

IV Km Vertical Naturnorte
Plano de Contingência SARS-COV-2/ COVID-19

Procedimentos da organização face à atual pandemia:

- O check-in deverá ser feito apenas por um representante de cada clube, ou pelo próprio atleta no caso de este ser individual;
- No dia da prova não haverá secretariado/ check-in;
- Será medida a temperatura corporal a todos os participantes antes da partida;
- Os atletas não devem concentrar-se na área da partida, devendo apenas apresentar-se 5 minutos antes do horário previsto para a sua partida;
- Os participantes dão início à prova em grupos de dois e com um intervalo de 60 segundos;
- O controlo de tempos será apenas na meta;
- O posto de abastecimento na meta será apenas de água e snacks individuais;
- A cerimónia de entrega de prémios será apenas para os atletas premiados. Terá lugar logo após a prova na sede do organizador. Será no espaço exterior com o pódio colocado à distância de segurança e onde todos os intervenientes deverão usar máscara.

Procedimentos individuais para todos os participantes face à atual pandemia:

- Caso algum participante tenha suspeitas ou sintoma de doença, como tosse, febre, dificuldade respiratória, dor de garganta, dores musculares, alterações do paladar e/ou olfato não deverá comparecer à prova;
- Todos os atletas têm de utilizar máscara antes e após a sua prova;
- Os atletas têm obrigatoriamente de levar consigo a máscara durante a corrida, e colocá-la corretamente logo após terminarem a prova;
- Os atletas deverão manter sempre o distanciamento social;
- É proibido cuspir ou similar durante a prova e são aconselhadas medidas de etiqueta respiratória, como tapar o nariz e a boca com um lenço ou com o braço ao espirrar ou tossir;
- Os participantes devem ter em conta o risco de contágio, mesmo que todas as regras sejam aplicadas por parte da organização, fazendo-o de livre vontade.