

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | **COMPETICIÓN | STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Reunións organizativas previas entre ORGANIZADORES da competición (trazador, persoal de campo, persoal de control de tempos SPORTident, etc.)	No caso imprescindible de ter que realizar reunións presenciais, manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca. Priorizar que as reunións sexan telemáticas. Dispoñer de hidroxel no espazo de reunión: lavado de mans antes e despois da reunión. Nomear un Delegado de campo COVID da competición. Utilizar máscaras de protección en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Priorizar o uso de locais amplos e ventilados.
Antes (común)	Staff propio (cartógrafo)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa	Cartógrafo que fai os traballos de campo previos e mantén conversas cos propietarios dos terreos e outros usuarios do espazo.	Realizar os traballos de cartografía relacionados coa actividade deportiva en solitario. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca. Lavado de mans antes e despois de cada xornada (é recomendable levar un botiño de hidroxel). Utilizar máscaras de protección en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Xestións de autorizacións administrativas por parte dos ORGANIZADORES ante Concellos, Comunidades de Montes, Cotos de Caza, Consellerías, etc.	No caso imprescindible de ter que caso de realizar reunións ou entregas presenciais, manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca. Priorizar que as xestións sexan telefónicas e telemáticas. Lavado de mans antes e despois das reunións (é recomendable levar un botiño de hidroxel). Utilizar máscaras de protección en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.
Antes (común)	Staff propio (xestores de materiais)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Xestións presenciais en establecementos comerciais para a compra de materiais (deportivo ou non) necesarios para a realización da competición. Carga, transporte e almacenamento dos materias.	Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca. Priorizar as compras telemáticas. Lavado de mans antes e despois das xestións (é recomendable levar un botiño de hidroxel). Utilizar máscaras de protección en espazos pechados e sempre que non sexa posible manter a distancia de seguridade (2 metros).
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Persoas da organización con posibles síntomas leves e que participan na preparación da competición	Facer un Auto test antes de saír da casa, tanto nos días previos de preparación (traballo de campo, preparación de materiais, reunións, etc.) como no día da montaxe da competición. Debo facerme tres preguntas: Teño febre? Teño tose? Noto falta de alento? Se algunha das respostas é positiva, debo quedar na casa e proceder tal e como establece a Consellería de Sanidade. Comunicalo inmediatamente ao Delegado de campo COVID da competición. Para ter máis certezas podo acceder a https://coronavirus.sergas.gal/autotest .
Antes (común)	Staff propio (grupos de risco)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Persoas da organización que participan e pertencen a un determinado grupo de risco respecto ao Covid-19.	A recomendación para as persoas sensibles e vulnerables é que non deberían formar parte da organización sen consultar ao seu médico ou cun médico do deporte. En calquera caso asumirán calquera risco baixo a súa responsabilidade. O CSD (Consejo Superior de Deportes) establece como principais grupos vulnerables aos maiores de 60 anos, e aquelas persoas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermidades cardiovasculares, enfermidades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, e embarazadas polo principio de precaución.
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Desprazamento en vehículos con persoas que non son membros da mesma unidade familiar (xestións, viaxe ao lugar de competición, recollida de materiais, etc.). Estacionamento no lugar de competición. Desprazamento en vehículos para colocación de puntos dos puntos de control (balizas) no terreo.	Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Tamén ao saír do vehículo. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca. Repartir aos ORGANIZADORES nun maior número de vehículos. Na medida do posible, agrupar nun mesmo vehículo conviventes ou grupos estables, sen cambiarlos nen de asento, nen de coche durante os desprazamentos de ida e volta. Levar un botiño de hidroxel no interior do vehículo. Lavado de mans antes e despois da viaxe. Evitar, na medida do posible, o desprazamento en vehículos colectivos (autobuses, etc.). Atender ás indicacións sectoriais da Consellería de Sanidade. Utilizar máscaras de protección no interior do vehículo. Non recircular o aire. Ventilar o interior con frecuencia. Nas áreas de estacionamento do lugar de competición o uso de máscaras é OBRIGATORIO tamén ao saír o vehículo.
Antes (común)	Staff propio (organización) (xestores de materiais)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Montaxe da competición. Contactos entre persoas durante o reparto e colocación dos materiais dos puntos de control (balizas): prebalizado, estacas, numeración, estacións e telas.	Evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. O número de persoas de campo que coloquen os puntos de control (balizas) será o estritamente necesario. Se dividirá a área de competición en sectores que han de colocar (e recoller ao finalizar) individualmente. Minimizar o número de persoas de campo para montar o espazo de competición. Se asignarán equipos de montaxe e desmontaxe estables que traballarán en parellas, ou individualmente de ser posible. Aplicará aos espazos de presaída-triaxe, quecemento, saída, meta-recuperación e SPORTident. Utilizar máscaras de protección en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Utilizar máscaras de protección sempre que se manipule o material, aínda que sexa individualmente.
Antes (común)	Staff propio (secretaría)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Xestións en secretaría. Contactos entre persoas durante o reparto de dorsais, erros de inscrición, erros na asignación de número de tarxeta, etc.	Evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Marcaxe no chan do distanciamento durante a espera con conos, bandeirolas, cinta ou similares da distancia de seguridade de 1,5 metros. Recomendado un mínimo de 10 marcas. Secretaría se habilita para trámites a través dos responsables dos clubs/equipos, ou para aclaracións ás categorías de INICIACIÓN. Non serán atendidas outras xestións de tipo individual. Soamente serán atendidas as inscricións telemáticas. Soamente serán atendidos os pagos telemáticos. Nunca durante a competición. Soamente serán atendidas as xestións telemáticas individuais de inscricións/correccións de erros a través do correo fegado.xestionssecretaria@gmail.com . Comprobar que dispón de cobertura móbil. en campo. Persoas na secretaría utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica e/ou biombo (mampara) protector de metacrilato ou similares (se as condicións meteorolóxicas o permiten). Utilizar máscaras de protección sempre que se manipule o material, aínda que sexa individualmente. Habilitar o control de temperatura termómetro infravermello (sen contacto) para membros do staff con carácter previo á montaxe. Ampliar o control de temperatura (opcional segundo os recursos da organización) durante a competición ás persoas que se acerquen a secretaría (responsables dos clubs e categorías INICIACIÓN). Ter un termómetro de reposo e máis pilas.
Antes (común)	Staff propio (Delegado de campo COVID)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	Falta de control respecto a distanciamento entre persoas, e respecto á utilización de máscaras: - no espazo de aparcadoiro. - no espazo de reunión (arena). -no espazo de secretaría.	A organización designará un Delegado de campo COVID que debe velar polo cumprimento do presente protocolo durante a competición. Debe estar, durante toda a proba a disposición do Xuíz Controlador. ANTES da actividade deportiva durante o proceso de inscrición debe comprobar: Dispoñer, de ser necesario e sempre respectando a LOPD, dos datos de contacto dos inscritos a través dos clubs. Dispoñer, de ser necesario e sempre respectando a LOPD, dos datos de contacto dos inscritos coma INDEPENDENTES. Os inscritos aportan a correspondente declaración responsable de participación na actividade. Os requisitos de admisión na proba (aceptación de condicións de participación, obriga de información e consentimento informado) están publicados na web da FEGADO.

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | STAFF PROPIO

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<p>Verificar se están identificados os participantes que son grupo de risco (persoas sensibles e vulnerables).</p> <p>No caso de facer uso de instalacións (pavillóns, duchas, aseos, etc.), solicitar ao titular das mesmas o correspondente protocolo de uso. Difundilo entre os diferentes axentes a través dos boletíns.</p> <p>Están publicadas as normas adicionais en materia COVID-19 no boletín da proba.</p> <p>O boletín da proba debe mencionar que a mesma se disputa SEN PÚBLICO.</p> <p>ANTES da actividade deportiva no espazo aparcadoiro, no espazo de secretaría e no espazo de reunión (arena):</p> <p>Supervisar que os membros do STAFF e DEPORTISTAS están a manter as distancias de seguridade que indica o protocolo en cada espazo.</p> <p>Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS nos espazos de reunión (arena). Debe evitar que os DEPORTISTAS instalen tendas ou espazos de concentración (refuxios, amoreamento de mochilas, etc.). Deben supervisar que, de instalarse tendas de venda de materiais, se respecten as distancias de seguridade e o uso de máscaras segundo o establecido pola Consellería de Sanidade.</p> <p>Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS nos espazos de SECRETARÍA, onde se deben presentar soamente os representantes dos equipos, e non persoas individuais (excepto nas categorías INICIACIÓN).</p> <p>Supervisar que non se produzan circulacións de persoas acompañantes aos espazos restrinxidos a DEPORTISTAS, sendo o límite o punto de presaída/triaxe. Non está permitido o acceso de acompañantes á zonas de saída e meta (salvo que participen na actividade deportiva). Na medida do posible, deben evitar acceder ao espazo de SPORTident.</p> <p>Supervisar que os DEPORTISTAS están a utilizar as máscaras de seguridade segundo indica o protocolo.</p> <p>Supervisar que os membros do STAFF EN APARCADOIRO E ARENA están a empregar máscaras de protección FFP2 sen válvula e pantallas faciais plásticas. Debe estar atento á súa reposición debido a perdas, condicións atmosféricas adversas (choiva, etc.).</p> <p>Supervisar que os membros do STAFF DE SECRETARÍA están a empregar máscaras de protección FFP2 sen válvula e pantallas faciais plásticas. Debe estar atento á súa reposición debido a perdas, condicións atmosféricas adversas (choiva, etc.). Tamén se están o biombo (mampara) protectora de metacrilato ou similares (se as condicións meteorolóxicas o permiten).</p> <p>A persoa do STAFF que exerza como DELEGADO DE CAMPO COVID utilizará máscara de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.</p> <p>Supervisar que os membros do STAFF e DEPORTISTAS dispoñen de materiais de desinfección suficientes na SECRETARÍA (hidroxel, pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente. Tamén panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos., bolsas, etc. Debe estar atento á súa reposición.</p>
Antes (común)	Staff propio (coordinadores COVID)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO</p>	<p>Deportistas que se inscriben na competición sen coñecer os riscos aos que están expostos nin as medidas que deben adoptar.</p> <p>Deportistas que se inscriben na competición sen facilitar ou seus datos ou con datos non actualizados.</p>	<p>Coordinador COVID de CLUB</p> <p>Os clubs, a través da designación dun coordinador COVID de CLUB, teñen a obriga de informar aos seus socios do protocolo FISICOVID-DXT Galego da FEGADO (documento de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e está publicado na web da federación https://fegado.es).</p> <p>Debe informar aos seus socios que a competición se realizará segundo a filosofía de chegar, correr e marchar, evitando a socialización entre deportistas.</p> <p>Recibirá información a través do Coordinador COVID da FEGADO para estar ao día nas normas establecidas pola Consellería de Sanidade, como en posibles actualizacións do Protocolo FISICOVID FEGADO.</p> <p>As probas se disputarán sen público. Debe recomendar que se despracen á competición o menor número de acompañantes posible, e de facelo, ademais de coñecer o protocolo no que lles afecta, deben saber que o acceso ás zonas de saída, presaída e meta están restrinxidos exclusivamente aos deportistas. Tampouco poderán acceder ao mapa no que ten lugar a competición, tal e como establece o regulamento.</p> <p>De cara á posible necesidade dun rastrexo de contactos, debe garantir que os datos persoais dos socios rexistrados na web da FEGADO estean actualizados, respectando sempre a LOPD.</p> <p>No caso de asistir á actividade deportiva (debe delegar esta función noutra persoa no caso de non asistir):</p> <ul style="list-style-type: none"> Debe evitar a concentración de persoas do club no espazo de reunión (arena), impedindo a instalación de tendas, bandeirolas, etc. Debe estar a disposición do Delegado de campo COVID da competición. <p>Coordinador COVID da FEGADO para a implementación e seguimento do protocolo</p> <p>Será o interlocutor coa Secretaría Xeral para o Deporte.</p> <p>Estará a disposición da organización da proba para o asesoramento en materia do Protocolo FISICOVID FEGADO.</p> <p>Estará a disposición dos estamentos federativos para a información e formación en materia do protocolo FISICOVID FEGADO.</p>
Antes (común)	Staff propio (xestores de materiais)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa</p> <p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SIMULTÁNEO</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO</p>	<p>Traballos previos en almacén CLUB. Preparar e cargar materiais da competición dos clubs. Recollida. presenciais ou envío por empresa de mensaxaría.</p> <p>Traballos previos en almacén FEGADO. Contactos cos materiais da FEGADO ao revisar e enviar/recoller. Recollida. presenciais ou envío por empresa de mensaxaría.</p>	<p>Durante a preparación de materiais en almacén, evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.</p> <p>Lavado de mans antes e despois de tocar os materiais, ben con auga e xabón ou con hidroxel.</p> <p>Minimizar o número de persoas en contacto co material, que no caso de estación e tarxetas SPORTident debe ser unha única persoa.</p> <p>Os xestores de materiais, tanto de CLUB como de FEGADO, deben recibir e entregar os materiais con garantías de desinfección, documentándoo por escrito.</p> <p>Poden consultar a eficacia virucida dos produtos a comerciais empregar no seguinte enlace: [ver]</p> <p>Desinfección dos materiais con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente, salvo indicación contraria do fabricante. Pode ser considerada como alternativa a corentena dos materiais segundo estas indicacións: [ver]</p> <p>No caso de estacións e tarxetas SPORTident seguir escrupulosamente as instrucións de SPORTident recibidas en data 24/06/2020, preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol. [ver]</p> <p>Bandas elásticas ou cordas (material poroso) e tarxetas SPORTident (material plástico non poroso) deben ser manexadas separadamente en contedores independentes.</p> <p>Durante os traballos previos en almacén CLUB/FEGADO: lavado de mans antes e despois de entrar en contacto cos mapas, ben con auga e xabón ou con hidroxel.</p> <p>Utilizar máscaras de protección en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p> <p>Utilizar máscaras de protección sempre que se manipule o material, aínda que sexa individualmente.</p>
Antes (común)	Staff propio (secretaría)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SIMULTÁNEO	Xestións ou intercambios de materiais na secretaría do evento.	<p>Utilizar bandexas plásticas (independentes para porosos/no porosos) para a entrega/recepción de materiais, evitando o contacto man con man. Utilizar bolsas plásticas para a entrega de materiais agrupados aos responsables de clubs.</p> <p>Non se custodiarán as chaves dos vehículos.</p> <p>Non se custodiarán equipacións individuais (roupa, mochilas, etc.).</p> <p>Recoméndase o uso de dorsais de vixencia anual para unha tempada, prorrogable. Entrega a un responsable do club ou responsable de equipo ó principio da tempada. Nunca facer un dorsal específico para unha competición. Recomendase aplicar flexibilidade respecto aos deportistas que se presente sen dorsal.</p> <p>Dispoñer de hidroxel no espazo secretaría para o STAFF de SECRETARIA. Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Lavado de mans antes e despois de entrar en contacto coas tarxetas SPORTident de aluguer con hidroxel. Entrega a un responsable do club ou responsable de equipo. Nunca entrega a persoas individuais para minimizar os contactos.</p>

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | **STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo de secretaría. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Antes (común)	Staff propio (organización) (provedores)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO</p>	<p>Contacto cos mapas e/ou descrições de control durante o proceso impresión, revisión e reparto.</p> <p>Recollida no servizo de impresión propio (club ou federación) ou alleo (servizo externo).</p>	<p>Durante a recollida/reparto dos mapas, evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>É recomendable esixir protocolo de desinfección ao provedor de mapas ou imprenta.</p> <p>Desinfección dos materiais con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente, salvo indicación contraria do fabricante. Pode ser considerada como alternativa a coretena dos materiais segundo estas indicacións: [ver]</p> <p>Lavado de mans antes e despois de entrar en contacto cos mapas e/ou descrições de control, ben con auga ou con hidroxel.</p> <p>Envío telemático por adiantado dos arquivos de descrições de control, e todo que axude a evitar contactos entre persoas innecesarios. Elimínase por tanto a entrega en papel das descrições de control.</p> <p>Utilizar máscaras de protección sempre que se manipule o material, aínda que sexa individualmente. Tamén en canto se recollan</p>
Antes (común)	Staff propio (xestores de materiais)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL	Estacións SPORTident . Contactos cos materiais durante a configuración dos dispositivos electrónicos de control de paso (estacións SPORTident)	<p>Minimizar o número de persoas en contacto co material, que no caso de estación SPORTident debe ser unha única persoa.</p> <p>No caso de estacións e tarxetas SPORTident seguir escrupulosamente as instrucións de SPORTident recibidas en data 24/06/2020, preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol [ver]</p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa</p> <p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SIMULTÁNEO</p>	<p>Montaxe de infraestruturas pesadas para a competición (tendas túnel, tendas iglú, carpas auxiliares ao aire libre, grupos electrógenos pesados, megafonía, etc.)</p> <p>Montaxe de infraestruturas lixeiras para a competición (sinais de acceso, balizamento, elementos de mobiliario, etc.).</p>	<p>Evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Prescindir, na medida do posible, de infraestruturas pesadas que para súa montaxe requiran un traballo en grupo. Excepción: carpa aberta de illamento para a posible detección de persoa con síntomas durante a competición (equipada con máscaras cirúrxicas e cubo de pedal e bolsas con peche).</p> <p>Prescindir de cabaletes de entrega de descrição de controis.</p> <p>Prescindir de infraestruturas de exposición de boletíns/listas/resultados.</p> <p>Prescindir de infraestruturas de avituallamento.</p> <p>Prescindir da montaxe de estruturas de podio.</p> <p>Prescindir das infraestruturas de gardería.</p> <p>Prescindir das infraestruturas de WC/duchas.</p> <p>Dispoñer de hidroxel para STAFF PROPIO no espazo de MONTAXE DO CENTRO DE COMPETICIÓN. Lavado de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo de MONTAXE DO CENTRO DE COMPETICIÓN. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL	<p>Montaxe das balizas da competición. Reparto e colocación dos materiais dos puntos de control (balizas): estacas, numeración, estacións e telas.</p> <p>Activación das estacións con tarxeta SPORTident propia.</p>	<p>O número de persoas de campo que coloquen os puntos de control (balizas) será o estrictamente necesario. Se dividirá a área de adestramento en sectores que han de colocar (e recoller ao finalizar) individualmente.</p> <p>O material xa virá previamente repartido nos lotes que correspondan a cada colocador, para evitar contactos no espazo de competición.</p> <p>Eliminar ou inutilizar dispositivos manuais de control de paso (pinza clásica). Debe advertirse nos boletíns.</p> <p>Os ORGANIZADORES deben levar hidroxel individual para a montaxe da competición. Limpeza exhaustiva de mans e tarxeta SPORTident antes e despois da colocación dos puntos de control (balizas).</p>
Antes (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	<p>Non identificamos contactos a través de materiais que pasen ALTERNATIVAMENTE dunhas mans a outras antes de comezar a competición.</p> <p>Os ORGANIZADORES gardan o seu pequeno material que é de uso individual (equipación, tarxeta SPORTident, polainas ou calcetas, compás, porta descrições, mapa usado, etc.). Non deben compartilo cos DEPORTISTAS.</p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SIMULTÁNEO	Utilización das SUPERFICIES de aseos e vestiarios, pavillóns ou instalacións deportivas cubertas antes do inicio da competición .	<p>Resgardos de persoas en pavillóns ou instalacións deportivas cubertas. A recomendación nesta fase é de non facer uso destas SUPERFICIES para a realización de resgardos de deportistas antes das carreiras posto que non se pode garantir a distancia de seguridade entre persoas. A actividade física e deportiva deberá ser exclusivamente ao aire libre segundo a filosofía de Chegar, Correr e Marchar (CCM).</p> <p>Aseos e vestiarios en instalacións alleas. A recomendación nesta fase é de non facer uso destas SUPERFICIES antes da actividade deportiva. De facelo se deberá publicar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020:</p> <p>Uso de vestiarios</p> <ul style="list-style-type: none"> No caso de que os vestiarios non estiveran desinfectados e non houbera unha axeitada ventilación, non se deben usar. Neste caso os/as participantes no adestramento/competición deberán chegar debidamente cambiados/as da casa. No caso de que se utilice, o uso do vestiario estará limitado ao aforo determinado na normativa e a un número de persoas que permitan manter sempre a distancia de seguridade (+1,5 metros) entre elas e en todas as direccións. Organizaranse as quendas que sexan necesarias para cumprir coas normas de aforo, de ventilación e de desinfección. Despois do seu uso, as mochilas ou equipamento persoal deberán levarse á zona designada tal e como se indica nestas táboas. Limitar a estancia no vestiario ao tempo mínimo necesario e estar con máscara en todo momento, salvo que sexa imprescindible ducharse. Neste caso, quitar a máscara exclusivamente para entrar na ducha e colocala de novo tan pronto nos sequemos a cara e cabeza. Evitar falar, berrar, celebracións, etc... mentres esteamos no vestiario <p>Uso de baños</p> <ul style="list-style-type: none"> Uso de máscara en todo momento Manter a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 m. Respectar as quendas de uso para cumprir aforos. <p>Lavado de mans ou utilización de xel hidroalcohólico ao entrar e ao saír</p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SECUENCIAL	Utilización das SUPERFICIES de aseos e vestiarios, pavillóns ou instalacións deportivas cubertas para ser utilizadas antes da competición .	<p>Non identificamos un uso SECUENCIAL de superficies (deixando pasar un tempo entre un usuario e outro) por DEPORTISTAS antes da competición. Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de SPORTident, reunión (arena) e aparcadoiro. Estes espazos serán amplos e estarán ao aire. Sen embargo identificamos posibles excepcións:</p> <p>Espazo cuberto ou pechado SECRETARÍA. No caso de utilizar para SECRETARÍA dun espazo cuberto ou pechado dunha instalación se deberá consultar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos respecto da ventilación de instalacións establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020:</p> <ul style="list-style-type: none"> Deberán realizarse tarefas de ventilación nas instalacións cubertas durante un mínimo de 30 minutos ao inicio e ao remate de cada xornada, así como de forma continuada durante esta e obrigatoriamente ao remate de cada clase/sesión ou actividade de grupo. No caso da utilización de sistemas de ventilación mecánica, deberá aumentarse a subministración de aire fresco e non se poderá empregar a función de recirculación do aire interior. Antes do inicio das actividades e do uso de vestiarios, baños, salas, etc.. asegurarse de que estean ben ventiladas e se fixeran as accións sinaladas no parágrafo anterior. Durante as actividades en recintos pechados, na medida do posible, realizar os tempos de descanso e/ou recuperación en zonas ao aire libre ou ben ventiladas. <p>Aseos e vestiarios en instalacións alleas. A recomendación nesta fase é de non facer uso destas SUPERFICIES antes de iniciar a actividade deportiva. De facelo se deberá publicar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos respecto do uso de aseos establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020 enumerados no apartado anterior.</p>

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | STAFF PROPIO

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Antes (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	Non identificamos un uso ALTERNO de superficies (persoas alternativamente en contacto coa superficie en todo momento) por DEPORTISTAS antes de comezar a competición. Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de SPORTident, reunión (arena) e aparcadoiro.
Antes (O-Pé bosque)	Staff propio (trazador dos percorridos)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Un mal deseño de percorridos podería implicar que: - se produzan aglomeracións por unha mala selección da zona de saída ou meta, expoñendo a ORGANIZADORES e deportistas. - coincida máis de un deportista nun determinado punto de control (baliza) ou tramo. - coincidan deportistas e persoal alleo (transeúntes, veciños, etc.) durante o percorrido.	<p>Reflexións sobre a idoneidade dun Centro de Competición e Mapa</p> <p><u>Espazos amplos ao aire libre</u> para evitar a aglomeración de persoas antes, durante e despois da competición.</p> <p>Evitar, na medida do posible, o uso de espazos pechados e cubertos. Sempre considerar escenarios adversos (inclemencias meteorolóxicas, demoras nas saídas, etc.) para calcular a versatilidade dos espazos e evitar a aglomeración de persoas.</p> <p>Na medida do posible, <u>espazos libres doutros usuarios</u>, peatóns, espectadores ocasionais, etc.</p> <p>Aparcadoiros amplos, separados o suficiente do Centro de Competición para evitar a concorrencia de persoas.</p> <p>Seleccionar un espazo de reunión (arena) amplos e ao aire libre, pero no que se debe evitar a socialización e que permita manter o distanzamento social.</p> <p><u>Circulacións fluídas dentro do Centro de Competición</u>, evitando cruzamentos de persoas. Hai que sinalizar, dende o aparcadoiro, cómo chegar a cada espazo.</p> <p>Espazo de secretaría fácil de localizar polos participantes. Espazo suficiente e marcaxe no terreo de distancias de seguridade na zona de espera/acceso (1,5 m).</p> <p>Medidas para evitar que coincidan deportistas no espazo de saídas</p> <p><u>Presaiña obrigatoria para realizar a triaxe de corredores</u> (toma de temperatura). Espazo suficiente e marcaxe no terreo de distancias de seguridade na zona de espera/acceso (3,0 m)</p> <p>Seleccionar un <u>espazo de quecemento amplo e ao aire libre</u> para dar cabida ao número de corredores entre presaiña e saída. Espazo suficiente como para poder manter a distancia de seguridade de 3,0 m entre deportistas.</p> <p>Seleccionar un <u>espazo de saídas amplo e ao aire libre</u> para dar cabida ao número de corredores entre presaiña e saída. Espazo suficiente e marcaxe no terreo de distancias de seguridade na zona de espera/acceso (3,0 m).</p> <p>Saídas graduadas para un máximo <u>recomendado (se é viable en función do número de inscritos, franxa horaria de saídas dispoñible e capacidade de carga do espazo de saídas) de dous (2) deportistas por minuto (1 corredor/minuto en INICIACIÓN)</u>. Espazos -2,-1 e baliza START obrigatoria.</p> <p>Evitar saídas en tramos estreitos.</p> <p>Recomendacións para evitar que coincidan deportistas no espazo de saídas</p> <p>Deseñar tramos longos ao triángulo de saída.</p> <p>Deseñar primeiros controis que axuden a dispersar aos corredores. En función do número de corredores, deseñar percorridos nos que os primeiros puntos utilicen puntos de control (balizas) diferentes. Deseñar tramos longos a ás primeiras balizas.</p> <p>Medidas para evitar que coincidan deportistas durante o percorrido</p> <p>Deseño de percorridos que faciliten o distanciamento de corredores e o distanciamento con persoal alleo (transeúntes, veciños, etc.).</p> <p>Seleccionar emprazamentos de puntos de control (balizas) <u>en elementos, espazos ou horarios non concorridos</u>.</p> <p>Incrementar o número de puntos de control (balizas).</p> <p>Reducir o número de puntos de control (balizas) comúns, na medida do posible.</p> <p>Priorizar os tramos con elección de ruta.</p> <p>Evitar, na medida do posible, as entradas e saídas dun punto de control (baliza) polo mesmo lugar.</p> <p>Deseñar percorridos específicos para deportistas que pertencen a grupos de risco (>60 anos).</p> <p>Evitar o uso de balizas espectador.</p> <p>Evitar “agochar” os puntos de control (balizas) para garantir unha fluidez na orientación dos deportistas.</p> <p>Os puntos de control (balizas) dobrados estarán separados máis de 3 metros entre si. Non colocar máis dunha estación por cabaleta/estaca.</p> <p>Recomendacións para evitar que coincidan deportistas nas chegadas</p> <p>Evitar chegadas en tramos estreitos.</p> <p>En función do número de corredores, valorar o deseño de máis dunha chegada.</p> <p>Os puntos de control (balizas) dobrados estarán separados máis de 3 metros entre si. Non colocar máis dunha estación por cabaleta/estaca no punto de control (baliza) “finish” e último control (baliza 100 ou 20).</p> <p>Evitar utilizar, na medida do posible, un único último punto de control (baliza) para tódolos percorridos (baliza 100 ou 200).</p> <p>Recomendable xerar tres (3) carrís de chegada (2 para categorías oficiais e 1 para iniciación), separados 3 metros entre si.</p> <p>Evitar que os tramos balizados nos tramos de sprint creen embudos que concentren corredores.</p>
Antes (común)	Staff propio (organización) (empregados instalacións)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Briefing. Concentración de persoas durante a explicación da competición, por parte dos ORGANIZADORES, aos deportistas.	<p>Evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Formar e informar aos participantes dos protocolos de seguridade relacionados con COVID-19 a través da páxina web da FEGADO.</p> <p>Evitar, na medida do posible, os briefing. Envío telemático por adiantado dos briefing para a evitar os contactos innecesarios entre persoas.</p> <p>Como alternativa, a organización pode programar un briefing telemático (preferentemente no día previo) para explicar aspectos técnicos e organizativos. Será un bo espazo no que aclarar dúbidas.</p> <p>Formar e informar aos participantes sobre como estará distribuído o <u>centro de competición</u> a través da páxina web da FEGADO.</p> <p>Identificar claramente a secretaría, presaiña-triaxe, saída e meta e SPORTident. Colocar sinais que dirixan a cada un destes espazos.</p> <p>Evitar colocar paneis con información (mapa antigo, boletíns, horarios de saída, etc.) no espazo de reunión (arena) que poidan provocar concentración de persoas.</p> <p><u>Utilizar máscaras de protección FFP2 (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre/pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</u></p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	Montaxe da competición. Colocadores de puntos de control (balizas) que van xuntos ou coinciden durante a montaxe da proba. Circulacións lineais polo espazo de competición. Coincincias no espazo en tempos diferentes de DEPORTISTAS con outros DEPORTISTAS e ORGANIZADORES antes de comezar a competición.	<p>Divídese o mapa da competición en sectores (grandes superficies de terreo). Cada sector se asigna individualmente a unha persoa do STAFF PROPIO, que é quen coloca o prebalizado (se procede) e o punto de control (baliza).</p> <p>A colocación pode ser verificada por outros membros do STAFF PROPIO. Este proceso de comprobación non coincidirá no tempo (separación suficiente), e tampouco no espazo posto que a ruta de acceso aos puntos de control (balizas) é de libre elección e non está marcada no terreo.</p> <p>Nas circulacións lineais polo espazo de competición <u>Utilizar máscaras de protección tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</u></p>
Antes (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito ALTERNATIVO	Circulacións aleatorias polo centro de competición. Coincincias “en todo momento e intercambiando espazos” de ORGANIZADORES con outros ORGANIZADORES e DEPORTISTAS antes de iniciar a carreira.	Os ORGANIZADORES non deben socializar entre eles (nin con outras persoas) nos espazos de reunión (arena) antes de iniciar a competición. Deben manterse e non rotar no seu posto asignado, mantendo a distancia de seguridade de 1,5 m entre membros da organización, e de 3,0 m a outras persoas.

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | **COMPETICIÓN** | **STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				Utilizar máscaras de protección FFP2 (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre/pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.
Antes (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN uso de botellas e vasos	Compartir botellas e vasos entre membros do staff para hidratarse durante a montaxe do Centro de Competición e tras colocar os puntos de control (balizas).	Cada membro do STAFF PROPIO levará as súas propias botellas e vasos. Serán de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos. Recoméndase marcar ou rotular os envases para evitar confusións.
Antes (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN comidas e víveres	Compartir comidas e víveres entre membros do staff para alimentarse durante a montaxe da competición	Cada membro do STAFF PROPIO levará a súa comida e víveres. Serán de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos.
Durante (común)	Staff propio (todos)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa	Saúdos entre persoas no centro de competición : entre ORGANIZADORES, pero tamén aos deportistas, aos acompañantes, etc.	Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Reforzar as distancias de seguridade nos postos de ORGANIZADORES que chaman aos corredores, incrementándoos ata os 3,0 metros tanto na presaída, coma na saída.
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (Delegado de campo COVID)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	Falta de control respecto a distanciamento entre persoas, e respecto á utilización de máscaras: - no espazo de presaída/triaxe. - no espazo de quecemento. - no espazo de saída. - no espazo de meta e recuperación.	A organización designará un Delegado de campo COVID debe velar especialmente polo cumprimento do presente protocolo. En particular DURANTE a actividade deportiva no espazo de presaída/triaxe, no espazo de saída e no espazo de meta e recuperación: Supervisar que os membros do STAFF e DEPORTISTAS están a manter as distancias de seguridade que indica o protocolo en cada espazo. Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS nos espazos de espera de presaída e saída. Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS no momento de rexistro na baliza START que marca o inicio da carreira cronometrada. Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS na meta, regulando os fluxos no espazo de recuperación deportistas. Supervisar que a carpa de illamento COVID-19 está operativa e equipada cos materiais que indica o protocolo. Coordinarse cos servizos sanitarios para a súa utilización. Comprobar que dispón de cobertura móbil. Supervisar que os DEPORTISTAS están a utilizar as máscaras de seguridade segundo indica o protocolo, e quen non a retiran ata rexistrarse na baliza START. Supervisar que os membros do STAFF están a empregar máscaras de protección FFP2 sen válvula e pantallas faciais plásticas. Debe estar atento á súa reposición debido a perdas, condicións atmosféricas adversas (choiva, etc.). A persoa do STAFF que exerza como DELEGADO DE CAMPO FISICOVID utilizará máscara de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica. Supervisar que os membros do STAFF dispoñen de materiais de desinfección suficientes (hidroxel, pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente). Tamén panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos., bolsas, etc. Debe estar atento á súa reposición.
Durante (común)	Staff propio (xuíz controlador) (xuíces auxiliares)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	Posible incumprimento da NORMATIVA DE OBRIGADO CUMPRIMENTO durante a actividade deportiva - no espazo de presaída/triaxe. - no espazo de quecemento. - no espazo de saída. - no espazo de meta e recuperación.	A FEGADO designará un xuíz controlador (que poderá estar auxiliado por XUICES AUXILIARES designados pola organización) que debe velar polo cumprimento do regulamento FEGADO e das NORMAS ANUAIS, así como da normativa adicional que puidera publicarse nos boletíns/briefing. En particular DURANTE a actividade deportiva no espazo de presaída/triaxe, no espazo de quecemento, no espazo de saída e no espazo de meta e recuperación. A persoa do STAFF que exerzan como XUIZ CONTROLADOR ou coma XUICES AUXILIARES utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. A persoa do STAFF que exerza como XUIZ CONTROLADOR reforzará a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.
Durante (común)	Staff propio (presaída e triaxe)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	PRESAÍDA-TRIAXE. Contacto staff-deportista na figura da persoa que realiza a chamada de deportistas e a triaxe mediante toma as temperaturas a cada participante antes de acceder á zona de saída.	Evitar o contacto persoa-persoa utilizando un termómetro infravermello dixital (sen contacto). Marcaxe no chan do distanciamento durante a espera con conos, bandeirolas, cinta ou similares da distancia de seguridade de 3,0 metros. Recomendado un mínimo de 10 marcas (lineais ou en marco de 3,0 x 3,0 m). Xestión da carpa de illamento. Dispoñer dunha carpa ventilada xunto á zona de presaída-triaxe, para illamento de deportistas no caso de detectar unha temperatura superior a 37,5º C. Avisar ás autoridades sanitarias segundo o protocolo. O control de nº de dorsal, nº de SPORTident e mesmo materiais que puideran ser obrigatorios na PRESAÍDA-TRIAXE será opcional durante a vixencia do presente protocolo, en función dos recursos da entidade organizadora, que deberá contar coa aprobación do Xuíz Controlador. Persoas do STAFF na PRESAÍDA-TRIAXE utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (saídas categorías oficiais)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	SAÍDA. Contacto staff-deportista na figura das persoas que realizan a xestiónan o espazo de SAÍDAS DAS CATEGORÍAS OFICIAIS.	Deseñar o espazo de saídas de modo que o persoal propio sexa o mínimo posible. Non haberá horas de saída expostas en papel. O persoal de saídas ha de manter, na medida do posible, unha distancia de 3 metros respecto dos deportistas. Os deportistas usarán a máscara obrigatoriamente neste espazo , e soamente a poderán retirar unha vez rexistrado seu paso pola baliza START, mantendo a partir de aí a distancia de seguridade recomendada de 6 metros. Saídas graduadas, espaciadas o máximo posible dentro da franxa de tempos dispoñibles (mínimo de 1 minuto entre saídas) . Dous carrís de saída, espaciados un mínimo de 3,0 metros, para un máximo recomendado (se é viable en función do número de inscritos, franxa horaria de saídas dispoñible e capacidade de carga do espazo de saídas) de dous (2) deportistas por minuto . Xestión dos espazos de espera na saída (chamada aos deportistas). Marcaxe no chan do distanciamento durante a espera con conos, bandeirolas, cinta ou similares da distancia de seguridade de 3,0 metros. É recomendable un mínimo de 10 marcas (lineais ou en marco de 3,0 x 3,0 m). Máscara en deportistas obrigatoria. Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident (CLEAR, CHECK, CONTROL -se procede- e START estará nas mans dos ORGANIZADORES. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia dos mesmos. Elimínase a entrega de descrições de control en papel independente. Espazo de saída -3. Elimínase este espazo para evitar a concentración de persoas e reducir o número de ORGANIZADORES necesarios. Xestión do espazo de saída -2. Lavado de mans con hidroxel. Estacións Clear e Check (e Control se procede). Unha vez limpada e comprobada a tarxeta SPORTident os deportistas deben avanzar ata a posición marcada no chan, garantido a distancia de seguridade de 3 metros. Máscara en deportistas obrigatoria. Xestión do espazo de saída -1. Segundo lavado de mans con hidroxel. Recollida de mapa (autoservizo) Mapas depositados en bandexas plásticas para deben evitar o contacto staff-deportista. Unha vez recollido o mapa os deportistas deben avanzar ata a posición marcada no chan, garantido a distancia de seguridade de 3 metros. Máscara en deportistas obrigatoria ata este punto. Aquí a poderán retirar e gardar axeitadamente. Xestión do START. Tras o pitido do reloxo, e según as indicación da organización, os deportistas avanzan ata a estación START (recomendable dúas estacións independentes espaciadas 3,0 m), e iniciará o tramo cronometrado da carreira. Unha vez unha vez rexistrado seu paso pola baliza START deben manter as distancias recomendadas de 6 metros en carreira. Xestión do corredor (pasillo) SAÍDA TARDE. Canalizar aos corredores que cheguen tarde a un carril independente, tamén con marcaxe de seguridade de 3 m (mínimo 3 marcas). Non alterar o orde programado das saídas, buscar ocos nas grellas (<i>parrillas</i>) para evitar concorrencia con outros corredores. Se incorporarán á carreira segundo as indicacións do Xuíz Controlador ou persoa na que delegue. Evidentemente, na saída tarde o tempo estará correndo e non se realizará o paso por START. Unha vez unha vez rexistrado iniciada a carreira, deberá manter as distancias recomendadas de 6 metros.

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | **STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<p>Persoas do STAFF na SAÍDA CATEGORÍAS OFICIAIS utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.</p>
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (saídas iniciación)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL</p>	<p>SAÍDA. Contacto staff-deportista na figura das persoas que realizan a xestión do espazo de SAÍDAS DAS CATEGORÍAS INICIACIÓN.</p>	<p>Deseñar o espazo de saídas de modo que o persoal propio sexa o mínimo posible.</p> <p>Non haberá horas de saída expostas en papel.</p> <p>O persoal de saídas ha de manter, na medida do posible, unha distancia de 3 metros respecto dos deportistas.</p> <p>Os deportistas usarán a máscara obrigatoriamente neste espazo, e soamente a poderán retirar unha vez rexistrado seu paso pola baliza START, mantendo a partir de aí a distancia de seguridade recomendada de 6 metros.</p> <p>Saídas graduadas, espaciadas o máximo posible dentro da franxa de tempos dispoñibles (mínimo de 1 minuto entre saídas). Un único carril de saída en INICIACIÓN, para un máximo de saídas de 1 deportista por minuto (máis no caso de acompañantes ou grupos naturais, nos que todos que irían obrigatoriamente con máscara).</p> <p>Espazos de espera na saída (chamada aos deportistas). Marcaxe no chan do distanciamento durante a espera con conos, bandeirolas, cinta ou similares da distancia de seguridade de 3,0 metros. É recomendable un mínimo de 10 marcas lineais. Máscara en deportistas obrigatoria.</p> <p>Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident (CLEAR, CHECK, CONTROL -se procede- e START estará nas mans dos ORGANIZADORES. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia dos mesmos. Elimínase a entrega de descrições de control en papel independente.</p> <p>Espazo de saída -3. Elimínase este espazo para evitar a concentración de persoas e reducir o número de ORGANIZADORES necesarios.</p> <p>Xestión do espazo de saída -2. Lavado de mans con hidroxel. Estacións Clear e Check (e CONTROL se procede). Unha vez limpada e comprobada a tarxeta SPORTident o deportista deben avanzar ata a posición marcada no chan, garantido a distancia de seguridade de 3 metros. Máscara en deportistas obrigatoria.</p> <p>Xestión do espazo de saída -1. Segundo lavado de mans con hidroxel. Recollida de mapa (autoservizo) Mapas depositados en bandexas plásticas para deben evitar o contacto staff-deportista. Unha vez recollido o mapa os deportistas deben avanzar ata a posición marcada no chan, garantido a distancia de seguridade de 3 metros. Máscara en deportistas obrigatoria ata este punto. Aquí a poderán retirar e gardar axeitadamente (coa excepción de deportistas menores que realizan a proba con acompañantes, deportistas que avanza en grupos podendo non respectar a distancia recomendada dos 6,0 m e deportistas que non compiten posto que realizan a proba dende un enfoque recreativo sen esforzo físico).</p> <p>Xestión do START. Según as indicación da organización, o deportista avanza ata a estación START, e iniciará o tramo cronometrado da carreira. Unha vez unha vez rexistrado seu paso pola baliza START deberá manter as distancias recomendadas de 6 metros en carreira.</p> <p>Persoas do STAFF na SAÍDAS INICIACIÓN utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.</p>
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (meta e recuperación)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL</p>	<p>META. Contacto staff-deportista na figura das persoas que realizan a xestión do espazo de META (finish) e de recuperación.</p>	<p>Deseñar o espazo de meta de modo que o persoal propio sexa o mínimo posible (recomendable unha persoa da organización).</p> <p>O persoal de meta ha de manter, na medida do posible, unha distancia de 3 metros respecto dos deportistas (recomendados 6 metros no espazo de recuperación mentres os deportistas non se colocan a máscara).</p> <p>Deseñar un espazo de meta que garanta as entradas graduadas, cun mínimo de tres carrís de chegada con 3 estacións FINISH separadas 3,0 metros entre si, reservando un carril para as categorías de INICIACIÓN (recomendable meta independente).</p> <p>Regular o fluxo de deportistas na meta, convidándoos a avanzar cara aos espazos de recuperación, que estarán suficientemente afastados das estacións FINISH e marcados no chan cun distanciamento de seguridade de 6,0 metros mediante conos, bandeirolas, cinta ou similares. É recomendable un mínimo de 10 marcas (lineais ou en marco 6m x 6 m).</p> <p>Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident FINISH estará nas mans dos ORGANIZADORES. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia dos mesmos. Se evitarán os cabaletes de madeira na medida do posible.</p> <p>Regular o fluxo de saída dos deportistas dos espazos de recuperación (xa coa máscara propia colocada) cara ó punto de lavado de mans e tarxeta (recomendable auto dosificador), entrega dunha máscara limpa por parte da organización (se é que o deportista o considera necesario) e descarga SPORTident (que se detalla no apartado despois).</p> <p>Persoas do STAFF na META e ESPAZO DE RECUPERACIÓN utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.</p>
Durante (común)	Staff propio (organización)	<p>xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa</p> <p>xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL</p>	<p>Asistencia dun membro do STAFF PROPIO a un deportista lesionado durante a competición.</p>	<p>Asistencia a outro deportista lesionado. Tal e como indica o regulamento, a asistencia a outros deportistas por motivos de lesión ou indisposición é obrigatoria. En calquera caso, na medida do posible debo evitar o contacto, manter a distancia de seguridade mínima de 1,5 metros e utilizar a máscara que levo comigo. El tamén debe utilizar a máscara. Avisar ás asistencias sanitarias se é preciso.</p>
Durante (común)	Staff propio (ningún)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SIMULTÁNEO</p>	<p>NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN</p>	<p>Non identificamos contactos a través de materiais que se utilicen SIMULTÁNEAMENTE por varios axentes durante a competición.</p> <p>Os membros do STAFF PROPIO gardan o seu pequeno material que é de uso individual (equipación, tarxeta SPORTident, polainas ou calcetas, compás, porta descrições, mapa usado, etc.). Non deben compartilo con outras persoas.</p> <p>Durante as competicións non se manipularán, na medida do posible, materiais comúns pesados que necesiten dun uso simultáneo.</p>
Durante (común)	Staff propio (organización)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL</p>	<p>PRESAÍDA-TRIAXE. Contacto do staff materiais (reloxo, sistemas de marcaxe e delimitación de espazos, termómetro, carpa de illamento e materiais na mesma, etc.)</p>	<p>Dispoñer de hidroxel para STAFF no espazo de presaída/triaxe da competición. Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo de presaída/triaxe da competición. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (organización)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL</p>	<p>SAÍDA. Contactos do staff cos soportes e cos dispositivos electrónicos de control de tempos SPORTident (CLEAR, CHECK, CONTROL e START) durante a súa colocación.</p> <p>Contacto do staff con materiais coma mapas, bandexas, etc.</p> <p>Contacto do staff con outros materiais (reloxo, sistemas de marcaxe e delimitación de espazos, sinalización, etc.).</p>	<p>Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident estará nas mans dos ORGANIZADORES. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia do staff. Evitar, na medida do posible, o uso de cabaletes de madeira.</p> <p>Suprimir a entrega independente de descrições de control, que irá impresa no propio mapa ou enviada telemáticamente con carácter previo.</p> <p>Habilitar o autoservizo na recollida de mapas, que estarán en bandexas plásticas separadas un mínimo de 1,5 m entre si. Limpeza periódica das bandexas e mapas con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente.</p> <p>Dispoñer de hidroxel independente para STAFF no ESPAZO DE SAÍDA da competición. Limpeza periódica das estacións CLEAR, CHECK, CONTROL (se procede) e START con hidroxel (preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol para non estragalas). Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no ESPAZO DE SAÍDA da competición. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Durante (común)	Staff propio (saídas)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL</p>	<p>EN CARREIRA. Reposición ou reconfiguración dun punto de control (baliza) que desaparece, está mal colocado ou mal configurado.</p>	<p>Dispoñer de hidroxel independente para STAFF EN CARREIRA na competición. Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p>
Durante (O-Pé bosque)	Staff propio (meta e recuperación)	<p>xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL</p>	<p>META. Contacto do staff cos soportes e cos dispositivos electrónicos de control de tempos SPORTident FINISH durante a súa colocación.</p> <p>Posible contacto do staff con materiais coma mapas, etc.</p>	<p>Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident FINISH estará nas mans dos ORGANIZADORES. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia do staff. Evitar, na medida do posible, o uso de cabaletes de madeira.</p> <p>Non se recollerán os mapas.</p>

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | **COMPETICIÓN | STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
			Contacto do staff con outros materiais (sistemas de marcaxe e delimitación de espazos, sinalización, etc.).	Dispoñer de hidroxel independente para STAFF no espazo de META da competición. Limpeza periódica das estacións FINISH e 100/200 con hidroxel (preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol para non estragalas) Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais. Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo de META da competición. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.
Durante (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	Non identificamos contactos a través de materiais que pasen ALTERNATIVAMENTE dunhas mans a outras durante a competición. Os ORGANIZADORES gardan o seu pequeno material que é de uso individual (equipación, tarxeta SPORTident, polainas ou calcetas, compás, porta descrições, mapa usado, etc.). Non deben compartilo cos DEPORTISTAS.
Durante (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SIMULTÁNEO	Utilización das SUPERFICIES de duchas e aseos, pavillóns ou instalacións deportivas cubertas e outros para a realización da competición .	Resgardos de persoas en pavillóns ou instalacións deportivas cubertas. A recomendación nesta fase é de non facer uso destas SUPERFICIES para resguardo de deportistas posto que non se pode garantir a distancia de seguridade entre persoas. A actividade física e deportiva deberá ser exclusivamente ao aire libre segundo a filosofía de Chegar, Correr e Marchar (CCM).
Durante (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SECUENCIAL	Utilización das SUPERFICIES de pavillóns ou instalacións deportivas cubertas e outros para a realización das competicións . Incluso aseos vinculados ás mesmas.	Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de preparación para a práctica da actividade deportiva (presaída-triaxe, quecemento, saída, meta e espazo de recuperación). Estes espazos serán amplos e estarán ao aire. Sen embargo identificamos posibles excepcións: Espazos cubertos ou pechados para instalacións da organización No caso de utilizar espazos cubertos ou pechados dunha instalación se deberá consultar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES (circulacións en pasillos, etc.). Serán para uso exclusivo do STAFF PROPIO e se debe garantir que non se produzan aglomeracións de persoas se as circunstancias meteorolóxicas son adversas, que en calquera caso debe cumprirse os mínimos respecto da ventilación de instalacións establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020. Aseos en instalacións alleas. A recomendación nesta fase é a de non facer uso destas SUPERFICIES durante a actividade deportiva. De facelo se deberá publicar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprirse os mínimos respecto do uso de aseos establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020.
Durante (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	Non identificamos un uso ALTERNO de superficies (deportistas alternativamente en contacto coa superficie en todo momento) por STAFF PROPIO durante a competicións . Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de preparación para a práctica da actividade deportiva (presaída-triaxe, quecemento, saída, meta e espazo de recuperación).
Durante (común)	Staff propio (ningún)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	Non existe un uso SIMULTÁNEO do espazo por parte do STAFF PROPIO mentres ten lugar a competición , posto que é unha actividade que se desenrola ao aire libre. As presaídas e saídas individuais e graduadas favorecen non concorrencia con DEPORTISTAS. O acceso de OUTROS ALLEOS (acompañantes) aos espazos de presaída, saída e meta estará restrinxido. Cada membro de STAFF PROPIO ten o seu espazo designado, e debe manter a distancia de seguridade de 1,5 metros respecto doutros membros do STAFF PROPIO. Os postos de STAFF PROPIO non deben ser rotados nin intercambiados entre inicio e fin da competición.
Durante (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	Concorrencia de STAFF PROPIO con outras persoas nos espazos de espera de presaída-triaxe, quecemento, esperas de saída e saída, meta e espazo de recuperación. Concorrencia de STAFF PROPIO con DEPORTISTAS en carreira (tramos e balizas) da competición. Supervisar o cumprimento do regulamento e garantir a seguridade dos DEPORTISTAS. Circulacións lineais polo espazo de competición. Coincidencias no espazo en tempos diferentes de STAFF PROPIO con outros membros de STAFF PROPIO e DEPORTISTAS.	Desenrolado no apartado anterior xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa Utilizar máscaras de protección FFP2 (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados (aulas, etc.), aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.
Durante (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito ALTERNATIVO	Circulacións aleatorias durante competición . Coincidencias "en todo momento e intercambiando espazos" de ORGANIZADORES con outros ORGANIZADORES e ORGANIZADORES.	Durante a competición. Os ORGANIZADORES deben manter, na medida do posible, a distancia de 3,0 m respecto ós DEPORTISTAS, e de 1,5 cos demais ORGANIZADORES. Utilizar máscaras de protección FFP2 (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados (aulas, etc.), aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.
Durante (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN uso de botellas e vasos	Uso de botellas e vasos para hidratarse durante a competición .	Cada membro do STAFF PROPIO levará as súas propias botellas e vasos. Serán de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos. Recoméndase marcar ou rotular os envases para evitar confusións.
Durante (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN comidas e víveres	Uso de comidas e víveres para alimentarse durante a competición .	Cada membro do STAFF PROPIO levará a súa propia comida e víveres. Será de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos.
Despois (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa	Saúdos entre persoas ao finalizar a competición: outros deportistas, ORGANIZADORES, aos acompañantes, etc.	Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Reforzar as distancias de seguridade nos postos de STAFF PROPIO que reciben aos corredores, incrementándoos ata os 3,0 metros no espazo SPORTident . Abandonar a zona inmediatamente ao finalizar a competición , unha vez que os deportistas teñan finalizado os seus percorridos.
Despois (común)	Staff propio (Delegado de campo COVID)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito ALTERNATIVO	Falta de control respecto a distanciamento entre persoas, e respecto á utilización de máscaras: - no espazo de SPORTident - no regreso ao aparcadoiro - no regreso ao espazo de reunión (<i>arena</i>)	A organización designará un Delegado de campo COVID que debe velar especialmente polo cumprimento do presente protocolo. En particular DESPOIS da actividade deportiva no espazo de SPORTident, e no regreso ao espazo de reunión (<i>arena</i>) e ao "aparcadoiro": Supervisar que os membros do STAFF e DEPORTISTAS están a manter as distancias de seguridade que indica o protocolo en cada espazo. Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS nos espazos de espera de lavado de mans e tarxeta con hidroxel tralo paso por META e espazo de RECUPERACIÓN. Supervisar que non se produzan aglomeracións de DEPORTISTAS nos espazos de espera de SPORTident, regulando os fluxos cara ao aparcadoiro. Supervisar que os DEPORTISTAS están a utilizar as máscaras de protección segundo indica o protocolo, e quen non a retiran ata abandonar o centro de competición. Supervisar que os membros do STAFF están a empregar máscaras de protección FFP2 sen válvula e pantallas faciais plásticas. Debe estar atento á súa reposición debido a perdas, condicións atmosféricas adversas (choiva, etc.). A persoa do STAFF que exerza como DELEGADO DE CAMPO COVID utilizará máscara de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica. Supervisar que os DEPORTISTAS gardan os mapas despois da carreira. Supervisar que os membros do STAFF dispoñen de materiais de desinfección suficientes (hidroxel, pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente. Tamén panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos., bolsas, etc. Debe estar atento á súa reposición. Supervisar que os membros DEPORTISTAS dispoñen de materiais de desinfección suficientes (hidroxel) tralo paso por META e espazo de RECUPERACIÓN. Debe estar atento á súa reposición.

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | STAFF PROPIO

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Despois (común)	Staff propio (SPORTident)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	SPORTident. Contacto staff-deportista na figura das persoas que realizan a xestiónan o espazo de descargas de tarxetas SPORTident.	<p>Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Deseñar o espazo de descargas de tarxetas SPORTident de modo que o persoal propio sexa o mínimo posible.</p> <p>Recomendable dous puntos de descarga de tarxetas SPORTident espaciados 3,0 m entre si.</p> <p>O persoal de SPORTident ha de manterse, na medida do posible, unha distancia de 3 metros respecto dos DEPORTISTAS e de OUTROS ALLEOS.</p> <p>Non se publicarán os resultados en papel para evitar aglomeracións de persoas.</p> <p>Os organizadores deben comprobar que os DEPORTISTAS usen unha máscara limpa neste espazo, tras desinfectar previamente as súas mans e tarxetas. Coas mans hixienizadas xa non poderán manipular o mapa utilizado durante a carreira.</p> <p>Regular o fluxo de deportistas no espazo SPORTident, convidándoos a avanzar cara aos espazos que estarán marcados no chan co distanciamento de seguridade de 3,0 metros lineais, mediante conos, bandeirolas, cinta ou similares. É recomendable un mínimo de 10 marcas lineais ou en marco 3,0 m x 3,0 m.</p> <p>Ningún dos dispositivos electrónicos SPORTident de descarga estará nas mans dos ORGANIZADORES, nin na súa mesa. Sempre estarán sobre soportes a máis de 3,0 m de distancia dos mesmos, para o que será necesario un cable USB de polo menos de 3 m que separe o ordenador da estación de descarga (a recomendación do fabricante é de 2,0 metros).</p> <p>Persoas do STAFF no espazo SPORTident utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p> <p>Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica e/ou biombo (mampara) protectora de metacrilato ou similares (se as condicións meteorolóxicas o permiten).</p>
Despois (común)	Staff propio (xuíz controlador) (xuíces auxiliares) (xurado técnico)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito ALTERNATIVO	<p>Consultas ante os xuíces auxiliares respecto ás circunstancias de carreira.</p> <p>Queixas. DEPORTISTAS que tras descargar a súa SPORTident expresan a súa desconformidade con algún aspecto da carreira.</p> <p>Reclamacións. DEPORTISTAS que tras descargar a súa SPORTident queren interpoñer algunha reclamación por escrito fronte ás decisións tomadas por parte do Xuíz Controlador. Implicaría de debe convocarse e reunirse o Xurado Técnico (total 4 persoas)</p>	<p>Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Estarán permitidas as REUNIÓNS presenciais no espazo SPORTident entre XUIZ CONTROLADOR – XUICES AUXILIARES, sempre que entre eles se manteña a distancia de seguridade de 1,5 m e se utilicen máscaras. As reunións serán breves.</p> <p>Estarán permitidas as reunións presenciais, con motivo de QUEIXAS, no espazo SPORTident entre XUIZ CONTROLADOR – DEPORTISTAS, sempre que entre eles se manteña a distancia de seguridade de 3,0 m e se utilicen máscaras. As reunións serán breves. Unha vez exposta a QUEIXA, o deportista deberá abandonar o espazo SPORTident e non volver.</p> <p>Posto que os resultados se publicarán telemáticamente segundo a capacidade da organización, e que os DEPORTISTAS deben abandonar o Centro de Competición o antes posible, semella moi probable que un deportista descalificado, con erro en tarxeta, etc. xa estea camiño da casa no momento de coñecer o detalle do seu resultado, e non podería presentar presencialmente unha QUEIXA ao XUIZ CONTROLADOR ou mesmo unha RECLAMACIÓN fronte á súa decisión. NON ESTARÁN PERMITIDAS as reunións presenciais, con motivo de RECLAMACIÓNS, no espazo SPORTident entre XUIZ CONTROLADOR – DEPORTISTAS, posto que os deportistas deben abandonar o Centro de Competición o antes posible para evitar aglomeracións. É por iso que se habilita a vía de reclamación TELEMÁTICA que será atendida a través da dirección de correo-e fegado.xuicescontroladores@gmail.com. O XUIZ CONTROLADOR deberá dar un tempo razoable, dende a publicación de resultados, e antes de pechar a acta da proba, para recibir calquera tipo de queixa ou reclamación ou mesmo para notificar os motivos da descalificación dos deportistas (se as houbera). Na medida do posible, a acta deberá ser pechada dentro do mesmo día, segundo contempla o Regulamento FEGADO.</p> <p>Comprobar que dispón de cobertura móbil no espazo SPORTident.</p> <p>Estarán permitidas as reunións presenciais do XURADO TÉCNICO (4 persoas) no espazo SPORTident con motivo de RECLAMACIÓNS TELEMÁTICAS sempre que entre eles se manteña a distancia de seguridade de 1,5 m e se utilicen máscaras. As reunións serán breves. Tamén poderían ser reunións presenciais telefónicas ou telemáticas, posto que o permite o Regulamento FEGADO.</p> <p>Persoas do STAFF XUIZ CONTROLADOR e XUICES AUXILIARES no espazo SPORTident utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade. Reforzar a protección fronte ao contaxio por vía aérea mediante o uso de pantalla facial plástica.</p> <p>Persoas do XURADO TÉCNICO utilizarán as máscaras propias.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Viaxe de volta en vehículos do STAFF PROPIO con persoas que non son membros da mesma unidade familiar (viaxe ao lugar de residencia , levar a outras persoas, transporte de materiais, etc.).	<p>Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Tamén no exterior do vehículo.</p> <p>Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.</p> <p>Repartir aos ORGANIZADORES nun maior número de vehículos. Na medida do posible, agrupar nun mesmo vehículo conviventes ou grupos estables, sen cambiarlos nen de asento, nen de coche durante os desprazamentos de ida e volta.</p> <p>Levar un botiño de hidroxel no interior do vehículo. Lavado de mans antes e despois da viaxe.</p> <p>Gardar os materiais previamente desinfectados.</p> <p>Gardar o material individual e roupa da competición en bolsas plásticas e lavar a 60º C ao chegar á casa.</p> <p>Utilizar máscaras de protección no interior do vehículo. Non recircular o aire. Ventilador o interior con frecuencia.</p>
Despois (común)	Staff propio (SPORTident)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SIMULTÁNEO	Desmontaxe de infraestruturas pesadas para a competición (tendas túnel, tendas iglú, carpas auxiliares ao aire libre, grupos electróxicos pesados, megafonía, etc.)	<p>Evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas.</p> <p>Prescindir, na medida do posible, de infraestruturas pesadas que para súa montaxe requiran un traballo en grupo. Excepción: carpa aberta de illamento para a posible detección de persoa con síntomas durante a competición (equipada con máscaras cirúxicas, cubo de pedal e bolsas con peche).</p> <p>Dispoñer de hidroxel para STAFF PROPIO no espazo DESMONTAXE DO CENTRO DE COMPETICIÓN. Lavado de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo de DESMONTAXE DO CENTRO DE COMPETICIÓN. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Despois (común)	Staff propio (SPORTident)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL	<p>SPORTident. Contactos entre STAFF e DEPORTISTAS durante a entrega do tickets cos tempos parciais.</p> <p>Contactos entre STAFF e DEPORTISTAS durante a devolución de materiais de préstamo.</p>	<p>Minimizar o número de persoas en contacto co material.</p> <p>No caso de préstamo/aluguer de tarxetas SPORTident, as bandas elásticas ou cordas (material poroso) e as tarxetas SPORTident (material plástico non poroso) deben ser manexadas separadamente en contedores plásticos independentes.</p> <p>Non se entregarán tickets de impresora cos tempos de carreira e resultados parciais.</p> <p>Soamente unha persoa poderá usar cada ordenador.</p> <p>Dispoñer de hidroxel independente para STAFF no espazo de SPORTident da competición. Limpeza periódica da estación de descarga con hidroxel (preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol para non estragalas) Lavado frecuente de mans antes e despois de entrar en contacto cos materiais.</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo no espazo de SPORTident da competición. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización) (sportident) (xestor de materiais)	xCONTACTO DIRECTO persoa-persoa xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO SECUENCIAL	<p>Recollida e almacenamento dos materiais dos puntos de control (balizas): estacas, estacións e telas.</p> <p>Recollida e almacenamento doutros materiais de campo: mesas, equipos informáticos, balizado/prebalizado, mapas sobrantes, bandexas plásticas, grupo electróxico, etc.</p> <p>Apagado, reconto e revisión de estacións SPORTident. Contacto con materiais ao apagar, reconfigurar, revisar ou etiquetar os dispositivos electrónicos de control de paso (estacións SPORTident)</p> <p>Devolución dos materiais comúns da competición da FEGADO. Entrega presencial ou envío por empresa de mensaxaría.</p>	<p>Durante a recollida de materiais e traslado a almacén, evitar o contacto persoa-persoa. Manter a distancia de seguridade (1,5 metros) e evitar saudar coa man ou con apertas. Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.</p> <p>Minimizar o número de persoas en contacto co material. Recoménsase que a persoa que recolla o material sexa a mesa que o colocou.</p> <p>Lavado de mans antes e despois de tocar os materiais, ben con auga e xabón ou con hidroxel.</p> <p>Os xestores de materiais comúns de FEGADO, deben recibir e entregar os materiais con garantías de desinfección, documentándoo por escrito.</p> <p>Obrigatoriamente, se desinfectarán ANTES da súa entrega ao XESTOR DE MATERIAIS da FEGADO.</p> <p>Desinfección dos materiais do CLUB, na medida do posible ANTES da carga e transporte ao seu almacén, con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente, salvo indicación contraria do fabricante.</p> <p>En ambos casos, pode ser considerada como alternativa a corentena dos materiais segundo estas indicacións. [ver]</p> <p>No caso de estacións e tarxetas SPORTident seguir escrupulosamente as instrucións de SPORTident recibidas en data 24/06/2020, preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol. [ver]</p> <p>Bandas elásticas ou cordas (material poroso) e tarxetas SPORTident (material plástico non poroso) deben ser manexadas separadamente en contedores independentes.</p>

TÁBOA I.2.1: ORIENTACIÓN A PÉ EN BOSQUE | COMPETICIÓN | **STAFF PROPIO**

ESPECIALIDADE: ORIENTACIÓN A PÉ en BOSQUE				
COMPETICIÓN				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
				<p>Dispoñer de hidroxel independente para XESTORES DE MATERIAIS no espazo DESMONTAXE da competición. Limpeza exhaustiva das estacións con hidroxel (preferentemente con solución 70% isopropanol u 80% etanol para non estragalas).</p> <p>Dispoñer de pulverizador con solución auga-lixivia 1:50 ou desinfectante virucida equivalente no espazo DESMONTAXE da competición. Panos desbotables e bolsas plásticas con autopeche para a xestión dos mesmos.</p>
Despois (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de materiais USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	<p>Non identificamos contactos a través de materiais que pasen ALTERNATIVAMENTE dunhas mans a outras ao finalizar a competición.</p> <p>Os ORGANIZADORES gardan o seu pequeno material que é de uso individual (equipación, tarxeta SPORTident, polainas ou calcetas, compás, porta descrições, mapa usado, etc.). Non deben compartilo cos DEPORTISTAS.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SIMULTÁNEO	Utilización das SUPERFICIES de duchas e aseos, pavillóns ou instalacións deportivas cubertas para a realización da competición.	Resguardo en pavillóns ou instalacións deportivas cubertas. A recomendación nesta fase é de non facer uso destas SUPERFICIES para resguardo en caso de inclemencias meteorolóxicas posto que non se pode garantir a distancia de seguridade entre persoas. A actividade física e deportiva deberá ser exclusivamente ao aire libre segundo a filosofía de Chegar, Correr e Marchar (CCM).
Despois (común)	Staff propio (organización)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO SECUENCIAL	Utilización das SUPERFICIES de duchas e aseos, pavillóns ou instalacións deportivas cubertas para a realización da competición.	<p>Non identificamos un uso SECUENCIAL de superficies (deixando pasar un tempo entre un usuario e outro) por DEPORTISTAS ao finalizar a competición. Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de SPORTident, reunión (arena) e aparcadoiro. Estes espazos serán amplos e estarán ao aire. Sen embargo identificamos posibles excepcións:</p> <p>Espazo cuberto ou pechado SPORTident. No caso de utilizar para SPORTident un espazo cuberto ou pechado dunha instalación se deberá consultar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos respecto da ventilación de instalacións establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020.</p> <p>Aseos en instalacións alleas. A recomendación nesta fase é a de non facer uso destas SUPERFICIES despois da actividade deportiva. De facelo se deberá publicar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos respecto do uso de aseos establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020.</p> <p>Duchas en instalacións alleas. A recomendación nesta fase é a de non facer uso destas SUPERFICIES despois da actividade deportiva. De facelo se deberá publicar no boletín o protocolo do titular da mesma respecto ao USO das SUPERFICIES, que en calquera caso debe cumprir os mínimos respecto do uso de duchas establecidos pola SxD na reunión de 28 decembro 2020.</p>
Despois (común)	Staff propio (ningún)	xCONTACTO INDIRECTO a través de superficies USO ALTERNO	NON IDENTIFICAMOS ESTA SITUACIÓN	Non identificamos un uso ALTERNO de superficies (persoas alternativamente en contacto coa superficie en todo momento) por DEPORTISTAS ao finalizar a competición. Os contactos con superficies se limitan a circulacións peonís nos espazos de SPORTident, reunión (arena) e aparcadoiro.
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	<p>Desmontaxe de infraestruturas pesadas para a competición (tendas túnel, tendas iglú, carpas auxiliares ao aire libre, grupos electrógenos pesados, megafonía, etc.)</p> <p>Recollida e almacenamento dos materiais do espazo de competición.</p>	<p>Manter a distancia de seguridade entre STAFF PROPIO (1,5 metros).</p> <p>Minimizar o STAFF PROPIO para desmontar o espazo de competición. Se asignarán persoas para desmontar individualmente, na medida do posible, cada zona: presaída-triaxe, quecemento, saída, meta-recuperación e SPORTident. Na medida do posible, ha de facer a recollida quen fixo a colocación previa.</p> <p>Prescindir, na medida do posible, de infraestruturas pesadas que para súa montaxe requiran un traballo en grupo. Excepción: carpa aberta de illamento para a posible detección de persoa con síntomas durante a competición (equipada con máscaras cirúrxicas, cubo de pedal e bolsas con peche).</p> <p>Persoas do STAFF durante a RECOLLIDA DE MATERIAIS utilizarán máscaras de protección FFP2 sen válvula (para evitar contaxios e evitar ser contaxiados) en espazos ao aire libre, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SIMULTÁNEO	Conversas de análise da carreira e comparación de tempos. Coincidencias no espazo e tempo de STAFF PROPIO con DEPORTISTAS e OUTROS ALLEOS ao ir rematando gradualmente a competición.	<p>STAFF PROPIO non debe aproximarse para comentar sobre o mapa os tramos de carreira cos deportistas ou acompañantes.</p> <p>STAFF PROPIO non debe aproximarse para comentar tempos parciais ou totais de carreira cos deportistas ou acompañantes.</p> <p>Non socializar no espazo SPORTident, nin nos espazos de reunión (arena) e aparcadoiro ao finalizar a carreira.</p> <p>Utilizar máscaras de protección tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito SECUENCIAL	<p>Concurrencia de STAFF PROPIO con outras persoas no espazo de descarga de tarxetas SPORTident.</p> <p>Concurrencia de STAFF PROPIO con outras persoas na recollida dos puntos de control (balizas) da competición. Colocadores de puntos de control (balizas) que van xuntos ou coinciden durante a desmontaxe da proba.</p> <p>Circulacións lineais polo espazo de competición. Coincidencias no espazo en tempos diferentes de DEPORTISTAS con outros DEPORTISTAS e ORGANIZADORES ao ir rematando gradualmente.</p>	<p>No espazo SPORTident</p> <p>Non socializar nos espazos de SPORTident, reunión (arena) e aparcadoiro durante as esperas.</p> <p>Manter, na medida do posible, unha distancia de 3,0 metros respecto aos DEPORTISTAS.</p> <p>Regular o distanciamento dos DEPORTISTAS no espazo de espera de descarga SPORTident, respectando as marcaxes no chan (3,0 metros entre deportistas).</p> <p>Regular o distanciamento dos DEPORTISTAS na estación de descarga SPORTident, respectando a marcaxe no chan (3,0 metros respecto ao técnico SPORTident da organización).</p> <p>Recollida de puntos de control. Divdir a área de competición en sectores de mapa (grandes superficies de terreo). Cada sector se asigna individualmente a unha persoa do STAFF PROPIO, que é quen recolle o prebalizado (se procede) e o punto de control (baliza). Na medida do posible, ha de facer a recollida quen fixo a colocación previa. Non debe participar na recollida de puntos de control (balizas) ningún deportista ou acompañante.</p> <p>Todos. Utilizar máscaras de protección tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA AÉREA uso de espazos de xeito ALTERNATIVO	Circulacións aleatorias polo centro de competición. Coincidencias "en todo momento e intercambiando espazos" de ORGANIZADORES con outros ORGANIZADORES e DEPORTISTAS a medida que van rematando gradualmente.	<p>Final da competición. Os ORGANIZADORES non deben regresar á zona de reunión (arena) unha vez finalizado a competición. Deben camiñar cara ao aparcadoiro e marchar o antes posible para evitar aglomeracións.</p> <p>Utilizar máscaras de protección tanto en espazos ao aire libre coma en espazos pechados, aínda que se respecten as distancias de seguridade, segundo as indicacións das Consellería de Sanidade.</p>
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN uso de botellas e vasos	Compartir botellas e vasos entre membros do staff para hidratarse ao finalizar a competición.	Cada membro do STAFF PROPIO levará as súas propias botellas e vasos. Serán de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos. Recoméndase marcar ou rotular os envases para evitar confusións.
Despois (común)	Staff propio (organización)	xVÍA INXESTIÓN comidas e víveres	Compartir comidas e víveres entre membros do staff para alimentarse ao finalizar a competición.	Cada membro do STAFF PROPIO levará a súa propia comida e víveres. Será de uso individual e estará estritamente prohibido compartilos.