



PROTOCOL AMB LES MESURES DE PROTECCIÓ CONTRA LA COVID-19 EN PROVES DE CICLISME A L'AIRE LLIURE EN RUTES 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 ruta de carretera tancada al trànsit han de formar part del calendari aprovat per la FCC en les modalitats de Copa Catalana, Grans Clàssiques, Copes Espanya i Campionats de Catalunya. La participació en aquestes curses queda restringida a un màxim de 200 participants. Aquesta restricció habilita les curses de categories:
 - Cadet i junior
 - Elits i S23
 - Màster 30
 - Màster 40-50-60

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, 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 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.
- 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.

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.



- 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.



- En 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 i hauran de fer-ho amb guants de protecció per evitar contactes digitals amb l'estructura del podi, i sense mascareta. 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 guants i mascareta. No es farà lliurament dels trofeus entre personalitats i corredors, seran aquests qui recolliran el guardó prèviament identificat per cada posició del podi. Els premis per equips seran recollits pel director de l'equip i amb les mateixes precaucions que els 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.

- A dins dels vehicles tothom ha de portar obligatoriament les mascaretes.

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 vehicle d'equip i 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 vehicle, mecànic o director d'equip, i del vehicle neutre oficial de la Federació Catalana de Ciclisme.
- El vehicle neutre, no pot alimentar ni donar bidons als corredors, només assistència mecànica.
- Tots els responsables d'equip (director i mecànic), així com els responsables del vehicle neutre d'assistència, 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-empresar 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

