

PLAN DE SEGURIDAD COVID 19

1. Inscripción

- a. La pre inscripción se podrá realizar en la plataforma KiroIprobak (www.kirolprobak.com) a partir de las 9:00 de la mañana del 25 de julio. No habrá que pagar nada para hacer esta preinscripción.
- b. Para hacer esta pre inscripción cada corredor tendrá que leer y aceptar 2 documentos relacionados con la actual situación del Covid 19: "Cláusula Covid 19 de inscripción y participación" y "Declaración de salud". Será obligatorio rellenar y aceptar estos documentos para la participación de la carrera.
- c. El 1 de septiembre las 300 primeras personas en realizar la pre inscripción tendrán la opción de confirmar la inscripción a partir de las 9 de la mañana. Para ello, los federados tendrán que pagar 18 euros, mientras que los no federados tendrán que pagar 20 euros. El último día para confirmar esta inscripción será el 4 de Septiembre, hasta las 23:59 horas. Al pasar este plazo, los corredores que están en lista de espera tendrán la opción de inscribirse los días 5 y 6 de septiembre.

2. Entrega de dorsales

- a. Se hará en el frontón de Axpe, desde las 8:00 de la mañana hasta las 9:20 de la mañana.
- b. Se harán 8 turnos para la entrega de dorsales, dividiendo los grupos dependiendo del número de dorsal que le corresponde a cada uno. Los turnos para hacer la entrega de dorsales se harán en el mismo orden que las salidas de carrera, es decir, el primer grupo en recibir los dorsales será también el primer grupo en salir a correr y los últimos en recoger los dorsales también serán los últimos en salir a correr. Esto se hará para evitar acumulaciones tanto en la recogida de dorsales como en la salida de carrera. El horario para la recogida de dorsales será el siguiente:
 - i. El horario que corresponde al grupo que va del dorsal 1 hasta el 40 recogerá el dorsal desde las 8:00 hasta las 8:10.
 - ii. El grupo que va del dorsal 41 hasta el 80 recogerá el dorsal desde las 8:10 hasta las 8:20.
 - iii. El grupo que va del dorsal 81 hasta el 120 recogerá el dorsal desde las 8:20 hasta las 8:30.
 - iv. El grupo que va del dorsal 121 hasta el 160 recogerá el dorsal desde las 8:30 hasta las 8:40.
 - v. El grupo que va del dorsal 161 hasta el 200 recogerá el dorsal desde las 8:40 hasta las 8:50.
 - vi. El grupo que va del dorsal 201 hasta el 240 recogerá el dorsal desde las 8:50 hasta las 9:00.
 - vii. El grupo que va del dorsal 241 hasta el 280 recogerá el dorsal desde las 9:00 hasta las 9:10.
 - viii. El grupo que va del dorsal 281 hasta el 300 recogerá el dorsal desde las 9:10 hasta las 9:20.

- c. El 14 de septiembre se le enviará un email a cada corredor con la información del número de dorsal y los horarios.
- d. Será obligatorio respetar los horarios correspondientes a cada turno, es decir, en cada franja horaria solo podrán acceder al frontón los corredores correspondientes de ese turno. El deportista que no esté en su correspondiente franja horaria en el frontón podrá quedarse sin correr la carrera, ya que los tiempos para la recogida de dorsales son muy ajustados.
- e. Para ir a recoger el dorsal cada uno tendrá que traer puesto su mascarilla y no podrá acceder acompañado de ningún familiar o amigo al frontón.
- f. Junto al dorsal, se entregará la bolsa de regalo a cada corredor.
- g. Para entrar y salir del frontón habrá que seguir la señalización que se pondrá para ello. Además habrá voluntarios de la organización para indicar las direcciones de entrada y salida al frontón.
- h. A la hora de hacer la fila para la recogida del dorsal hay que mantener la distancia de seguridad de 1'5 metros con el que va delante.
- i. Mientras los corredores estén esperando en la fila, varios voluntarios de la organización tomarán la temperatura corporal a cada corredor. En el caso de que esta temperatura sea superior a 37'5 °C el corredor no podrá participar en la carrera y se pondrá a disposición del responsable de salud de la organización, para que pueda seguir las recomendaciones que le de el responsable de salud.

3. Salida

- a. Como se ha mencionado anteriormente, la salida se hará por grupos. En cada grupo saldrán 40 corredores, excepto en el último grupo en el que saldrán 20. El horario de salidas es el siguiente:
 - i. Del dorsal 1 al 40 el horario de salida será a las 8:50.
 - ii. Del dorsal 41 al 80 a las 9:00.
 - iii. Del dorsal 81 al 120 a las 9:10.
 - iv. Del dorsal 121 al 160 a las 9:20.
 - v. Del dorsal 161 al 200 a las 9:30.
 - vi. Del dorsal 201 al 240 a las 9:40.
 - vii. Del dorsal 241 al 280 a las 9:50.
 - viii. Del dorsal 281 al 300 a las 10:00.
- b. Los corredores del primer grupo (los dorsales que van del 1 al 40) serán los hombres y las mujeres favorit@s. Para ello se tendrá en cuenta los resultados obtenidos en años anteriores en nuestra carrera y las clasificaciones en otras carreras del año pasado. Los deportistas de los siguientes grupos se determinarán por sorteo.
- c. L@s corredores tendrán que tener la mascarilla puesta en todo momento, hasta pasar a la zona de salida. Cuando pasen a la zona de salida podrán quitar la mascarilla y lo tendrán que llevar con ell@s, para volver a ponerlo una vez que entren en meta.
- d. En la zona de salida solamente podrán estar los 40 deportistas (excepto en la última tanda que solamente habrá 20) y los voluntarios de la organización. El público no podrá acceder a esta zona.

- e. Esta zona de salida estará compuesta por 10 filas, habiendo 4 personas en cada fila. Habrá que mantener la distancia de seguridad de 1'5 metros con las personas que hay alrededor en todo momento.
- f. Cada grupo se tendrá que acercar a la zona de salida, 5 minutos antes que la hora de salida. Hasta ese momento cada corredor tendrá que hacer su calentamiento alejado de esta zona, siempre utilizando la mascarilla y respetando la distancia de 1'5 metros con el resto de los participantes. Si no se cumplen estas normas los deportistas podrán ser eliminados de la carrera por los voluntarios de la organización.
- g. Esta edición no habrá servicio de consignas para evitar la aglomeración de gente en el frontón. Teniendo en cuenta que la distancia que hay desde la zona de aparcamiento de los coches hasta la zona de salida-meta es inferior a medio kilómetro, creemos que no es un servicio esencial en la situación especial que nos encontramos.

4. Carrera

- a. Durante la carrera habrá que mantener la distancia de seguridad con el resto de corredores en todo momento. Mientras los corredores estén en movimiento esa distancia será de 2'5 metros.
- b. Cuando se vaya a adelantar a otro corredor habrá que avisarle previamente y si el terreno lo permite habrá que hacerlo respetando la distancia de 2'5 metros. Si no es posible mantener esa distancia debido al terreno, será obligatorio ponerse la mascarilla realizar el adelantamiento. Si no se cumple esta norma el corredor podrá ser descalificado por cualquier voluntario de la organización.
- c. Este año se va a poner un tiempo de corte para evitar que en algunos grupos vaya gente andando casi todo el recorrido, logrando así que no haya aglomeraciones con los siguientes grupos. Ese tiempo de corte será de 2h30min en el avituallamiento de urgencia de Pagazelai (aproximadamente el km 10'5, justo después de bajar Anboto). Si el deportista supera ese tiempo de corte podrá quedarse en ese avituallamiento de urgencia junto con los voluntarios de la organización para que sea transportado en vehículo todo terreno al finalizar la prueba o podrá seguir el recorrido con el dorsal quitado y siempre facilitando el paso a los corredores que vienen por detrás manteniendo la distancia de seguridad.

5. Avituallamientos

- a. Debido a la especial situación en la que nos encontramos, se pedirá a cada corredor que lleve consigo la bebida y comida que sea necesario. Con esta decisión se pretende suprimir los avituallamientos convencionales, para evitar agrupaciones en estos puntos.
- b. En la bolsa de corredor que se entregará en el reparto de dorsales se incluirá alguna barrita y algún isotónico, pero recomendamos que cada un@ traiga desde casa la bebida y comida que crea conveniente para realizar la carrera.
- c. Aunque no haya avituallamientos convencionales como años anteriores durante el transcurso de la carrera, habrá AVITUALLAMIENTOS DE EMERGENCIA.

- i. En estos avituallamientos de emergencia únicamente habrá bidones de agua y los voluntarios de la organización abrirán o cerrarán el grifo sin que los corredores puedan tocar estos bidones.
 - ii. Cada corredor tendrá que llevar consigo algún recipiente (cantimplora, vaso plegable, *flask*,...) para que pueda llenarlo con agua.
 - iii. Para acceder a los avituallamientos de emergencia habrá que respetar el turno y si hay algún otro deportista por delante habrá que mantener la distancia de seguridad de 2'5 metros. Además, en el momento que haya que acercarse al voluntario para rellenar el recipiente de agua habrá que ponerse la mascarilla.
 - iv. Hay que tener en cuenta que estos avituallamientos "especiales" se tienen que UTILIZAR ÚNICAMENTE EN SITUACIONES DE EMERGENCIA. Es decir, sólo se podrán utilizar si se queda sin la bebida que cada uno lleve desde la salida o en caso de alguna deshidratación. Por lo tanto se pedirá a los corredores no utilizar estos avituallamientos a no ser que sea estrictamente necesario.
 - v. Estos avituallamientos de emergencia estarán situados en los puntos de avituallamiento del año anterior: en Zabalandi (km 8'5, antes de subir Anboto), en Pagazelai (km 10'5, después de bajar Anboto) y en Guenzelai (km 13'5, antes de subir Artola).
 - d. Tampoco se dará el avituallamiento final de meta, donde se daba la paella en años anteriores, por los mismos motivos expuestos anteriormente.
6. Llegada a meta
 - a. Igual que en la zona de salida, a esta zona no podrá acceder el público.
 - b. Inmediatamente después de cruzar la meta cada corredor tendrá que ponerse la mascarilla.
 - c. Habrá que continuar hacia delante una vez cruzada la meta para impedir aglomeraciones. Siguiendo las recomendaciones de los voluntarios de la organización habrá que continuar el recorrido señalizado hasta el área de mangueras.
 - d. Desde la meta hasta la zona de mangueras habrá que realizar una cola, respetando siempre la distancia de seguridad de 1'5 metros con la persona que está delante.
 - e. En esta zona de mangueras los deportistas tendrán la opción de limpiarse el barro de las zapatillas y del cuerpo. Los voluntarios de la organización estarán controlando el paso de agua en las mangueras para que los corredores no puedan tocar con sus manos estas mangueras. Teniendo en cuenta que este año no se dispondrá del servicio de las duchas del frontón, será la única opción para un mínimo aseo de los participantes.
 - f. Este proceso tiene que ser muy ágil, no se podrá perder tiempo para evitar aglomeraciones.
7. Duchas
 - a. Como se ha expuesto en el punto anterior, no se podrá acceder a las duchas del frontón para evitar aglomeraciones en un recinto cerrado.
8. Entrega de premios

- a. La entrega de premios comenzará a las 13:00, en el escenario que se colocará en la plaza de Axpe.
- b. Los cajones del podium deberán estar distanciados en 1'5 metros uno del otro.
- c. A los corredores no se les podrá dar el premio (txapela, trofeo, dinero,...) a las manos. Todos los premios estarán en una mesa situada en el escenario y una vez que cada corredor suba al escenario tendrá que coger su correspondiente premio antes de subir al podium. Para ello recibirá las indicaciones necesarias del *speaker* que estará en el escenario.
- d. Las autoridades (alcalde, patrocinadores,...) podrán subir al escenario para sacarse la foto, pero siempre respetando la distancia de seguridad de 1'5 metros y evitando el contacto físico.
- e. Los corredores también deberán mantener esa misma distancia de seguridad evitando el contacto físico y no se podrán subir al mismo cajón.