II TRAIL NOCTURNO DE OURENSE
REGULAMENTO

---

1. ORGANIZACIÓN

Club Run Maniak Box001 Ourense coa colaboración da Federación Galega de Atletismo – Delegación en Ourense, Concello de Ourense – Consello Municipal de Deportes, Deputación de Ourense – INORDE, organiza o II Trail Nocturno de Ourense, que se celebrará o sábado, 20 de novembro de 2021 a partir das 20:00 h., con saída e meta na explanada de EXPOURENSE.

2. PARTICIPANTES

Poderán participar todas aquelas persoas maiores de 18 anos (o día da proba) que o desexen, federadas ou non federadas, sempre que estean inscritas nos prazos e formas establecidos ao efecto pola Organización.

3. CATEGORÍAS

Establécense as seguintes categorías:

CATEGORÍA	IDADE
SÉNIOR Homes/Mulleres	18 a 44 anos
MÁSTER Homes/Mulleres	>45 anos

4. INSCRICIÓNS

As inscricións realizaranse a través da web www.sportmaniacs.com ata as 20:00 h. do mércores, 17 de novembro de 2021.

Prezo inscrición: 17€

5. ENTREGA DE DORSAIS E CHIPS

Os dorsais e chips serán entregados o sábado día 20 de novembro de 2021 en EXPOURENSE, no Stand que RunManiak e o Club Box 001 terán en SPORTUR Galicia, Salón do Deporte e Turismo Activo, ata as 19:00 h. (unha hora antes da saída da proba).

6. DECLARACIÓN RESPONSABLE

Todos os participantes deberán presentar un documento que atoparan ao final deste regulamento, ANEXO II, para indicar que nos 14 días previos non percibiu en si mesmo síntomas compatibles co COVID-19. Terá que cubrir, asinar e entregar este documento impreso á

recollida do seu dorsal. Importante: Sen a entrega do documento non se poderá participar no evento.

7. ZONA DE QUECEMENTO

O quecemento poderá facerse libremente, respectando aos demais usuarios e cumprindo a normativa en vigor en referencia á mascara, á distancia de seguridade entre deportistas e á hixiene de mans.

Non haberá servizo de gardarroupa.

8. MATERIAL OBRIGATORIO

O material obrigatorio, que se poderá controlar total ou parcialmente na saída, percorrido e meta é o seguinte:

- Dorsal e chip.
- Teléfono móbil operativo.
- Frontal (Entregado pola organización).

9. SAÍDA

Todos/as os/as participantes deberán pasar obrigatoriamente por os corredores de acceso á zona de saída para o control de dorsal e material obrigatorio.

Dada a normativa sanitaria e protocolo Fisicovid – DXT Galego, a saída realizarase de xeito escalado, en grupos de 10 e cunha diferenza de 20 segundos por grupo. Ditos grupos quedarán definidos una vez pechada a inscrición e serán publicados con antelación.

Aqueles/as participantes que non se presenten puntuais á hora indicada para a súa saída sairán ao final de todos.

Estas medidas poderán ser modificadas, atendendo aos protocolos vixentes no momento de celebración da proba.

10. PERCORRIDO

MODALIDADE	HORA SAÍDA	DISTANCIA	DESNIVEL +
TRAIL	20:00	+- 18 km.	+-700 m.

11. AVITUALLAMENTOS

Líquido no km5 e liquido e sólido no km. 10 aproximadamente.

Líquido e sólido en meta.

12. DESCUALIFICACIÓNS

Será obrigatorio cumprir o protocolo para o desenvolvemento da proba.

Todo/a aquel/a que non o cumpra poderá ser descualificado (incluso antes de comezar a competición).

Non se permite:

- Correr xusto tras outro/a participante a unha distancia inferior a 1,5 m.
- Adiantar a outro/a participante a menos de 1,5 metros de distancia lateral.
- Incumprir o protocolo Anti COVID-19 da proba.
- Non levar axeitadamente o dorsal e/ou o chip.
- Non realizar o percorrido completo.
- Manifestar un mal estado físico evidente.

O persoal de Organización, está facultado para retirar xustificadamente da carreira a calquera atleta que manifeste un mal estado físico evidente.

Todo/a aquel/a corredor/a descualificado/a recibirá unha máscara e deberá retirar o seu dorsal e abandonar o circuíto inmediatamente.

13. SERVIZOS MÉDICOS E SEGUROS

Haberá servizo de ambulancia.

Todas as persoas participantes estarán cubertas cunha póliza de "Seguro de Responsabilidade Civil" e dun "Seguro de Accidentes".

14. PECHE DE CONTROL

Establécese un tempo límite para realizar a proba de 3 h.

15. META

Na liña de meta, os/as participantes recibirán unha máscara que deberán colocar tan pronto como sexa posible.

16. RECLAMACIÓNS

As reclamacións deberán ser feitas verbalmente ao Xuíz Árbitro, non máis tarde de 30 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.

17. PREMIOS

Entregarase un trofeo aos 3 primeiros/as clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento.

18. NORMATIVA Para todo o non disposto neste regulamento aplicarase a normativa FGA e, de ser preciso, a normativa RFEA e WA.

ANEXO I – PROTOCOLO ANTI COVID-19

Partindo do protocolo FISICOVID – DXT GALEGO, a continuación, establécense as medidas de seguridade sanitaria a levar a cabo durante este evento. En primeiro lugar descríbense medidas de carácter xeral para todos os/as asistentes, e posteriormente, e de forma máis concreta, establécense medidas específicas clasificadas nos momentos anterior, durante e despois do evento deportivo.

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

- Realizar un auto test antes de ir cara a actividade deportiva, para confirmar se pode ter síntomas de COVID-19 (febre, tose ou falta de alento). Ante calquera síntoma ou en caso de sospeita de estar infectado, ou ter estado en contacto con persoas infectadas ou baixo sospeita de estalo, débese evitar a asistencia ao evento, poñéndose en contacto de forma inmediata cos servizos sanitarios.

- Non compartir vehículo particular con outras persoas non convivintes, sempre que sexa posible, para asistir ao evento. De non ser así, empregar formas de desprazamento que favorezan a distancia interpersoal e, en todo caso, utilizar máscara.

- Manter a distancia de seguridade interpersoal de polo menos 1,5 metros entre todas as persoas antes e durante a proba.

- O uso da máscara é obrigatorio, agás no momento específico da práctica deportiva, tras recibir a orde do persoal de Organización.

- Cubrir a boca e o nariz co cóbado flexionado ou cun pano desbotable ao toser ou esbirrar. Neste caso, desbotar de inmediato o pano usado e lavar as mans.

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

- Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca e no caso de facelo, prestar atención ao lavado previo de mans.

- Evitar o saúdo con contacto físico.
- Non compartir alimentos, bebidas ou similares.

MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO

ANTES DO EVENTO

Staff

- Declararán mediante un consentimento asinado que nos últimos 14 días non tiveron ningún síntoma de COVID19 (febre, cansanzo, tose seca e/ou dificultade para respirar) e que non estiveron en contacto con ningunha persoa positiva en COVID-19 (ANEXO II)
- Cada persoa terá a súa función na montaxe da infraestrutura, evitando compartir materiais e espazos. Cando existan postos de traballo ou ferramentas compartidas por máis dunha persoa, estableceranse o lavado de mans e a desinfección das ferramentas antes e despois do uso, como medidas de seguridade.
- Na condución de vehículos de uso da organización, antes de subir ao mesmo, lavaranse as mans con hidroxel e desinfectarase o volante, panca de cambios, etc. Levar sempre a máscara posta, ventilar o vehículo antes e despois do seu uso -se se pode durante-, evitar o contacto físico e evitar tocar obxectos do vehículo na medida do posible. Desinfección das partes do vehículo susceptibles de estar en contacto (cinturóns, manillas das portas, etc.)

Deportistas

- Serán responsables de portar máscara ata o inicio da proba.
- Declararán mediante un consentimento asinado que nos últimos 14 días non tiveron ningún síntoma de COVID-19 (febre, cansanzo, tose seca e/ou dificultade para respirar) e que non estiveron en contacto con ningunha persoa positiva en COVID19 (ANEXO II) Dito documento entregarase cuberto na entrada da zona de presaída.
- O quecemento realizarase nas zonas habilitadas. O uso da máscara será obrigatorio se non se pode garantir a distancia de seguridade interpersoal.
- No acceso á Zona de Presaída os participantes lavarán as mans con hidroxel.
- Para o acceso á Zona de Presaída, deberán portar máscara desbotable, que se botará ao lixo xusto antes de iniciar a saída.
- Dentro do espazo da Zona de Presaída os deportistas deberán situarse nos espazos indicados, respectando a distancia de seguridade e portando máscara.
- Na Zona de Saída os deportistas colocaranse nas referencias indicadas no chan, e xusto antes de saír botarán a máscara ao lixo.

DURANTE O EVENTO

Staff

- Cada unha das persoas da organización terá unha única función.

Deportistas

- Os adiantamentos deberán realizarse coa separación mínima de 1,5 m. entre deportistas.

- Os participantes non poderán ir correndo un detrás de outro, deberá manterse unha distancia mínima de 1,5 metros.

- Os participantes deberán transitar polo marxe dereito do carril habilitado para a carreira.

- No caso de ser descualificados, o xuíz que comunique dita descualificación, fará entrega dunha máscara para que o/a corredor/a retire o seu dorsal e abandone o circuíto.

Público

- Os/as espectadores deberán manter a distancia de seguridade interpersoal e usar máscara en todo momento, segundo o establecido polas autoridades competentes.

DESPOIS DO EVENTO

Staff

- Cada persoa terá a súa función na recollida da infraestrutura, evitando compartir materiais e espazos. Cando existan postos de traballo ou ferramentas compartidas por máis dunha persoa, estableceranse o lavado de mans e a desinfección das ferramentas antes e despois do uso, como medidas de seguridade.

- Na condución de vehículos de uso da organización, antes de subir ao mesmo, lavaranse as mans con hidroxel e desinfectarase o volante, panca de cambios, etc. Levar sempre a máscara posta, ventilar o vehículo antes e despois do seu uso -se se pode durante-, evitar o contacto físico e evitar tocar obxectos do vehículo na medida do posible. Desinfección das partes do vehículo susceptibles de estar en contacto (cinturóns, manillas das portas, etc.).

Deportistas

- Ao cruzar a liña de meta, cada participante recibirá unha máscara que deberá colocar tan pronto como sexa posible, e xa non a poderá sacar en ningún momento.

- Unha vez rematada a proba, os/as deportistas, mantendo sempre a distancia de seguridade interpersoal, recollerán o seu avituallamento e abandonarán a zona de competición o antes posible.

ANEXO II – DECLARACIÓN RESPONSABLE

D./Dª. con nº de DNI/NIE .

☐ actuando en nome propio ou ☐ como pai/nai/titor do interesado/a (menor de idade)

D./Dª. con nº de DNI/NIE .

Para a actividade II TRAIL NOCTURNO DE OURENSE desenvolvida en Ourense o día 20 de novembro de 2021.

SOLICITO:

- Que a persoa cuxos datos figuran no encabezamento (o interesado) participe no II TRAIL NOCTURNO DE OURENSE, para o cal, lin con detalle a información proporcionada pola organización e acepto as condicións de participación e expreso o meu compromiso coas medidas persoais de hixiene e prevención do protocolo da entidade e así mesmo

DECLARO:

- Que o interesado cumpre os requisitos de admisión establecidos no documento de aceptación de condicións de participación, obriga de información e consentimento informado, non sendo grupo de risco.
- Que o interesado non tivo nos últimos 14 días nin problemas respiratorios (infección respiratoria de aparición súbita e de calquera gravidade, tose ou falta de alento), vómitos, dor abdominal ou diarrea, diminución do olfacto ou do gusto, dor de garganta, dores musculares, dor de cabeza, debilidade xeral ou febre superior aos 37,5ºC.
- Que o interesado non estivo en contacto con ningunha persoa que fora confirmada de COVID-19 nos últimos 14 días.
- Que o interesado non convive con ninguén que sexa grupo de risco, ou que no caso de que así sexa, participa na actividade baixo a súa propia responsabilidade.
- Que lin e acepto os compromisos contidos no protocolo para previr a COVID-19 do II TRAIL NOCTURNO DE OURENSE
- Que 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 Ourense, a 20 de novembro de 2021

Asinado