



PROTOCOL AMB LES MESURES DE PROTECCIÓ CONTRA LA COVID-19 EN PROVES DE CICLISME A L'AIRE LLIURE EN CIRCUITS URBANS DE CARRETERA

La Federació Catalana de Ciclisme, activa una sèrie de mesures i protocols d'actuació, per al control del risc d'infecció enfront de la COVID-19, en totes les seves curses per esportistes federats i en espais a l'aire lliure.

Aquest document es un protocol orientatiu elaborat amb la millor informació disponible, amb mesures orientatives que poden canviar segons evolucioni la pandèmia i condicionat per altres restriccions que puguin aplicar les autoritats sanitàries en tot el país o en l'àrea local on es desenvolupi la prova.

Les condicions del retorn a la competició es basen en tres pilars fonamentals:

- Control de salut
- Manteniment de les distàncies de seguretat amb tot el personal d'organització i arbitres, així com amb la població en general
- Les mesures higièniques

Però l'aspecte més important és la responsabilitat de cadascuna de les persones de cada Entitat Esportiva, per complir fidelment amb les indicacions de prevenció de la COVID-19.

OBJECTIU

Recomanar les accions a seguir en totes les proves federades, evitant riscos de contagis i en conseqüència evitant també qualsevol possible brot de la COVID-19. Exposar una sèrie de mesures i accions per evitar contagis.

AVALUACIÓ DEL RISC

A causa de la situació epidemiològica mundial, no es pot descartar que els ciclistes federats, organitzadors i el Comitè tècnic i Arbitral, puguin entrar en contacte amb persones infectades per la COVID-19. Ja puguin ser persones alienes a la cursa com espectadors i població en general, o persones de l'entorn ciclista asimptomàtics.

El risc global per a la salut pública a Catalunya es considera actualment, en època d'estiu i gràcies a les altes temperatures, baix, segons les autoritats sanitàries, però hem de ser conscients dels possibles riscos.

MESURES RESTRICTIVES PER LA CURSA.

- Les Curses en circuit urbà de carretera han de formar part del calendari aprovat per la FCC en les modalitats de Copa Catalana, Copa Criterium i Campionats de Catalunya. La participació en aquestes curses queda restringida a un màxim de 60 participants. Aquesta restricció habilita les curses de categories:
 - Cadet i júnior
 - Elits i sub23
 - Màster 30
 - Màster 40-50-60
- En el cas de curses mixtes de cadets amb més de 60 participants es faran dues sèries: cadets de primer any amb fèmines cadet i cadets de segon any amb fèmines junior.
- En el cas de curses mixtes de juniors amb més de 60 participants, es faran dues sèries: juniors de primer any amb fèmines S23 i juniors de segon any amb fèmines elit.
- Per les curses de Copa Critèrium d'elit, sub23 i màsters 30/40 amb més de 60 participants, es faran un màxim de dues sèries: elits amb S23 i màsters 30-40. En cas de participació femenina, anirien en la sèrie de màsters 30-40.
- Per les curses de màster 30 i màster 40 amb més de 60 participants, és faran dues sèries, una per cada categoria.
- Per les curses de màsters 40/50/60 amb més de 60 participants, és faran un màxim de dues sèries: màsters 40 i màsters 50-60. En cas de participació femenina, anirien en la sèrie de màsters 50-60.

MESURES D'ORGANITZACIÓ

- Dues hores abans de la cursa, l'organització ubicarà en diferents punts del circuit Infografies informatives de les mesures d'Higiene pels ciclistes, tècnics, arbitres i públic en general.
- Una hora abans de l'inici de la cursa, els responsables municipals de la cursa, i d'acord amb l'organitzador, hauran verificat que personal qualificat i designat per l'Ajuntament del municipi ha desinfectat els espais de major risc pels ciclistes, tècnics, arbitres i públic en general.

- Un cop finalitzada la cursa, acabada la segona sèrie en cas necessari, es farà el lliurament de premis d'aquella categoria perquè els ciclistes i acompanyants puguin marxar cap a casa, evitant aglomeracions de ciclistes i famílies que esperen a finalitzar les altres curses pel lliurament de premis.
- L'organitzador de la cursa no pot tenir cap altra activitat social, tals com carpes de patrocinadors, vendes de productes, serveis de bar o càtering, parc de jocs o activitats per les famílies, dins el marc o l'espai a on es desenvolupa la prova ciclista.
- En totes les curses hi haurà un responsable designat per l'organització, que vetlli pel compliment del protocol establert. Haurà de coordinar i controlar l'accés als espais propers a la zona de sortida i d'arribada i verificar la disponibilitat de material per desinfecció i control de temperatura.
- En totes les curses hi haurà un responsable sanitari designat per l'organització i que formarà part de l'equip mèdic de la cursa, amb formació per la protecció de la Covid-19. L'equip sanitari de la cursa format per un metge, auxiliars i ambulància de servei haurà previst disposar termòmetre, solucions hidroalcohòliques i mascaretes sanitàries per l'equip arbitral, organitzador i staff federatiu, en cas de necessitat.
- Tot l'equip arbitral, corredors i persones que tinguin alguna responsabilitat en la zona restringida de sortida i arribada, passaran el control individual de temperatura. Aquest control el durà a terme el responsable sanitari.

MESURES A TOT EL PERSONAL

En totes les curses, qualsevol persona que desenvolupi una activitat, ha d'estar acreditada i ha de quedar registrada per l'organitzador. Hauran de seguir les indicacions del protocol referent a cada modalitat, distància de seguretat, mascaretes, utilitzar material propi i no compartit, utilitzar desinfectants de mans...

Ha de tenir acreditació sigui amb llicència federativa (arbitres, directors esportius, personal de les comissions de la federació, mecànics, fisioterapistes..etc), sigui personal acreditat pel seu treball com, sanitaris, muntatge, servei d'assistència en cursa, servei de radio-volta, personal de premsa, etc.

MESURES DE SEGURETAT AL PERSONAL DE PREMSA

Les persones acreditades de premsa escrita o gràfica, hauran de seguir les indicacions del protocol referents a cada modalitat, distància de seguretat, mascaretes, utilitzar material propi i no compartit, utilitzar desinfectants de mans...

Qualsevol interacció entre el personal acreditat de premsa i els esportistes, en format d'entrevista abans o després de la cursa, haurà de ser comunicat prèviament a la

persona responsable de la organització i de coordinar l'activitat. Aquest habilitarà un lloc lliure d'aglomeracions pel treball de premsa i convocarà a les parts. El fet quedarà registrat.

Qualsevol entrevista a esportistes, tècnics o staff federatiu sempre haurà de ser de forma individual.

Durant l'entrevista, s'ha de mantenir la distància de 2 metres entre periodista i esportista. El periodista haurà de portar mascareta i en cas d'utilitzar micro, aquest haurà de ser amb prolongador. Després de cada entrevista, les mans i el micro hauran de ser desinfectades.

Material del que ha de disposar l'organitzador

Degut a la situació de pandèmia, l'organitzador haurà de tenir alguns materials "extres" (a més a més dels ja habituals), tals com:

- Gels desinfectants o hidroalcohòlics, a les taules dels arbitres, a la taula trofeus del podi, i a les sortides dels banys pels corredors
- Tovallolletes desinfectants o draps amb lleixiu, per netejar sovint les taules d'àrbitres on treballen amb molts materials que toquen constantment (ordenadors, impressores, llicències, caixes de dorsals, imperdibles...etc.)
- Cintes de marcatge suficients per delimitar les zones
- Disposar de suficients tanques per restringir accessos de públic
- Personal pel control d'accessos a zones restringides

Zones restringides i d'accés controlat

- Zona control temperatura
- Zona de meta
- Carpa dels arbitres
- Sortida i arribada de la cursa
- Zona podi
- Si es disposa de pàrquing ampli en un terreny, tenir ben senyalitzat l'accés. Si no es disposa de pàrquing ampli, caldrà amb l'Ajuntament de la població delimitar i senyalitzar els carrers públics on podran aparcar els participants, lluny de la zona de meta.

MESURES PELS CORREDORS

- Si tens símptomes, febre o no et trobes bé, no has de venir a competir. Envia un Mail a la FCC, i et retornarem la inscripció.



- Està totalment prohibit ingerir aliments o begudes en cap zona dins del marc que abasta la prova ciclista, excepte dins de la teva zona personal (carpa, autocaravana, etc).



- Vine a competir vestit, alimentat, canviat i preparat per la cursa, porta roba per canviar-te i rentar-te en el teu vehicle després de la cursa, no hi haurà vestidors ni dutxes en finalitzar la prova.



- Tots els participants hauran de passar pel control de termòmetre per mesurar la temperatura (febre $> 37,3^{\circ}\text{C}$), abans d'anar a la taula dels àrbitres a verificar les llicències.



- El corredor ha d'anar sol (sense acompanyats) a passar els controls i recollir el dorsal. Abans de lliurar la llicència a l'àrbitre, hi haurà gel desinfectant sobre la taula per netejar-te mans i la llicència. El control de llicència s'aconsella que sigui visual utilitzant l'app del mòbil. Cal evitar qualsevol contacte digital per part dels corredors i dels àrbitres.
En el cas de ciclistes menors d'edat, si pertanyen a un equip de competició, poden passar els controls acompanyats del director d'equip. En cas de menors que no pertanyen a equips de competició, poden ser acompanyats per un familiar.



- Si has d'anar al bany abans de la cursa, al sortir hauràs de rentar-te les mans amb un gel hidroalcohòlic o amb aigua i sabó durant 20 segons com a mínim, abans d'agafar la teva bici per anar a la sortida.



- Acabada la cursa, i un cop has tret i desat dins el cotxe la bici, les sabates, casc i la roba de competició, recorda netejar-te les mans amb desinfectant, abans de conduir o d'emprendre el viatge de retorn a casa. Es recomana que portis al maleter del cotxe un gel hidroalcohòlic. Un cop arribis a casa i treguis el material del vehicle, recorda desinfectar i netejar bé les sabates, el casc, ulleres i la bicicleta. La roba de competició de seguida a la rentadora. Un cop tot el material desat i net, et toca a tu una bona neteja, a la dutxa!



MESURES EN ELS ESPAIS DE CURSA

- Certs espais seran d'accés restringit, per evitar aglomeracions de públic.



- En la zona de meta no hi podrà accedir públic ni acompanyats, ni a la sortida ni a l'arribada.



- A la carpa dels àrbitres, s'hi accedeix tots amb guants i mascareta de protecció. A verificar la inscripció hi accediran els corredors sols, i amb control d'accés, sense fer files ni aglomeracions. Un corredor sota la carpa, i no entrarà el següent fins que surti l'anterior. Entre corredors i àrbitres i entre ells, sempre hi ha d'haver una distància de seguretat de 2 metres.



- La zona de podi haurà de ser a l'aire lliure per garantir l'espai entre els espectadors i evitar aglomeracions. Davant la zona de podi hi haurà fileres de tanques separades 2 metres entre elles i les persones que hi accedeixin hauran de portar mascaretes i guants per evitar qualsevol contacte amb parts metàl·liques o de plàstic.



- Els ciclistes premiats hauran d'accedir al podi sols, sense acompanyants ni familiars. Es recomana portin guans si han de tocar estructures metàl·liques del podi, o bé enseguida baixant del podi, rentar les mans. L'accés al podi, només el corredor el pot fer sense mascareta, per les fotografies oficials. Els representants de les institucions i de la Federació faran acte de presència en el podi respectant la distància de seguretat de 2 metres i portaran mascareta (l'ús dels guans es recomana, per tocar o entregar els trofeus als corredors). Queden prohibides les salutacions i felicitacions en el podi, amb la tradicional encaixada de mans.



MESURES EN LES REUNIONS TÈCNIQUES

- Les reunions tècniques entre l'equip arbitral i els directors esportius es realitzaran en un espai a l'aire lliure i sempre amb un número màxim de 20 persones. Mai en cap recinte tancat. Tothom haurà de portar guants i mascaretes i respectar la distància de seguretat de 2 metres.



MESURES EN ELS VEHICLES D'ORGANITZACIÓ

- En els vehicles d'organització hi aniran un màxim dues persones, el xofer i un àrbitre, i el xofer i un metge, el xofer i el director de cursa, etc.
- També només dues persones als cotxes d'equip. El director al davant, i un mecànic al darrera.

MESURES DURANT LA CURSA

- Els ciclistes han de sortir a competir assegurant-se de portar tot el necessari a les butxaques (barretes, gels) i amb el líquid necessari per hidratar-se (1 o 2 bidons si fa falta).
- Cap corredor no pot compartir aliments ni bidons, ni tan sols amb companys del mateix equip.
- Cap corredor podrà agafar aliments del vehicle o dels espectadors durant la cursa.
- En cas de molta calor, només el director d'equip pot avituallar al seu corredor, en cas de quedar-se sense aigua o de perdre els bidons.
- En cas d'avaria, el corredor només pot rebre assistència mecànica del seu mecànic o director d'equip.
- Tots els responsables d'equip (director i mecànic), han de portar guants per assistir als corredors en cas d'avaria durant la cursa.
- En cas de caiguda individual, només els responsables de l'equip del corredor danyat, donaran els primers auxilis al seu corredor, deixant pas als serveis sanitaris de seguida que arribin.
- En cas de caiguda massiva, només un representant de l'equip (director o mecànic) es pot acostar a la caiguda per ajudar al seu corredor a re-emprendre la cursa. En cas de necessitar assistència mèdica farà un senyal per avisar ràpid als serveis mèdics i al metge.
- Acabada la cursa, està prohibit que els corredors s'aturin creuada la línia d'arribada. Els corredors hauran d'anar a rodar i airejar-se lluny de la zona d'arribada. Es recomana anar als vehicles a canviar-se i rentar-se de seguida.
- Només els corredors que per classificació tinguin premi s'acostaran a la zona de podi per participar en els actes protocol·laris.

Aquest és un document genèric que s'anirà adaptant als diferents comunicats o reglaments que l'autoritat competent determini abans de la cursa.

Barcelona, 29 de maig de 2020

Àrea Tècnica i Comissió de carretera
Federació Catalana de Ciclisme