

## 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 estarlo, 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 interpersonal e, en todo caso, utilizar máscara.
- Manter a distancia de seguridade interpersonal 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, cansazo, 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, lavarase 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, cansazo, tose seca e/ou dificultade para respirar) e que non estiveron en contacto con ningunha persoa positiva en COVID19 (ANEXO II) Dito documento entregárase 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 circuito.

### **Público**

- Os/as espectadores deberán manter a distancia de seguridade interpersonal 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, lavarase 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.