; separado xa en zona aberta. Se fose necesario, en caso d emoita distancia, avituallamento de emerxencia en pasillo de fluxo para ir logo ao avituallento xeral.
Competición - Durante	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Público durante a competición	1. Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes puntos para visualización

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					do público, e evite aglomeracións3 Manterase sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. entre persoas do público non convivintes. Estableceranse medidas de control por staff/voluntarios e información de lembranza a través de carteis 4.- Elimínanse gradas portátiles 5.- Limítase o aforo dos graderíos permanentes ao 50%. Neste caso o público permanecerá obrigatoriamente sentado. Estableceranse as medidas de control do punto 3.
Competición - Despois	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Situado fóra da zona inmediata pos-meta; e a ser posible en espazos amplos ou abertos 2. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos (comida/bebida) claramente identificados 3. Máscara para voluntarios/staff e deportistas que a recibirán ao pasar a entrada a meta. Evitar contacto con deportistas
Competición - Despois	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Evitar aglomeracións/grupos por parte dos deportistas; non quedarse parados facendo corriños" 2.- Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					3.- Staff/voluntarios controlarán o fluxo de saída de deportistas para evitar aglomeracións 4. Situado fóra da zona inmediata pos-meta e a ser posible en espazos amplos ou abertos 5. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos 4. Máscara e pantalla para voluntarios/staff, evitando contacto con deportistas" 5.- Desinfección de mans e uso de xel hidroalcohólico frecuente
Competición - Despois	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de premios	1. Uso de máscaras en todo momento 2. Protocolo de entrega de premios sen contacto: cada deportista recolle o seu premio, trofeo, medalla, etc., dunha mesa ou bandexa. 3. Procedemento -O voluntario prepara a bandexa cos trofeos de xeito hixiénico e seguindo os protocolos de desinfección - O voluntario entrega a bandexa á autorizade. -Só unha autoridade por entrega (Ex. Unha autoridade entrega aos absoluta masculina. e outra a absoluta feminina) , que amosará os premios para que recolla cada deportista - O/voluntario desinfecta a bandexa e coloca os trofeos da seguinte entrega e repítese o

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					proceso. 4. Todos os premios previamente desinfectados 5. Podio amplo, recomendable 1.5m por caixón, separación mínima de 1,5 m entre deportistas 6. Non haberá entregas conxuntas de homes/mulleres ou clubs (neste último caso, só un representante por club), nin flores, champaña ou similares 7. Procurarase separar no tempo as entregas o máis 8.- As autoridades terán un espazo marcado coa distancia interpersoal. 9.- En caso de foto oficial o staff informará da colocación e manterase en todo momento a distancia de 1,5 m. 10.- Zona de público acoutada e con control de aforo, evitando calquera tipo de aglomeración. Carteles información uso máscara e mantemento de distancia e staff controlando a aplicación.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

COMPETICIÓN- ESPECIALIDADE: DÚATLON

Normas xerais

- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma durante a competición e a infracción desta norma será penalizada con advertencia á 1ª e descualificación á 2ª (anexo regulamento para probas no contexto COVID 19).**

- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición.**

- **Estableceranse tandas de máximo 25 deportistas con 5 minutos entre elas. Estableceranse saídas horarias dentro de cada tanda para deportista/grupo (máx. 8 deportistas) en modo rolling start . O tempo e número será establecido polo DT acorde á inscrición, mínimo de diferenza de 20 segundos.**

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS
Competición-Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concellos, Deputacións, Administración Autonómica, etc) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado de máscaras e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas,sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais nos días anteriores á proba ou o día da proba, no caso de non utilizar a opción prioritaria de envialos ao deportista	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos deportistas á entrada O uso de máscara será obrigatorio en todo momento, coa excepción establecida neste protocolo para deportistas durante a práctica deportiva. Recoméndase entregar unha máscara no sobre de dorsal. 5. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. mínimo 6. No caso de competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un deportista/técnico/delegado por equipo ou club. Esta opción recoméndase igualmente para outro tipo de competicións.
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Resolución de incidencias	1. Soamente un delegado/técnico por club 2. Uso obrigatorio de mácaras

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					3 Manter a distancia interpersoal de 1,5m. en todo momento
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara e pantalla para oficiais e máscara para o resto de persoal involucrado. 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e deportista, sen contacto do oficial co material do deportista 4. No caso de usarse, o deportista recolle a súa cesta individual, previamente desinfectada, á entrada da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e deportistas ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións de coordinación e formación	1. Sempre en espazos amplos, a ser posible abertos, mantendo distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscara 2.- No caso de espazos pechados estes serán ventilados antes e despois e a ser posible contar con ventilación durante a celebración. 3. Desinfección de materiais de uso (sillas, mesas,….) antes e despois do seu uso.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS,etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, cumprindo as normas xerais establecidas ao principio do protocolo, distancia interpersoal de 1,5 m. e máscara
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC hixiénicos, aumentar número acorde ao número de participantes 1.2.- WC para deportistas separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada e desinfección dos wcs polo staff, organización. 1.3.- Manter as portas dos baños abertas para ventilar sempre que non se estean usando 1.4- Uso de máscara en todo momento 1.5.- Manter a distancia de seguridade- 1.6Respectar as quendas de uso para cumprir aforos 1.7 Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico ao entrar e saír 1.6.- Non se habilitarán duchas nin vestiarios

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Priorizase eliminar o roupeiro e deixar as bolsas na transición. Entregase unha bolsa a cada deportista co paquete de carreira para meter dentro as pertenzas. Esta deixarase no espazo do deportista na transición 2.- Mampara protectora ou pantalla para staff 3-Uso de máscara para todo o persoal implicado staff, deportistas (axudantes/guías) e voluntarios 4.-Dispoñibilidade de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo para lavado de mans 5.- Establecer Horarios por saída para recollida e devolución 6.-Entrega de bolsa co paquete de carreira para minimizar a entrega de material, evitar ao máximo a contaminación entre bolsas no espazo de roupeiro. 7.-Uso de marcas para manter distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA - O deportista coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas, ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o deportista recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar
Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Embarcacións de seguridade e oficiais	1. Máscaras para todos os tripulantes, incluídos *kayak* individuais 2. Desinfección previa e pos utilización de elementos de seguridade (chalecos, cascos, etc)
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara para deportistas e oficiais 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e deportista, sen contacto do oficial co material do deportista 4. No caso de usarse, o deportista recolle a súa cesta individual, previamente desinfectada, á entrada da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					deportistas ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais día da proba ou días anteriores á proba	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos deportistas á entrada 5. Entrégase unha máscara por deportista dentro do sobre do dorsal. O seu uso será obrigatorio no control de material, preparación da transición e retirada de material 6. No caso de competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un deportista/técnico/dele

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					gado por equipo ou club
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS, etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, mantendo a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscaras en todo momento
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Servizo de mecánica	1 Eliminase o persoal do servizo de reparación 2 Habilitase área onde o deportista coa axuda do asistente persoal ou guía pode ter as súas ferramentas e reparar autónomamente 3 Desinfección da área con pulverizadores desinfectantes que haberá na zona unha vez utilizada 4- Desinfección previa e post do material

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					utilizado 5.- Xel hidroalcohólico a disposición
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Servizo de fisioterapia	1 Eliminase o servizo
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Entrega de chips no caso de ser proporcionados pola organización	1. Entregaranse preferentemente no sobre do dorsal, en paquete individual e previamente desinfectados 2. No caso de entregas separadas de chip haberá unha mesa atendida por persoal do staff. Todo o persoal involucrado cumprirá coas medidas xerais de uso de máscara e distancia de 1,5 m. O persoal de staff disporá de pantalla ou mampara Na mesa haberá xel hidoralcólico para utilizar antes de despois da entrega. A entrega seguirá o mesmo procedemento que as entregas de dorsais.
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC, aumentar número, e WC para deportistas separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada dos WCS por persoal de organizacdión ou staff. - Uso da máscara en todo momento - Manter a distancia

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					interpersoal de seguridade de 1,5m. Respectar as quendas de uso para cumprir aforos - Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico ao entrar e saír 2. Non se habilitarán duchas nin vestiarios
Competición - Antes	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Entregas en diferentes horarios por rangos de dorsal ou horarios de saída 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Mampara protectora ou pantalla para staff e máscara para todos os involucrados, deportistas, voluntarios,… Desinfección de mans con solución hidroalcohólica 47.-Uso de marcas no chan para manter a distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA - O deportista coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas,

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o deportista recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar.
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Feira do corredor	1. Priorizase a súa eliminación 2.-De haber, realizase de acordo á normas xerais de calquera comercio
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concellos, Deputacións, Administración Autonómica, etc) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado de máscaras e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas, sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presenza e localización de público no entorno da proba	1. Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes puntos para visualización do público, e evite aglomeracións

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					3. Elimínanse gradas portátiles e limítase aforo dos permanentes ao 50% e en todo caso que garanta a distancia interpersoal de 1,5 m. 4 Eliminase a zona VIP
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Pilotos e oficiais en moto no sector de ciclismo	1. Utilizar casco modular (integral con posibilidade de apertura) 2. Máscara e luvas (as de condución son válidas) para ambos, piloto e oficial
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Zonas de espera e remuda nas competicións por equipos	1. Espazos o máis amplos posibles 2. Oficiais con máscara 3. Nas remudas, non hai contacto entre deportistas; o corredor que chega rebasa unha liña e o que sae comeza noutra zona paralela garantindo en todo momento a distancia mínima de 1,5 m.
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todos os que se atopen na zona de chegada, e entrega de máscara aos deportistas tras a chegada 2. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 3. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para deportistas; prohibido os deportistas quedarse alí. Fluxo inmediato 4. Espazo acoutado e con distancia para medios gráficos e de comunicación 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					propio de emerxencia 6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fóra da zona de meta; se é posible, separado xa en zona aberta
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os deportistas recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de deportistas 4. Aumentar o número de contedores para que os deportistas tiren residuos directamente
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Carreira a pé	1. Deseñaranse os percorridos para minimizar o número de voltas, e facéndoos o máis amplos posible 2. Evitarase o cruce entre corredores, facendo percorridos dun solo sentido; é dicir, sen usar percorridos de ida e volta separados por conos salvo que o ancho dos mesmos permita garantir a

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					separación de 4 m. que deben manter os deportistas Os oficiais controlarán que a distancia se respecte e aplicarán as correspondentes sancións de advertencia e descualificación cando sexa necesario.
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de Penalización	1. Uso de máscaras por parte dos oficiais 2. Aumentar todo o posible o espazo da área para que tanto deportistas coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Zonas de espera e remuda nas competicións por equipos	1. Espazos o máis amplos posibles 2. Oficiais con máscara 3. Nas remudas, non hai contacto entre deportistas; o corredor que chega rebasa unha liña e o que sae comeza noutra zona paralela
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os deportistas recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de deportistas e identificar o produto en cada unha para facilitar a parada e evitar aglomeración no punto. 4. Aumentar o número de mesas e lonxitude dos avituallamentos. 5.-Aumentar o número de contedores para que os deportistas tiren

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					residuos directamente
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de penalización	1. Desinfectar material dos oficiais antes e despois da proba (sinalización, pizarras, dorsais, cronómetros, etc.) 2. Uso de máscaras por parte dos oficiais 3. Aumentar todo o posible o espazo da área para que tanto deportistas coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Presaídas e Cámara de chamadas	1. Reducir ao mínimo necesario o tempo de pre-saída e os protocolos de presentación, evitando estes últimos caso de non ser necesarios
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Saídas probas Xeral	1. Deportistas separados en diferentes tandas, cun máximo de 25 deportistas por tanda que se separaran como mínimo 5 minutos entre tandas. 2. Máximo 8 deportistas á vez por saída, no mesmo punto horario, cada saída individual ou do grupo (max 8)separada un mínimo de 20" si se pode garantir a distancia interpersoal de 1,5 m. no caso de sacar máis dun deportista á vez. 3. Cámara de chamadas en transición, diante da bicicleta, ordenados por dorsal ou tempos cando haxa rankings e mantendo distancia interpersoal de 1,5 m. 4.- Recoméndase a cada deportista (terán hora

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					de saída) estar 10 minutos antes diante da súa bicicleta. 3.- Os oficiais controlarán que se manteña a distancia de 1,5 m. e aplicarán as correspondentes sancións establecidas ao principio deste protocolo 1ª infracción Adv e 2ª DSQ
Competición - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Ciclismo	1. Percorridos adaptados que minimicen número de voltas e garantan o respecto á norma regulamentaria de drafting (separación entre bicicletas 10-12mx3m segundo distancia).
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Transición	1. Separación de deportistas: máximo de por cada tramo de barra de 3m, alternancia de 2 a un lado e 1 a outro garantindo a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento sen bicicletas enfrontadas e distribuíndo as tandas para que se movan en distintos momentos en pasillos opostos. A distribución das tandas e colocación de bicicletas facilita que na diagonal se respecte a distancia pero se o espazo o permite recoméndase usar só un lado da barra, con 2 bicis por tramo 2. 5 metros entre pasillos de barras 3. Non reutilizar cestas sen desinfectar; cada

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					deportista recolle a súa na entrada da transición 4. Restrinxir o uso de moqueta en zonas de uso descalzo ao mínimo, e desinfectala sempre que se use descalzo antes e despois 5. Recorrer dentro do posible a zonas lisas que faciliten a limpeza e desinfección 6. Non reutilizar zonas de transición entre deportistas. No caso de reutilizar estas deberán desinfectarse entre tandas de uso. 7. O material usado na carreira sempre depositado dentro da cesta de cada deportista ainda que se vaia utilizar no 3º sector 8. Elimínanse as zonas de cambio de uso común, e as carpas de uso de bolsas de cambio en MD e LD. Cada corredor usa exclusivamente as súas cestas
Competición - Durante	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso secuencial	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todo o persoal involucrado e distancia interpersoal de 1,5 m 2.- Entrega de máscara aos deportistas tras a chegada na entrada á posmeta 3. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 4. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para deportistas; prohibido a deportistas quedarse alí. Staff procurará un flluxo inmediato e continuo 4. Espazo acoutado e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					con distancia para medios gráficos e de comunicación. Máscara e distancia interpersoal de 1,5 m. 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento propio de emerxencia 6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fora da zona de meta; separado xa en zona aberta. Se fose necesario, en caso d emoita distancia, avituallamento de emerxencia en pasillo de fluxo para ir logo ao avituallento xeral.
Competición - Durante	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Público durante a competición	1. Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes puntos para visualización do público, e evite aglomeracións 3. Elimínanse gradas portátiles e limítase aforo dos permanentes ao 50% e en todo caso que garanta a distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Despois	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Situado fóra da zona inmediata pos-meta; e a ser posible en espazos amplos ou abertos 2. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos (comida/bebida) claramente

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					identificados 3. Máscara para voluntarios/staff e deportistas que a recibirán ao pasar a entrada a meta. Evitar contacto con deportistas
Competición - Despois	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Evitar aglomeracións/grupos por parte dos deportistas; non quedarse parados facendo corriños 2.- Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso obrigado de máscara para todos os implicados 3.- Staff/voluntarios controlarán o fluxo de saída de deportistas para evitar aglomeracións 4.Situado fóra da zona inmediata pos-meta e a ser posible en espazos amplos ou abertos 5. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos 4. Máscara e pantalla para voluntarios/staff, evitando contacto con deportistas 5.- Desinfección de mans e uso de xel hidroalcohólico frecuente
Competición - Despois	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de premios	1. Uso de máscaras en todo momento 2. Protocolo de entrega de premios sen contacto: cada deportista recolle o seu premio, trofeo, medalla,

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					etc., dunha mesa ou bandexa. 3. Procedemento -O voluntario prepara a bandexa cos trofeos de xeito hixiénico e seguindo os protocolos de desinfección - O voluntario entrega a bandexa á autorizade. -Só unha autoridade por entrega (Ex. Unha autoridade entrega aos absoluta masculina. e outra a absoluta feminina) , que amosará os premios para que recolla cada deportista - O/voluntario desinfecta a bandexa e coloca os trofeos da seguinte entrega e repítese o proceso. 4. Todos os premios previamente desinfectados 5. Podio amplo, recomendable 1.5m por caixón, separación mínima de 1,5 m entre deportistas 6. Non haberá entregas conxuntas de homes/mulleres ou clubs (neste último caso, só un representante por club), nin flores, champaña ou similares 7. Procurarase separar no tempo as entregas o máis 8.- As autoridades terán un espazo marcado coa distancia interpersoal. 9.- En caso de foto oficial o staff informará da colocación e manterase en todo

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					momento a distancia de 1,5 m. 10.- Zona de público acoutada e con control de aforo, evitando calquera tipo de aglomeración. Carteles información uso máscara e mantemento de distancia e staff controlando a aplicación

COMPETICIÓN- ESPECIALIDADE PARATRÍATLON

Normas xerais

- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m., salvo entre o deportista e guía/axudante, no caso dos (PTVI, PTWC e quen precise axuda na saída da auga), no momento da práctica deportiva, dada a imposibilidade de manter a distancia entre eles. A Federación establecerá as medidas complementarias de prevención para estes paratriatletas, que serán concretadas co/a deportista e guía/axudante. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma durante a competición, coa excepción estipulada previamente, e a infracción desta norma será penalizada con advertencia á 1ª e descualificación á 2ª (anexo regulamento para probas no contexto COVID 19).**

- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e guías de PTVI, unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición**[A1][A2]**.**

- **Estableceranse tandas de máximo 25 deportistas con 5 minutos entre elas. Estableceranse saídas horarias dentro de cada tanda para deportista/grupo (máx. 8 deportistas da mesma clase) en modo rolling start . O tempo e número será establecido polo DT acorde á inscrición, mínimo de diferenza de 5 segundos.**

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concellos, Deputacións[A3][A4], Administración Autonómica etc) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado máscara e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas,sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais nos días anteriores á proba ou o día da proba, no caso de non utilizar a opción prioritaria de envialos ao Deportista (Axudantes/guía s)	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos Deportista (Axudantes/guía s) á entrada O uso de máscara será obrigatorio en todo momento, coa excepción establecida neste protocolo para Deportistas (Axudantes/guía s) durante a práctica deportiva. Recoméndase entregar unha máscara no sobre de dorsal. 5. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. mínimo 6. No caso de

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un Deportista (Axudantes/guía s)/técnico/delegado por equipo ou club. Esta opción recoméndase igualmente para outro tipo de competicións.
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Resolución de incidencias	1. Soamente un delegado/técnico por club 2. Uso obrigatorio de máscara 3 Manter a distancia interpersoal de 1,5m. en todo momento
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara e pantalla para oficiais e máscara para o resto de persoal involucrado. 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e Deportista (Axudantes/guía s), sen contacto do oficial co material do Deportista (Axudantes/guía s) 4. No caso de usarse, o Deportista (Axudantes/guía s) recolle a súa cesta individual,

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					previamente desinfectada, á entrada da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e Deportista (Axudantes/guía s)s ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións de coordinación e formación	1. Sempre en espazos amplos, a ser posible abertos, mantendo distancia interpersoal de 1,5 m. e uso demáscara 2.- No caso de espazos pechados estes serán ventilados antes e despois e a ser posible contar con ventilación durante a celebración. 3. Desinfección de materiais de uso (sillas, mesas,….) antes e despois do seu uso.
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS,etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, cumprindo as normas xerais establecidas ao principio do protocolo, distancia interpersoal de 1,5 m. e máscara
Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC hixiénicos, aumentar número acorde ao número de participantes 2.- WC para Deportista

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					(Axudantes/guía s)s separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada e desinfección dos wcs polo staff, organización. 3.- Baños abertos sempre que sexa posible para ventilar en todo momento cando non estean en uso - Uso de máscara en todo momento - Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5m. -Respectar as quendas de uso para cumprir aforos -Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcólico ao entrar e saír 2. Non se habilitarán duchas nin vestiarios
Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Priorizase eliminar o roupeiro e deixar as bolsas na transición. Entregase unha bolsa a cada Deportista (Axudantes/guía s) co paquete de carreira para meter dentro as pertenzas. Esta deixarase no espazo do Deportista (Axudantes/guía s) na transición 2.- Mampara protectora ou pantalla para staff 3-Uso de máscara para todo o persoal implicado staff, Deportista (Axudantes/guía s)s (axudantes/guías) e voluntarios 4.-Dispoñibilidade de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					para lavado de mans 5.- Establecer Horarios por saída para recollida e devolución 6.-Entrega de bolsa co paquete de carreira para minimizar a entrega de material, evitar ao máximo a contaminación entre bolsas no espazo de roupeiro. 7.-Uso de marcas para manter distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA - O Deportista (Axudantes/guía s) coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas, ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o Deportista (Axudantes/guía s) recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Embarcacións de seguridade e oficiais	1. Máscaras para todos os tripulantes, incluídos *kayak* individuais 2. Desinfección previa e pos utilización de elementos de seguridade (chalecos, cascos, etc)
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Entrega de dorsais día da proba ou días anteriores á proba	1. Entregas/recollidas en diferentes horarios por rangos de dorsal, horarios das diferentes saídas (se houbera), etc, ou ampliando o horario de recollida 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Pantalla protectora para quen entrega, ademais de máscara e desinfección de mans 4. Máscara obrigatoria para a recollida, e desinfección de mans con solución hidroalcohólica a disposición dos Deportista (Axudantes/guía s)s á entrada 5. Entrégase unha máscara por Deportista (Axudantes/guía s) dentro do sobre do dorsal. O seu uso será obrigatorio no control de material, preparación da transición e retirada de material 6. No caso de competicións por equipos (contra reloxo, remudas, etc.), recollerá soamente un Deportista (Axudantes/guía s)/técnico/delegado por equipo ou club

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Reunións técnicas	1. Suspéndense as reunións técnicas presenciais de días previos e envíanse por mail, RRS, etc. 2. De haber informe do DT previo á saída, sempre en espazos amplos e abertos, mantendo a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscaras en todo momento
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Control de Material	1. Control de material obrigatorio con máscara para Deportista (Axudantes/guía s)s e oficiais 2. Minimizar o uso de papel por parte dos oficiais 3. Manter en todo momento distancia interpersoal de 1,5 m. entre oficial e Deportista (Axudantes/guía s), sen contacto do oficial co material do Deportista (Axudantes/guía s) 4. No caso de usarse, o Deportista (Axudantes/guía s) recolle a súa cesta individual, previamente desinfectada, á entrada da transición 5. Fila de entrada a control sinalizada coas distancias de seguridade, e Deportista (Axudantes/guía s)s ordenados por dorsal en franxas de tempo
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Servizo de mecánica	1 Eliminase o persoal do servizo de reparación 2 Habilitase área onde o Deportista coa axuda do asistente persoal ou guía pode ter as súas ferramentas e reparar autónomamente 3 Desinfección da área

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					con pulverizadores desinfectantes que haberá na zona unha vez utilizada 4- Desinfección previa e post do material utilizado 5.- Xel hidroalcohólico a disposición
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Entrega de chips no caso de ser proporcionados pola organización	1. Entregaranse preferentemente no sobre do dorsal, en paquete individual e previamente desinfectados 2. No caso de entregas separadas de chip haberá unha mesa atendida por persoal do staff. Todo o persoal involucrado cumprirá coas medidas xerais de uso de máscara e distancia de 1,5 m. O persoal de staff disporá de pantalla ou mampara Na mesa haberá xel hidoralcólico para utilizar antes de despois da entrega. A entrega seguirá o mesmo procedemento que as entregas de dorsais.
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Contacto	Superficie de uso Secuencial	WC, vestiarios e duchas	1. De estar contemplados os WC, aumentar número, e WC para Deportista (Axudantes/guía s)s separados de baños para resto de persoal. Limpeza continuada dos WCS por persoal de organizacdión ou staff - Uso de máscara en todo momento -Manter a distancia de seguridade interpersoal

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					de 1,5m. -Respectar as quendas de uso para cumprir aforos -Lavado de mans ou uso de xel hidroalcólico ao entrar e saír 2. Non se habilitarán duchas nin vestiarios
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)s	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de bolsas no gardarroupa	1. Entregas en diferentes horarios por rangos de dorsal ou horarios de saída 2. Sinalización das distancias de seguridade nas colas, e diferentes vías de entrada e saída 3. Mampara protectora ou pantalla para staff e máscara para todos os involucrados, Deportista (Axudantes/guía s)s, voluntarios,… Desinfección de mans con solución hidroalcohólica 47.-Uso de marcas no chan para manter a distancia interpersoal de 1,5 m. PROCEMEDENTO RECOLLIDA/ENTREGA - O Deportista (Axudantes/guía s) coloca a bolsa numerada na mesa. -O voluntario/STAFF hixieniza as asas pulverizándoas con solución desinfectante e coloca a bolsa no espazo de roupeiro mantendo a separación entre as mesmas, ordenadas por dorsal. -Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					entre recollidas. - Para a devolución farase o procedemento á inversa. O voluntario coloca a bolsa na mesa e o Deportista (Axudantes/guía s) recóllea. - Desinfección de mesa e calquera outro material a utilizar.
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Feira do corredor	1. Priorizase a súa eliminación 2.-De haber, realizase de acordo á normas xerais de calquera comercio
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presentación do evento (nos Concellos, Deputacións[A5][A6][A7], Administración Autonómica, etc) ante os medios	1. Eliminación da presentación, enviando comunicado e/ou nota de prensa 2. En caso de celebrarse, reducir aforo garantindo a separación mínima interpersoal de 1,5 m., uso obrigado de máscaras e limpeza e desinfección de materiais de uso común (mesas,sillas, equipos de son, micro,…) antes e despois do seu uso
Competición - Antes	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Presenza e localización de público no entorno da proba	1 Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas e cartelería informativa na sede que lembre a obriga de manter distancia interpersoal e o uso de máscara en todo momento así coma control por voluntarios/staff 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					puntos para visualización do público, e evite aglomeracións 3. Elimínanse gradas portátiles e limítase aforo dos permanentes Ao 50% en todo caso garantindo sempre a distancia interpersoal mínima de 1,5 m. 4.- As zonas de Deportista (Axudantes/guía s)s estarán totalmente delimitadas e separadas dos espectadores evitando a interacción entre ambos. 5. Elimínanse as zonas VIP
Competición - Antes	Deportista (Axudantes/ guía s)	Contacto	Persoa a persoa	Inscrición ao evento de persoas maiores de 60	Informar aos Deportista (Axudantes/guía s)s das posibles consecuencias máis severas en caso de contaxio
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Pilotos e oficiais en moto no sector de ciclismo	1. Utilizar casco modular (integral con posibilidade de apertura) 2. Máscara e luvas (as de condución son válidas) para ambos, piloto e oficial

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todos os que se atopen na zona de chegada, e entrega de máscara aos Deportista (Axudantes/guía s)s tras a chegada 2. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 3. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para Deportista (Axudantes/guía s)s; prohibido os Deportista (Axudantes/guía s)s quedarse alí. Fluxo inmediato 4. Espazo acoutado e con distancia para medios gráficos e de comunicación 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento propio de emerxencia 6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fóra da zona de meta; se é posible, separado xa en zona aberta
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os Deportista (Axudantes/guía s)s recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de Deportista (Axudantes/guía s)s 4. Aumentar o número de contedores para que os Deportista (Axudantes/guía s) tiren

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					residuos directamente
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de Penalización	1. Uso de máscaras por parte dos oficiais 2. Aumentar todo o posible o espazo da área para que tanto Deportista (Axudantes/guía s) coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Avituallamentos en carreira a pé e ciclismo	1. Uso de máscara e luvas para os voluntarios 2. Non se entrega en man; os Deportista (Axudantes/guía s)s recollen dunha mesa 3. Alongar ao máximo as zonas de avituallamento para evitar posibles aglomeracións de Deportista (Axudantes/guía s)s e identificar o produto en cada unha para facilitar a parada e evitar aglomeración no punto. 4. Aumentar o número de mesas e lonxitude dos avituallamentos. 5.-Aumentar o número de contedores para que os Deportista (Axudantes/guías)tiren residuos directamente
Competición - Durante	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Áreas de penalización	1. Desinfectar material dos oficiais antes e despois da proba (sinalización, pizarras, dorsais, cronómetros, etc.) 2. Uso de máscaras por parte dos oficiais 3. Aumentar todo o

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					posible o espazo da área para que tanto Deportista (Axudantes/guías)coma oficiais manteñan distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa Superficie de uso simultáneo	Pre saídas e Cámara de chamadas	1. Reducir ao mínimo necesario o tempo de pre-saída e os protocolos de presentación, evitando estes últimos caso de non ser necesarios. 2.- deportistas e guías terán a máscara en todo momento salvo o momento de competición. 3.- Manterase a distancia de 1,5 m. entre deportistas Triatlón- Saída dende a auga sen agarre a pontón. De ser necesario o seu uso deberase desinfectar entre saídas.
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa Material deportivo de uso secuencial Superficie de uso secuencial	Saídas	1. Deportistas separados en diferentes saídas por clases e cun máximo de 25 Deportistas por tanda[A8][A9] (neste caso os/as guía s da clase PTVI sumarían coma un deportista) A saída será sempre dende a auga de 1 en 1, cunha diferenza mínima de 5" entre deportistas. 3. Cámara de chamadas en pre- transición, diante do espazo do deportista ordenados por dorsal e clase 4.- Deportistas deberán estar 10 minutos antes na zona de pretransición 3.- Os oficiais controlarán que se manteña a distancia de 1,5[A10] m. e

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					aplicarán as correspondentes sancións establecidas ao principio deste protocolo 1ª infracción Adv e 2ª DSQ
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa Material deportivo de uso secuencial Superficie de uso simultáneo	pretransición	1 Uso de máscara para todo o persoal, staff, axudantes de auga, axudantes e deportistas. 2 manter distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento[A11][A12] salvo o establecido excepcionalmente neste protocolo para o caso de Deportistas PTVI co seu/súa guía e Deportista PTWC co/a Axudante persoal, considerando nestes dous casos a parella como unidade. 3 Xel hidroalcohólico a disposición para lavado de mans na zona Cubo de lixo pechado para desbotar as máscaras dos deportista antes de entrar á auga Desinfección de moqueta onde sexa imprescindible o uso descalzo antes e despois
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Natación	1.- Obrigatorio manter distancia interpersoal de 1,5 m. mínimo en todo momento[A13][A14], coa excepción establecida neste protocolo para deportista de clase PTVI e guía persoal. 2. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma. A infracción desta medida será penalizada de acordo ao procedemento establecido neste protocolo 1ª Advertencia 2ª Descualificación.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Ciclismo	1. Percorridos adaptados ao regulamento e respectando a norma de competición sen drafting establecida para paratríatlon. 2. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma aplicando a sanción establecida 1ª Advertencia 2ª descualificación
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Transición	1. Separación de Deportistas de acordo ao regulamento para estas categorías e en todo caso: máximo de bicis por cada tramo de barra de 3m, de 2 a un único lado garantindo a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 3. Non reutilizar cestas sen desinfectar; cada Deportista (Axudantes/guía s) recolle a súa na entrada da transición 4. Restrinxir o uso de moqueta en zonas de uso descalzo ao mínimo, e desinfectala sempre que se use descalzo antes e despois 5. Recorrer dentro do posible a zonas lisas que faciliten a limpeza e desinfección 6. Non reutilizar zonas de transición entre Deportista (Axudantes/guía s)s. No caso de reutilizar estas deberán desinfectarse entre tandas de uso. 7. Na saída da auga, material usado de natación (neopreno, gorro, gafas) sempre depositado dentro da cesta de cada Deportista (Axudantes/guía s)

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					8-Próteses colocadas nas sillas e desinfectadas unha vez utilizadas.
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Carreira a pé	1. Deseñaranse os percorridos para minimizar o número de voltas, e facéndoos o máis amplos posible 2. Evitarase o cruce entre corredores, facendo percorridos dun solo sentido; é dicir, sen usar percorridos de ida e volta separados por conos salvo que o ancho dos mesmos permita garantir a separación de 4 m. que deben manter os Deportista (Axudantes/guía s) Os oficiais controlarán que a distancia se respecte e aplicarán as correspondentes sancións de advertencia e descualificación cando sexa necesario.
Competición - Durante	Deportista (Axudantes /guía s)s	Aéreo	Espazos de uso secuencial	Chegada a meta	1. Uso de máscara para todo o persoal involucrado e distancia interpersoal de 1,5 m 2.- Entrega de máscara aos Deportista (Axudantes/guías)tras a chegada na entrada á posmeta 3. Xel desinfectante accesible para limpeza periódica de mans 4. Corredor directo de saída da zona de pos-meta para Deportista (Axudantes/guía s); prohibido a Deportista (Axudantes/guías)quedar se alí. Staff procurará un flluxo inmediato e continuo

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					4. Espazo acoutado e con distancia para medios gráficos e de comunicación. Máscara e distancia interpersoal de 1,5 m. 5. Área médica lixeiramente afastada, e con avituallamento propio de emerxencia 6. Desinfección do arco de meta, publicidade e demais material entre cada carreira 7. Non haberá cinta de meta 8. Avituallamentos fora da zona de meta; separado xa en zona aberta. Se fose necesario, en caso de moita distancia, avituallamento de emerxencia en pasillo de fluxo para ir logo ao avituallamento xeral.
Competición - Durante	Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Público durante a competición	1. Control de público/espectadores a través de área pechada coa estimación de persoas 2. Deseño das competicións que favorezan diferentes puntos para visualización do público, e evite aglomeracións 3. Elimínanse gradas portátiles e limítase aforo dos permanentes ao 50% e en todo caso que garanta a distancia interpersoal de 1,5 m.
Competición - Despois	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Situado fóra da zona inmediata pos-meta; e a ser posible en espazos amplos ou abertos 2. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos (comida/bebida) claramente identificados

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					3. Máscara para voluntarios/staff e Deportista (Axudantes/guías)que a recibirán ao pasar a entrada a meta. Evitar contacto con Deportista (Axudantes/guía s)s
Competición - Despois	Deportista (Axudantes /guía s)s	Contacto	Persoa a persoa	Avituallamento pos-meta	1. Evitar aglomeracións/grupos por parte dos Deportista (Axudantes/guía s)s; non quedarse parados facendo corriños 2.- Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. 3.- Staff/voluntarios controlarán o fluxo de saída de Deportista (Axudantes/guías)para evitar aglomeracións 4. Situado fóra da zona inmediata pos-meta e a ser posible en espazos amplos ou abertos 5. Mesas corridas a ambos lados, o máis separadas posibles, e separación de produtos 4. Máscara e pantalla para voluntarios/staff, evitando contacto con Deportista (Axudantes/guía s)s 5.- Desinfección de mans e uso de xel hidroalcohólico frecuente
Competición - Despois	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de premios	1. Uso de máscaras en todo momento 2. Protocolo de entrega de premios sen contacto: cada Deportista (Axudantes/guía s) recolle o seu premio, trofeo, medalla, etc., dunha mesa ou bandexa.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					3. Procedemento -O voluntario prepara a bandexa cos trofeos de xeito hixiénico e seguindo os protocolos de desinfección - O voluntario entrega a bandexa á autorizade. -Só unha autoridade por entrega (Ex. Unha autoridade entrega aos absoluta masculina. e outra a absoluta feminina) , que amosará os premios para que recolla cada Deportista (Axudantes/guía s) - O/voluntario desinfecta a bandexa e coloca os trofeos da seguinte entrega e repítese o proceso. 4. Todos os premios previamente desinfectados 5. Podio amplo, recomendable 1.5m por caixón, separación mínima de 1,5 m entre Deportista (Axudantes/guía s)s 6. Non haberá entregas conxuntas de homes/mulleres ou clubs (neste último caso, só un representante por club), nin flores, champaña ou similares 7. Procurarase separar no tempo as entregas o máis 8.- As autoridades terán un espazo marcado coa distancia interpersoal. 9.- En caso de foto oficial o staff informará da colocación e manterase en todo momento a distancia de 1,5 m. 10.- Zona de público

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					acoutada e con control de aforo, evitando calquera tipo de aglomeración. Carteles información uso máscara e mantemento de distancia e staff controlando a aplicación

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

IDENTIFICACIÓN DOS RISCOS ESPECÍFICOS NA COMPETICIÓN DE PENTATLON MODERNO E AS SÚAS ESPECIALIDADES

Identificación de lugares e actividades con risco

-Actividades previas

- o Presentación do evento
- o Roldas de prensa

-Sede do evento
- Acreditación/dorsais
- Expo

-Staff / Voluntarios / Oficiais
- Lugar de reunión para staff, oficiais e voluntarios

- Espectadores
- Medios de comunicación
- Servizos ao deportista

- Reunións técnicas
- Secretaría e entrega de dorsais

-Gardarroupa
- Adestramento

-Servicio mecánico
- Servicio de fisioterapia
- Baños / Duchas / Vestiarios

-Competición

Natación
Tiro/carreira
Esgrima
Hípica

-Entregas de Premios

Como reducir o risco

-Reducir as persoas expostas
-Tomar medidas de prevención adecuadas.
-Establecer medidas de hixiene que eviten ou mitiguen a dispersión do virus.
-Identificar posibles persoas portadoras para tomar as medidas pertinentes.
-Establecer plans de actuación ante posibles accidentes.
-Sinalizar posibles zonas de alto risco onde o tempo de permanencia sexa indispensable

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

MEDIDAS CORRECTORAS XENÉRICAS A IMPLANTAR (xúntanse táboas coas situacións de contaxio e medidas)

Medidas Xerais

- Uso obrigatorio de máscara en todo momento por parte de todos os axentes (staff, directivos, familia, público) incluíndo os/as deportistas, salvo durante a práctica deportiva no adestramento/competición, único momento no que estes están exentos de levala, pero sempre segundo as condicións establecidas neste protocolo.

- Manter en todo momento a distancia interpersoal de 1,5 m. de ao menos 1,5 metros.

- Lavar con frecuencia as mans con auga e xabón ou con xel hidroalcohólico, incluso entre tarefas dentro de cada adestramento, nos momentos establecidos polo staff.

- Evitar o contacto físico.

Reunión técnica da proba

No se realizará reunión técnica presencial, publicarase na páxina web e RRSS da proba unha guía en formato dixital e responderanse as preguntas técnicas dos/as deportistas por correo electrónico.

Inscricións

Informase aos deportistas das posibles medidas a tomar sobre toma de temperatura, probas de diagnóstico e posible comunicación de datos persoais ás autoridades competentes si se detectasen infectados.

Infórmase aos deportistas de máis de 60 anos de que existe un maior risco/probabilidade de consecuencias graves no caso de contaxio, recomendando a non participación ou maior toma de medidas preventivas pola súa parte.

Sede do evento

Debese asegurar que en todos os espazos se pode manter a distancia interpersoal mínima de 1,5 metros.

Nas zonas onde haxa persoal acreditado e as zonas comúns deben establecer puntos de elementos de seguridade (Rolos de papel, papeleiras de pedal, dosificadores de xel hidroalcohólico, pulverizadores con desinfectante). Dispensadores de xabón nos aseos (cambiados frecuentemente) e papeleiras cerradas para a eliminación segura de material hixiénico (p. ex., panos de papel, toalliñas, produtos sanitarios) en aseos.

Como norma xeral, sempre que sexa posible, manter todas as portas abertas.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Retirada de dorsais

Os paquetes de carreira serán preparados en condicións hixiénicas polo persoal de organización, un máximo de dúas persoas que utilizarán máscara e xel hidroalcohólico frecuentemente e serán preparados cunha antelación mínima de 3 días e pechados en caixas para evitar contaxio dos mesmos

*** Recomendacións por orde de prioridade para a entrega de dorsais minimizando aglomeracións e contacto.**

1.- Envío de dorsal directamente ao deportista/club por paquetería ou correo.

2.- Establecer unha recollida de dorsais repartida en varios días (2-3) antes da celebración da competición para facilitar o escalonamento das entregas

3.- Presencial o día de carreira

- Recomendarase a recollida por un delegado do club.

- Estableceranse tramos horarios por dorsal/apelido para a recollida de dorsais de cara a minimizar as aglomeracións.

*** Procedemento de entrega física.**

- O persoal de organización disporá de máscara e pantalla protectora para a entrega de dorsais, así como xel hidroalcohólico que se colocará na mesa de entrega para uso do persoal e deportistas e deberán utilizalo frecuentemente para lavado de mans.

- A zona de acceso á mesa de entrega de dorsais estará delimitada a través dun corredor pechado onde se fará a sinalización da distancia interpersoal de 1,5 m. no chan e o fluxo de entrada e saída. Só poderán acceder a esta zona de recollida os deportistas ou delegados de club, levando obrigatoriamente a máscara e quedando prohibido o acceso de calquera outra persoa, familiares,… 1 persoa de organización, con máscara controlará que os deportistas manteñen a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento.

Á entrada do corredor colocarase xel hidroalcohólico para desinfección de mans e cartel lembranza de manter a distancia de 1,5 en todo momento.

- O/a Deportista amosará o seu Documento de identificación que será comprobado sen contacto. Unha vez recollido o paquete de carreira na zona de dorsais terá unha zona ampla valada ao aire libre, con cadeiras/soportes cunha separación de 2 metros, para poder colocar os dorsais da bicicleta e o material para o control na transición. Estas cadeiras serán desinfectadas por persoal do staff entre usos.

Gardarroupa

Dúas opcións

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

1.- Priorizarase a supresión do servizo de gardarroupa, autorizando aos deportistas a deixar a bolsa coa súa roupa na súa cesta. Esta bolsa será entregada co paquete de carreira aos efectos de que os efectos persoais deixados nela sexan os mínimos.

Non se poderá deixar ningún outro equipamento, salvo o de competición que non estea dentro dista bolsa. Deste xeito o material só será manipulado polo deportista.

2.- Sistema de bolsas controlado por voluntarios que seguirán o proceso de desinfección de asas, pulverizando cun virucida ou desinfectante autorizado as asas das mochilas tanto na recollida coma antes da súa devolución ao/á deportista.

*** Procedemento**

-Mampara protectora ou pantalla para staff

-Uso de máscara para todo o persoal implicado staff, deportistas (axudantes/guías) e voluntarios

-Dispoñibilidade de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo

- Horarios por saída para recollida e devolución

- Entrega de bolsa co paquete de carreira para minimizar a entrega de material, evitar ao máximo a contaminación entre bolsas no espazo de roupeiro que a ser posible será aberto e/ou ventilado.

- Uso de marcas no chan indicando a distancia interpersoal de 1,5 m. e fluxos de entrada e saída

-Entrega/recollida:

- O deportista coloca a bolsa numerada na mesa.
- O voluntario hixieniza con produto desinfectante as asas e coloca a bolsa no espazo de roupeiro.
- Uso de xel hidroalcohólico para lavado de mans continuo entre recollidas

XERAÑ

-Tomarase a temperatura corporal aos asistentes ao acceso á instalación con termómetro infrarroxo
- Xel hidroalcohólico a disposición nas entradas e zonas de competición
- Uso obrigatorio de máscara, salvo o momento da competición
- Todo o material que a organización entregue aos deportistas deberá estar embolsado hermeticamente a ser posible (dorsais, avituallamento,…)

Natación

- Delimitar rutas de acceso e saídas ao vaso separadas

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

-Límite de aforo dentro do vaso realizando diferentes horarios para o quecemento.
- Manter a distancia interpersoal de 1,5 m.
-Non compartir material de uso persoal toallas, bañadores, gafas ou calquera outro material

ESGRIMA

-Delimitar e sinalizar rutas de acceso e saídas ao pavillón
- Acceso á área de competición só para xuíces e deportista
-Obrigatorio manter distancia interpersoal de 1,5 m.
- Prohibido compartir material caretas, guantes ou armas.
-O saúdo ao rival e ao árbitro/xuíz realizarase usando saúdo das artes marciais
Dende a liña de posta en garda.
-Obrigatorio o uso de mascara ou outro sistema homologado durante os asaltos de esgrima.
-Xel hidroalcohólico a disposición nas mesas e entradas

LASER RUN

-Delimitar e sinalizar rutas de acceso e saídas da área separadas
- Acceso á área de competición só para xuíces e deportista
-Obrigatorio manter distancia interpersoal de 1,5 m.
- Prohibido compartir material pistolas
- Desinfección das mesas de tiro entre series de láser run.
-Xel hidroalcohólico a disposición nas mesas e entradas

HÍPICA

-Delimitar e sinalizar rutas de acceso e saídas da área separadas
Ao recinto de competición.
-Os responsables das instalación deberán garantir a hixiene e desinfección das mesmas supervisado por organizadores da competición. En todo caso remitirse ao protocolo establecido para o deporte da Hípica.

Protocolo entrega de trofeos

Un voluntario/a prepara os trofeos/ medallas nunha bandexa. Debe levar máscara e usar xel hidroalcohólico frecuentemente e entre cada entrega.

Os trofeos/ medallas Poranse sobre unha bandexa. A autoridade collerá a bandexa e ofreceralla para que cada deportista colla o seu trofeo ou medalla.

Unha soa autoridade por cada podio que se entrega. Debe levar máscara e desinfectar as mans con xel hidroalcohólico que estará a disposición nesta zona.

A bandexa desinfectarase entre cada entrega

No podio deberá haber 2 metros entre deportistas.

Todo o persoal involucrado con máscara e mantendo a distancia de seguridade.

A zona estará valada no total do perímetro e separada da zona de espectadores que tamén estará delimitada e onde se deberá controlar que se manteña a distancia interpersoal de 1,5 m.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Prepararanse cadeiras a 2 m. para aloxar aos premiados ata o momento de subida ao podio. As cadeiras deben ser desinfectadas antes e despois do seu uso.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

5.1.2.-TÁBOAS PROTOCOLOS PREVENCIÓN COVID19

Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno

Especialidade PENTATLON MODERNO

NORMAS XERAIS

- **Toma de temperatura a deportistas, staff e oficiais no evento**
- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m.**
- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición.**
- **Lavar as mans frecuentemente con auga e xabón ou solución hidroalcohólica.**
- **Evitar o contacto físico.**

ADESTRAMENTOS.-

Os adestramentos poden desenvolverse de xeito individual ou colectivo, sempre sen contacto físico e garantindo o mantemento da distancia interpersoal de 1,5 metros en todo momento. En ningún caso poderán coincidir máis de 25 persoas (deportistas + staff) de forma simultánea.

Recoméndase a división en subgrupos de máximo 6-8 persoas para a práctica deportiva.

Nas instalacións deportivas ademais, non se poderá superar os 2/3 de aforo para a práctica deportiva.

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS
Adestramento - Antes	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Traslado á zona de adestramento en vehículo compartido (turismo, furgoneta, etc.)	1. Emprego de máscaras. 2. Recoméndase non compartir vehículo 3.Manter o distanciamento entre deportistas non convivintes 4. Desinfección de mans 5. Desinfección previa do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.
Adestramento - Antes	Deportistas	Contacto	Espazos de uso simultáneo	Uso de duchas, vestiarios	1.- Recoméndase non utilizar vestiarios. cambiarse de roupa na casa. 2.- O uso do vestiario axustarase á normativa da instalación e en todo caso estará limitado a un número de persoas que permitan manter a distancia interpersoal de

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					1,5 m. recomendando ampliar a mesma [A15][A16] 1.- Recoméndase non utilizar vestiarios. cambiarse de roupa na casa e especialmente o uso da ducha 2.- No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa. 3.-No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións. -Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección. -Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberan levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas. -Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a mascara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. -Evitar falar, berrar, celebracións , etc... mentres esteamos no

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					vestiario
Adestramento - Antes	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Bolsas e mochilas con equipamento	1. Non compartir bolsas, mochilas ou calquera outro material de adestramento 2. Desinfectar asas de mochilas e almacenalas se é posible en vehículo particular. 3.- En caso de deixalas nun espazo ao aire libre manter a separación das mochilas. 4.- Non compartir material 5.- Desinfección de material antes e despois do uso
Adestramento - Antes	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Traslado á zona de adestramento en vehículo compartido (turismo, furgoneta, etc.)	1. Emprego de máscaras 2. Desinfección de mans 3. Cumprir as normas actuais sobre desprazamento en vehículos para persoas que non conviven 4. Desinfección previa do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.
Antes / Desprazamento e almacenaxe	Deportista	contacto	Material deportivo de uso simultáneo	Bolsas e mochilas con equipamento	1. Uso de máscaras e limpeza de mans con xel hidroalcohólico. 2. Manter distancia de 1,5 m. en todo momento 3. Non compartir bolsas, mochilas ou calquera outro material de adestramento 4. Desinfección de materiais antes e despois do uso 5. Colocación en espazos abertos sen que se mesturen os materiais persoais de deportistas ou deixar no vehículo particular

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Charla técnica e exercicios de quecemento	1. Aumentar a distancia interpersoal de 1,5 m. e retirar máscaras, no caso só de deportistas seguindo as medidas xerais establecidas, no último momento antes da práctica deportiva, gardándoas de xeito seguro. 2. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado en todo momento coa máscara.
Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Cumprir en todo momento a normativa xeral establecida para adestramentos en instalacións deportivas, e a que se aplique a maiores en cada instalación en particular 2.Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado en todo momento coa máscara.
Adestramento - Durante	Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Non compartir material entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Charla técnica e exercicios de quecemento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e retirar máscaras, no caso de deportistas, no último momento antes da práctica deportiva, gardándoas de xeito seguro. 2. Staff, persoal técnico, outro persoal involucrado, en todo momento coa máscara
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Natación en piscina	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					2.- No caso de piscina, respectar as normas da instalación e en todo caso máximo de 6 deportistas por calle, mantendo distancia de seguridade de 1,5 m. incluídas as paradas entre series nos bordes da piscina ou corcheira. 3.- Recoméndase adestrar só co grupo de deportistas do club e non mesturarse con outro persoal alleo.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Saída da auga e exercicios de estiramento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e poñer máscaras en canto se finalice a actividade deportiva
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 2.-Uso de máscaras en todo momento cando non se estea realizando práctica deportiva efectiva. 3.-Cumprir en todo momento a normativa xeral establecida para adestramentos en instalacións deportivas, e a que se aplique a maiores en cada instalación en particular
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Carreira a pé	1. Limítase a 20 o número máximo de deportistas adestrando por grupo 2.- Recoméndase establecer subgrupos máis reducidos de máximo 8 deportistas, que garantan manter a distancia mínima de 1,5 m en todo momento, adecuados ao espazo dispoñible para o adestramento. 3. Recoméndase

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					aumentar a distancia a 4 m. e correr en ángulo de 45º respecto dos outros deportistas cando non se poida manter a mesma. 3.- Gardar a máscara en lugar hixiénico para o seu uso obrigatorio antes e despois da práctica deportiva.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Natación en augas abertas	1. Máximo 8 deportistas por grupo. 2.Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento e retirar máscaras no último momento antes de entrar á auga. 3. Non compartir vestimentas, toallas, chanclas, pulsómetros, etc
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Adestramentos en instalacións deportivas	1. Non compartir material entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Ciclismo	1. Non compartir nin bidóns nin líquidos entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Comida e Víveres	Ciclismo	1. Non compartir nin comida nin víveres entre deportistas
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Realización da actividade	1. Quendas de utilización das máquinas e outro material, con limpeza e desinfección entre quendas. Máximo 6 deportistas por subgrupo 2. - Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. - Na instalación debera haber información clara de pautas de aseo e normas de comportamento mediante cartelería, para minimizar o risco de contaxio

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Adestramento - Despois	Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Regreso a domicilio en vehículo compartido	1. Emprego de máscaras. 2. Recoméndase non compartir vehículo. 3.Manter o distanciamento entre deportistas non convivintes 4. Desinfección de mans 5. Desinfección do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc
Adestramento - Despois	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Chegada e reunión no punto de finalización do adestramento	1. Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. e uso de máscara o antes posible
Adestramento - Despois	Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Regreso a domicilio en vehículo compartido	1. Emprego de máscaras 2. Cumprir as normas actuais sobre desprazamento en vehículos para persoas que non conviven 3. Desinfección de mans 4. Desinfección posterior do vehículo en partes como cintos, brazos das portas, etc.
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Realización da actividade	1. - quendas de utilización das máquinas e outro material, con limpeza e desinfección entre quendas 2. - Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. - Na instalación debera haber información clara de pautas de aseo e normas de comportamento mediante cartelería, para minimizar o risco de contaxio
Adestramento - Despois	Deportistas	Contacto	Espazos de uso simultáneo	Uso de duchas, vestiarios	[A17] 1.- Recoméndase non utilizar vestiarios. cambiarse de roupa na casa e especialmente o uso da ducha 2.- No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa. 2.-No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións. -Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección. -Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberan levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas. -Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a mascara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. -Evitar falar, berrar, celebracións , etc... mentres esteamos no vestiario
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa[A18][A19]	Natación	1. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 2. Non se compartirán toallas, bañadores, gafas, nin outro tipo de material 3. o acceso a duchas e vestiarios será

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					determinado por os técnicos, supervisando as distancias de seguridade recomendadas
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Esgrima	1. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 2. Non se compartirán caretas, guantes, armas nin outro tipo de material 3. Evitarase o contacto no saúdo ao rival, que se realizará usando o saúdo típico das artes marciais dende a liña de posta en garda 4. Obrigatorio uso de máscara ou calquera outro sistema homologado durante os asaltos de esgrima 5. Desinfectarase o material ao inicio e ao final da sesión de adestramento
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Láser-Run	1. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento. En carreira, evitarase ir á estela doutros deportistas 2. Non se compartirán pistolas ni ningún outro tipo de material 3. Implementarase a separación entre as mesas de tiro deixando un espazo baleiro en relación á situación normal. As mesas deberán ser desinfectadas ao inicio e ao final da sesión de adestramento
Adestramento - Durante	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Hípica	1 Uso de máscara de acordo ás medidas xerais establecidas no protocolo 2.- Manter a distancia interpersoal de 1,5 m. 3. Práctica do deporte de xeito individual 4. Os responsables das instalacións deberán garantir a hixiene en zonas comúns especialmente en todo o relativo á montura

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					(cadeiras, rendas) de acordo á lexislación sanitaria vixente que lles afecta. Non se recomendan, en caso contrario, sesións de adestramento 5 Desinfección de material antes e despois do uso 6 Lavado frecuente de mans con xel hidroalcohólico

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

COMPETICIÓN- MODALIDADE PÉNTATLON MODERNO

Normas xerais

- **Manter sempre a distancia interpersoal de 1,5 m. Os oficiais velarán polo cumprimento da norma durante a competición e a infracción desta norma será penalizada con advertencia á 1ª e descualificación á 2ª (anexo regulamento para probas no contexto COVID 19).**

- **Uso obrigatorio da máscara en todo momento, coas excepcións establecidas neste protocolo para os deportistas e unicamente no momento da práctica deportiva no adestramento e competición.**

- **En instalacións deportivas non se poderá superar os 2/3 de aforo para a práctica deportiva**[A20][A21] **e en ningún caso poderán coincidir máis de 25 persoas (deportistas+xuíces+ staff) de forma simultánea.**

MOMENTO	AXENTE	TIPO CONTAXIO	TIPO TRANSMISIÓN	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDAS CORRECTORAS
, Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Acceso áreas de competición	1. o permiso de acceso ás áreas de competición será autorizado en función do aforo e en ningún caso se superará os 2/3 da instalación o mesmo. A orde de prioridade será Xuíces, Atletas en competición, Técnicos e Espectadores 2. Tomarase a temperatura corporal a asistentes no acceso ás instalacións, con termómetro infrarroxo ou similar ao inicio de cada xornada 3. Disporanse, nos accesos, dispensadores de xel hidroalcohólico suficientes para todos os asistentes 4. Obrigatorio o uso de máscaras protectoras para todos os asistentes nas probas, incluso en espazos exteriores, a excepción dos deportistas no momento de competir. Non se permitirá a entrada sen ese requisito

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Competición - Antes	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	material entregado a Os participantes	1. Deberá estar embolsado a ser posible de forma hermética. Evitarase o contacto directo entre quen entreguen e quen reciban. Todos os implicados deberán usar máscaras de protección
Competición - Antes	Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Acceso ás áreas de competición	1. o permiso de acceso ás áreas de competición será autorizado en función do aforo e en ningún caso se superará o 30% do mesmo. A orde de prioridade será Xuíces, atletas en competición, Técnicos e Espectadores 2. Tomarase a temperatura corporal aos asistentes no acceso ás instalacións, con termómetro infrarroxo ou similar ao inicio de cada xornada 3. Disporanse, nos accesos, dispensadores de xel hidroalcohólico suficientes para todos os asistentes 4. Obrigatorio o uso de máscaras protectoras para todos os asistentes nas probas, incluso en espazos exteriores, a excepción dos deportistas no momento de competir. Non se permitirá a entrada sen ese requisito
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Natación	1. Delimitaranse rutas de acceso e saídas ao vaso separadas 2. Limitarase o aforo dentro do vaso realizando diferentes horarios para o quecemento 3. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 4. Non se compartirán toallas, bañadores, gafas e por defecto, ningún tipo de material
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Esgrima	1Delimitaranse rutas de acceso e saídas ao pavillón separadas

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

					2. Limitarase o acceso á área de competición unicamente a atletas e xuíces 3. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 4. Non se compartirán caretas, guantes ou armas 5. O saúdo ao rival e xuíz realizarase usando o saúdo típico das artes marciais dende a liña de posta en garda 6. Obrigatorio o uso de máscara ou calquera outro sistema homologado durante os asaltos de esgrima
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Láser-Run	1 Delimitaranse rutas de acceso e saídas á área de competición separadas 2. Limitarase o acceso á área de competición unicamente a atletas e xuíces 3. Obrigatorio manter a distancia interpersoal de 1,5 m. en todo momento 4. Non se compartirán pistolas 5. Desinfectaranse as mesas de tiro entre cada serie de láser-run
Competición - Durante	Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Hípica	1. Delimitaranse rutas de acceso ao recinto de competición 2. Os responsables das instalacións deberán garantir a hixiene e desinfección das mesmas, supervisado polos organizadores da competición

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

6. PLAN DE ALARMA- COMUNICACIÓN E SEGUIMENTO DE[A22] SINTOMATOLOXÍA COVID-19[A23]

- No caso de que un membro do staff, deportista, etc., teña sintomatoloxía do virus COVID-19, deberá informar de xeito inmediato ao Servizo Galego de Saúde para iniciar o protocolo previsto pola Consellería de Sanidade https://coronavirus.sergas.gal/Informacion-para-outros-colecti?idioma=ga . Neste senso, considérase sintomatoloxía do virus COVID-19 un cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros[A24].

En referencia ao anterior **recomendase unha autoavaliación diaria de posible sintomatoloxía por parte dos directivos, técnicos, axudantes, deportistas, acompañantes, público e voluntarios, antes de acudir a cada actividade ou sesión de práctica deportiva.**

En caso de detección dun sospeitoso por COVID-19 no entorno da práctica deportiva, deberanse seguir as pautas determinadas polas autoridades sanitarias. A persoa afectada retirarase do grupo e conducirase a outro espazo, facilitándolle unha máscara cirúrxica. Este espazo deberá ser elixido previamente, e debería contar con ventilación adecuada, e una papeleira de pedal con bolsa, onde tirar a máscara e panos que se poidan desbotar. Contactarase co centro de saúde correspondente á persoa ou co teléfono de referencia (900 400 116), e seguirán as súas instrucións. Si se percibira gravidade chamarase ao 061. Haberá que realizar unha boa ventilación, limpeza e desinfección deste espazo e do resto das estancias onde estivera a persoa, acorde á situación do risco. Será preciso tamén illar o contedor/papeleira onde se depositaran os panos ou outros produtos usados. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito no lugar onde se determine.

En todo caso, seguiranse en todo momento as recomendacións das autoridades sanitarias e o establecido e publicado na web do SERGAS

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

6.1 COORDINADOR FISICOVID-DXT GALEGO DO CLUB/ENTIDADE DEPORTIVA* *(modificado 20/12/2020)*

Cada club/entidade deportiva designará un coordinador para a implementación, cumprimento e seguimiento do protocolo federativo, que será o único interlocutor en canto a este protocolo se refire coa Federación Galega, informándoa sobre as incidencias que se produzan no seu desenvolvemento.

Co obxecto de manter unha comunicación fluída entre a Federación, a Secretaría Xeral para o Deporte e as entidades deportivas que conforman a federación, é necesario que cada unha destas últimas conte cun/cunha COORDINADOR/A FISICOVID-DXTAGALEGO e llo comunique á Federación. Preténdese definir interlocutores entre os estamentos federativos e a administración deportiva e sanitaria, para poder ter unha comunicación fluída entre todos na loita contra a COVID19 e tamén para colaborar no desenvolvemento de actividades deportivas seguras.

As funcións dese coordinador serían: implementación na súa entidade do protocolo FISICOVID-DXTGALEGO da Federación, e ser o interlocutor coa federación deportiva correspondente para a comunicación das incidencias que poidan xurdir no entorno da entidade respecto a presenza de sintomatoloxía COVID19 e incluso de casos positivos.

6.2 PROCEDEMENtO DE COMUNICACIÓN DE INCIDENCIAS (CLUBS, FEDERACIÓN E SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE) * *(modificado 20/12/2020)*

Establécese o seguinte procedemento de comunicación das incidencias entre a entidade deportiva (Club, SAD…), a Federación Galega e a Secretaría Xeral para o Deporte, co obxectivo de poder apoiar á entidade organizadora da actividade na toma de decisións e de facilitar que flúa a información entre os axentes implicados (clubs, federación e autoridades deportivas e sanitarias):

- No caso de que nun adestramento/competición se identifique que unha ou varias persoas teña sintomatoloxía COVID19, aplicarase o procedemento establecido no apartado COMUNICACIÓN E SEGUEMENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID-19 deste protocolo e a continuación, o COORDINADOR FISICOVID-DXTGALEGO designado

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

pola entidade deberá contactar co seu interlocutor FISICOVID-DXTGALEGO da Federación para informar telefónicamente ou por email sobre a situación.

- A Federación deberá así mesmo informar á Secretaría Xeral para o Deporte sobre o acontecido (proceso de comunicación co SERGAS, probas realizadas, resultados, decisións do organizador do adestramento/competición sobre o desenvolvemento da actividade a partir do caso de sintomatoloxía COVID-19 (suspensión, continuidade da actividade, etc.).

- No caso de que o club sexa coñecedor de que existe un ou varios positivos entre axentes implicados na realidade deportiva da entidade, tamén se debe informar á Federación e á Secretaría Xeral para o Deporte, seguindo o procedemento sinalado no documento publicado no apartado web https://coronavirus.sergas.gal/Informacion-para-outros-colecti?idioma=ga

6.3 AVALIACIÓN DOS RISCOS DE TRANSMISIÓN DE SARS-COV-2 PARA EVENTOS E ACTIVIDADES MULTITUDINARIAS NO CONTEXTO DE NOVA NORMALIDADE POR COVID-19 NOS PROTOCOLOS FISICOVID-DXTGALEGO ESPECÍFICOS DAS COMPETICIÓNS, EVENTOS E ACTIVIDADES. * *(modificado 20/12/2020)*

Os protocolos FISICOVID-DXTGALEGO específicos dos eventos/competicións e actividades multitudinarias ás que lles sexa de aplicación este protocolo, deberán partir dunha avaliación do nivel de risco de contaxio, tomando como referencia o documento "Recomendaciones para eventos y actividades multitudinarias en el contexto de nueva normalidad por covid-19 en España" elaborado polo Centro de Coordinación de Alertas e Emerxencias Sanitarias da Dirección Xeral de Saúde Pública, Calidade e Innovación, do Ministerio de Sanidade

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

(https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/COVID19_Recomendaciones_eventos_masivos.pdf) ou aqueloutros que o desenvolvan, modifiquen ou substitúan.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ANEXO 1[A25]

CONSENTIMENTO INFORMADO DE APLICACIÓN DO PROTOCOLO EN ACTIVIDADES E COMPETICIÓNS OFICIAIS DA FEDERACIÓN GALEGA DE TRÍATLON E PÉNTATLON MODERNO

A crise sanitaria do COVID-19 fai necesaria a adopción dunha serie de medidas de prevención tendentes a cumprir os protocolos marcados polas autoridades sanitarias, que eviten o contaxio e reduzan os riscos para as persoas de cara a frear a pandemia e sendo coñecedores de que o COVID 19 é un axente biolóxico que pode causar unha enfermidade grave, supón un serio perigo para a colectividade, ten alta probabilidade de propagación e non existe a data de hoxe un tratamento ou profilaxe real para o mesmo.

O establecemento e cumprimento das citadas medidas require dunha serie de compromisos e formas de actuación por parte, fundamentalmente, de organizadores e participantes.

A lectura e aceptación do presente documento é condición indispensable para tomar parte en actividades e competicións que como evento deportivo se desenvolvan baixo a dirección dun organizador e aval do calendario oficial da Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno.

Todo/a deportista, coa formalización da súa inscrición, asina e acepta as presentes medidas e as que se puidesen tomar para evitar a propagación da pandemia, así como o seguinte Descargo de Responsabilidade

DESCARGO DE RESPONSABILIDADE COVID19

A crise sanitaria do COVID-19 fai necesaria a adopción dunha serie de medidas tendentes a cumprir os protocolos marcados polas autoridades sanitarias. O establecemento e cumprimento das citadas medidas require dunha serie de compromisos e formas de actuación por parte, fundamentalmente, de organizadores e participantes. A lectura e aceptación do presente documento é condición indispensable para tomar parte nas competicións da FEGATRI

1.-Que é coñecedor/a do protocolo e guía actualizada, publicada polas federacións Española e Galega de Tríatlon (https://fegatri.org/covid-19/) en relación coa presenza e participación en probas deportivas xerado con ocasión da crise sanitaria do COVID 19.

2.- Que se compromete a cumprir todas as esixencias ou simples recomendacións que conteña tal protocolo ou guía así coma as instrucións que sexan dadas polas autoridades deportivas ou persoal de organización presentes na competición en relación coas medidas para evitar contaxios por COVID 19

3.- Que se compromete a non acudir nin tomar parte no evento ou competición no caso de que padecese síntomas que puidesen ser compatibles co contaxio do COVId-19. O anterior resultará extensivo, igualmente, aos casos en que os síntomas fosen sufridos por terceiros con quen a persoa participante teña ou tivera un contacto do que obxectivamente puidese derivarse un contaxio.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

4.- Que no caso de estar ou ter estado contaxiado polo virus do COVID-19, se compromete a non acudir nin tomar parte no evento ou competición en tanto en canto as autoridades sanitarias non manifesten que a participación non entraña un risco, ben para a súa persoa, ben para o resto de asistentes cos que puidese ter un contacto .

5.- Que cos medios ao seu alcance, e en todo caso cando se tivesen dado circunstancias que o aconsellen, se someteu aos test existentes para comprobar se está ou estivo contaxiado polo COVID-19

6.- Que é coñecedor/a e acepta e asume que , no actual estado, existe un obxectivo de risco de contaxio de COVID-19 coas consecuencias que disto se puideran derivar para a súa persoa en termos de saúde ou problemas que, incluso, puidesen ocasionarlle a morte.

7.- Que acepta que a Federación e organización adopten as medidas que se indican no protocolo e guía que publicados en aras a establecer un razoable escenario de seguridade na competición. En tal sentido, faise constar que a Federación, no curso da competición, poderá adoptar as medidas e decisións que sexan precisas en relación co establecemento ou aplicación das medidas e decisións que sexan precisas en relación co establecemento ou aplicación das medidas que se conteñen no seu protocolo e guía publicada ou cales queira outras que tivesen por finalidade dotar á proba dun entorno seguro en termos de evitar o contaxio por COVID 19

8.-Que en caso de resultar contaxiado por COVID-19, o/a participante exonera á Federación e organización de calquera responsabilidade en relación cos posibles danos ou prexuízos que puidesen derivarse para a súa persoa.

9.- Que o/a participante acepta que cando se chegase a adoptar medidas e decisións por parte da Federación co obxectivo de preservar a saúde das persoas no curso da competición non se poderán considerar incumpridas as obrigas esenciais do organizador, polo que non se poderá esixir o pagamento de cantidades, indemnizacións, ou devolución de prezos ou importes en concepto de inscrición ou dereitos de participación ou custes nos que tivese incorrido o/a deportista e /ou o seu club.

10.- Que o/a participante acepta que si se amosase pola súa parte unha conduta ou comportamento de inobservancia ou incumprimento das ordes e instrucións do persoal de organización en relación coas medidas de seguridade para evitar contaxios por COVID-19, poderá ser excluído/a ou descualificado/a do evento por decisión de quen actúe como autoridade deportiva (xuíz/a-arbitro/a ou delegado/a Técnico/a)

11.- Que o/a participante acepta que as medidas de carácter deportivo expostas no apartado anterior se entenden sen prexuízo doutras responsabilidades que aquel ou aquela puidese chegar a asumir ante as autoridades competentes(incluídos os órganos disciplinarios federativos) como consecuencia dunha conduta ou comportamento de inobservancia ou incumprimento das ordes e instrucións que sexan de aplicación, ben no ámbito deportivo-federativo, ben noutros ámbitos diferentes.

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ANEXO 2

DECLARACIÓN RESPONSABLE DEPORTISTAS MAIORES DE IDADE

D/Dª_____.con DNI/NIE _____. teléfono de contacto club_____

EN RELACIÓN Á SÚA PARTICIPACIÓN

Na actividade_____- organizada pola Entidade _____-

que se desenvolve en _____- o día____ de_____ de 2020.

DECLARA:

- *Que coñece o protocolo de volta á actividade deportiva da FEGATRI e comprométese ao seu cumprimento de forma exhaustiva.*
- *Que a pesar da existencia dun protocolo de volta á actividade, son consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva nunha situación pandémica como a actual.*
- *Que non padecín síntomas do Covid-19 nos últimos 15 días:*
    - Cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros.
    - Ante a presenza doutros síntomas atípicos como a odinofaxa, anosmia, ageusia, dores musculares, entre outros, é importante buscar outros indicios adicionais que apoien a sospeita da infección. Será o xuízo clínico do profesional o que determine a realización de probas complementarias.
- Que non estiven en contacto con ningunha persoa que dera positivo en Covid-19 nos últimos 14 días.
- Que avisarei, de forma inmediata, ao Servizo Galego de Saúde se algunha das circunstancias anteriores sucedesen ou dese positivo en covid-19, para que se poidan tomar as medidas oportunas.

A sinatura acredita estar conforme, e a aceptación das normas e medidas establecidas no protocolo de actuación para a volta da actividade ciclista fronte a Covid-19

En _____, _____ de _____ de 2020.

Asdo._____

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ANEXO 2.1

DECLARACIÓN RESPONSABLE DO TITOR/A DEPORTISTAS MENORES DE IDADE

D/Dª_____.con DNI/NIE _____._____ en calidade de pai/nai/titor-a do/a deportista interesado/a (menor de idade) _____,

con DNI/NIE nº _____,

DECLARO baixo a miña responsabilidade que solicito que o neno ou nena cuxos datos figuran no encabezamento participe na actividade _____, para o cal lin con detalle a información proporcionada pola propia organización e acepto as condicións de participación, expreso o meu compromiso coas medidas de hixiene e prevención obrigatorias e asumo toda a responsabilidade fronte á posibilidade de contaxio por Covid-19.

(Marque cun X no que proceda.)

Declaración responsable de non formar parte de grupos de risco nin convivir con grupo de risco.

	Declaro que o/a interesado/a cumpre os requisitos de admisión establecidos no protocolo ……, non sendo grupo de risco.
	Declaro que o/a interesado/a non convive con ninguén que sexa grupo de risco, ou que, no caso de que sexa así, participa na actividade baixo a súa propia responsabilidade.
	Comprométome a notificar diariamente o estado de saúde á entidade organizadora

Aceptación das medidas persoais de hixiene e prevención obrigatorias fronte á Covid-19

	Lin e acepto os compromisos requiridos no protocolo FEGATRI

Declaración de ter lido e aceptada a información proporcionada pola organización sobre a adaptación da actividade á Covid-19

	Declaro que lin o protocolo de adecuación da actividade á Covid-19 da entidade responsable da actividade e que por tanto teño coñecemento pleno e estou de acordo coas medidas e procedementos que propón.
	Declaro que lin o Protocolo de prevención e de actuación en caso de risco de contaxio ou contaxio positivo da entidade responsable da actividade.
	Comprométome a notificar diariamente o estado de saúde á entidade organizadora

Consentimento informado sobre Covid-19

	Declaro que, tras ter recibido e lido atentamente a información contida nos documentos anteriores das bases de participación, son consciente dos riscos que implica a participación da persoa interesada na actividade no contexto da crise sanitaria provocada pola Covid-19, que asumo baixo a miña propia responsabilidade

En _____a _____de _____de 2020

Asdo:

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

ANEXO 3

DECLARACIÓN RESPONSABLE DE CLUBS, ORGANIZADORES E ENTIDADES INTEGRADAS NA FEDERACIÓN GALEGA DE TRÍATLON E PÉNTATLON MODERNO

D/Dª_____.con DNI/NIE _____. como responsable do club/escola/organización _____con teléfono de contacto

Consonte ao disposto no apartado 3.21.2 da Resolución do 12 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, polo que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta de Galicia, do 12 de xuño de 2020, sobre medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada polo COVID-19, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade, a Secretaría Xeral para o Deporte, ditou a Resolución do 15 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral para o Deporte, polo que se aproba o protocolo Fisicovid-DXTgalego polo que se establecen as medidas para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19 no ámbito de deporte federado de Galicia.

DECLARA:

- *Que coñece o protocolo de volta á actividade deportiva da FEGATRI e comprométese ao seu cumprimento de forma exhaustiva.*
- *Que a pesar da existencia dun protocolo de volta á actividade, son consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva nunha situación pandémica como a actual.*
- *Que recibín e lin o* Protocolo COVID-19 da Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno certificado pola Secretaría Xeral para o Deporte da Xunta de Galicia con data 17/08/2020 , modificado conforme ás directrices da SXD de 28/12/2020, e que polo tanto teño coñecemento pleno e estou de acordo coas medidas e procedementos que propón, aplicando as mesmas á actividade desenvolvida no club/escola/ organización á que represento.
- Que o club/organizador **adquire os seguintes compromisos** en relación ao Protocolo COVID-19 da Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno anterior:
  - Ler e aplicar as distintas actualizacións do Protocolo COVID-19 que reciba vía mail e que se fagan públicas na web da FEGATRI www.fegatri.org.
  - **Notificar inmediatamente** á Federación Galega de Tríatlon e Péntatlon Moderno **calquera problema de saúde vinculado ao COVID-19** dos axentes implicados no desenvolvemento da súa actividade como club (corpo técnico, directivo, familias...)/Organizador.
- Asemade, nomeo como persoa que asumirá labores de coordinación e seguimento do COVID-19 no noso club/escola/organización a
-

  D/Dª_____ con DNI/NIE _____

  Teléfono de contacto_____ email _____

  En _____a _____de _____de 2020

  Asdo:_____

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

10 INFOGRAFÍAS

INFORMACIÓN SERGAS

MINISTERIO DE SANIDADE

¿Qué es el nuevo coronavirus SARS-CoV-2?

Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?

La transmisión se produce por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma.

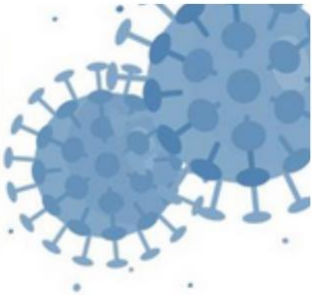
Estas secreciones podrían infectar a otra persona si entrasen en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros.

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

¿Qué les digo a niños y niñas sobre el coronavirus?



Puedes comenzar preguntándoles qué saben sobre el coronavirus. Responde a todas sus preguntas de manera sencilla y transmitiendo calma.

1 Es un nuevo virus que se descubrió en China en diciembre de 2019

2 Los síntomas más frecuentes son:

FIEBRE

TOS

SENSACIÓN de FALTA de AIRE

Normalmente los casos presentan síntomas leves

3 Recuérdales que está en su poder protegerse. ¿Cómo?

Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tíralo a la basura

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión

Si te encuentras mal, avisa a un adulto

Es un momento crucial para enseñarles buenas medidas de higiene para toda su vida.

6 marzo 2020

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD

Rúa Castelao, 21, Ent. 2.- 27001.- Lugo Tlf. 982 251 345/Fax 982 109 800 fegatri@hotmail.com www.fegatri.org

Virucidas autorizados en España

Pódese consultar a listaxe de virucidas autorizados en España a través da seguinte ligazón:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf

11.- **Información Oficial e referencias^**

Organización Mundial da Saúde

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance-publications,

Ministerio de Sanidade

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm,

Unión Internacional de Triatlón

https://www.triathlon.org/about/downloads/category/medical

Ferramenta de avaliación IAAF

https://idom.worldathletics.org/risk-assessment-tool/

Normativas da Xunta de Galicia e especificamente da Secretaría Xeral para o Deporte

Federación Española de Triatlón
Federación Española de Péntatlon Moderno
https://fegatri.org/covid-19/