

**Υγειονομικό Πρωτόκολλο διεξαγωγής
Αγώνα Cross Country με την επωνυμία
Mitsero Mine Run στις 13.02.2022**

1. Μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετεχόντων δρομέων στον κάθε αγώνα ορίζεται στους 150 δρομείς, υπό την προϋπόθεση ότι στην περίπτωση διαφορετικών αγωνισμάτων κάθε αγώνισμα έχει διαφορετική ώρα εκκίνησης. Η χρονική απόσταση μεταξύ της πρώτης εκκίνησης του κάθε αγώνα θα πρέπει να είναι τουλάχιστον τριάντα (30) λεπτά.

2. Η συμμετοχή θα επιτρέπεται μόνο σε δρομείς ηλικίας 16 ετών και άνω που κατέχουν πιστοποιητικό εμβολιασμού για την ασθένεια του COVID-19 τουλάχιστον με δυο δόσεις και νοουμένου ότι έχει παρέλθει διάστημα τριών εβδομάδων μετά την ημερομηνία εμβολιασμού, είτε αποδεικτικό στοιχείο αποδέσμευσης στις περιπτώσεις προσώπων που νόσησαν από την ασθένεια του COVID-19 και νοουμένου ότι δεν έχει παρέλθει διάστημα έξι μηνών από την ημερομηνία δειγματοληψίας της αρχικής τους θετικής διάγνωσης.

Επιπρόσθετα για όλους τους συμμετέχοντες την ημέρα του αγώνα θα ζητηθεί αρνητική εργαστηριακή εξέταση ή εξέταση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19 με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί: εντός 24 ωρών (2 δόσεις ή νοσήσαντες) και 48 ωρών για όσους έλαβαν την ενισχυτική δόση.

3. Το σύνολο του προσωπικού / εθελοντών / κριτών / συνεργατών θα φορά προστατευτική μάσκα και γάντια και θα ισχύσει το ίδιο πρωτόκολλο συμμετοχής με τους δρομείς.

4. Μέχρι τη στιγμή της τοποθέτησής τους στο σημείο εκκίνησης (κατά τη διάρκεια προσέλευσης στο χώρο και της προθέρμανσης), συνίσταται οι δρομείς να φορούν προστατευτική μάσκα.

5. Οι μετακινήσεις συμμετεχόντων / εθελοντών / εργαζομένων / κριτών / συνεργατών για τους σκοπούς της διοργάνωσης τόσο πριν, όσο και μετά τον αγώνα θα πραγματοποιηθούν σύμφωνα με τα Διατάγματα των Υπουργείων Υγείας και Συγκοινωνιών .

6. Δεν θα λειτουργήσει Κέντρο Εγγραφών ούτε παραλαβής Αριθμών Συμμετοχής BIB αθλητών. Οι εγγραφές γίνονται μόνο ηλεκτρονικά ενώ οι αριθμοί συμμετοχής – BIB, θα παραδοθούν από εταιρεία ταχυμεταφορών ή θα παραληφθούν την εβδομάδα πριν τον αγώνα από καταστήματα λιανικής πώλησης συνεργατών της διοργάνωσής με το πρωτόκολλο εισόδου στο κατάστημα να είναι όπως ορίζεται την εβδομάδα του αγώνα από το Υπ. Υγείας για τα καταστήματα λιανικής πώλησης .

Σε όλους τους συμμετέχοντες θα διανεμηθεί έντυπο υλικό με τους κανόνες που θα πρέπει να τηρούν οι δρομείς την ημέρα του Αγώνα. Οι κανόνες θα αναρτηθούν στην ηλεκτρονική σελίδα της διοργάνωσης όπου ο κάθε συμμετέχοντας θα υποχρεούται να διαβάσει και να αποδεχτεί.

Σε περίπτωση λειτουργίας χώρου εκθεμάτων, η λειτουργία του θα διέπεται από τους κανονισμούς λειτουργίας Εκθέσεων που καθορίζει το Υπουργείο Υγείας με Διατάγματα, εάν και εφόσον αυτό ισχύει.

7. Ημέρα αγώνων

Εκκίνηση: Με το σύστημα wave start (κατά κύματα) Α. Οι δρομείς κατανέμονται αυτομάτως σε κύματα εκκίνησης των πενήντα (50), με βάση τον εκτιμώμενο χρόνο τερματισμού τους. Οι ταχύτεροι αθλητές φεύγουν με το πρώτο κύμα ενώ οι λιγότερο ταχείς με το δεύτερο και ούτω κάθε εξής. Με τον τρόπο αυτό μειώνονται και αποφεύγονται σε μεγάλο βαθμό τα προσπεράσματα μεταξύ αθλητών και ο συνωστισμός στον χώρο τερματισμού. Β. Για κάθε ομάδα υπάρχει χώρος προθέρμανσης με διάσταση τουλάχιστον 20 μ2 (είκοσι τετραγωνικών μέτρων) και θα περιλαμβάνει 10 (δέκα) δρομείς. Συνεπώς, σε κάθε κύμα - με ατομική ευθύνη του συμμετέχοντα δρομέα - θα τηρείται για κάθε δρομέα ο κανόνας της φυσικής απόστασης 2 μ2 (δύο τετραγωνικών μέτρων) μεταξύ των, σε οριζόντια και κάθετη κατεύθυνση. Γ. Στο κύμα εκκίνησης (αυτό πριν την Αψίδα Εκκίνησης) και στο προηγούμενο αυτού θα υπάρχει ευδιάκριτη σήμανση, με βάση τον παραπάνω κανόνα, για την θέση κάθε δρομέα στο έδαφος, σε κάθε σειρά και σε κάθε στίχο. Δ. Σε κάθε κύμα δρομέων θα δίνεται ξεχωριστή εκκίνηση με χρονική απόσταση τέτοια, ώστε οι δρομείς του κύματος που προηγείται να έχουν διανύσει ικανό διάστημα περίπου 50 (πενήντα) μέτρων προτού ξεκινήσει το επόμενο κύμα. Ε. Η εκκίνηση του πρώτου κύματος και του εκάστοτε επόμενου κύματος θα πρέπει να έχει χρονική απόσταση 30 (τριάντα) δευτερολέπτων Ζ. Οι συμμετέχοντες σε κάθε κύμα καθορίζονται εκ των προτέρων ονομαστικά από την γραμματεία και δεν μπορούν να αλλάζουν κύμα για λόγους πιθανής ιχνηλάτησης. Η. Όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς να φορούν προστατευτική μάσκα μέχρι την εκκίνησή τους, δηλαδή μέχρι και να λάβουν θέση στις ειδικές ενδείξεις σταθερής θέσης που θα πρέπει να προβλέπονται για τουλάχιστον 2 (δύο) κύματα πριν την γραμμή εκκίνησης. Για την απόρριψη των μασκών θα υπάρχει μεγάλος αριθμός κάδων απορριμμάτων σε ενδεδειγμένα σημεία. Θ. Στα σημεία υδροποσίας επί της διαδρομής θα τοποθετηθούν ατομικά μπουκαλάκια με νερό και ο κάθε δρομέας θα παίρνει μόνος του το ατομικό του μπουκάλι με νερό. Ι. Δεν θα γίνεται καμία παράδοση ή/και παραλαβή ρούχων των συμμετεχόντων την ημέρα του αγώνα.

8. Κατά τη διάρκεια του αγώνα συστήνεται οι δρομείς να κρατάνε όσο δυνατό μεγαλύτερες αποστάσεις και να προσαρμόζονται με τα παρακάτω: α. Το τρέξιμο των δρομέων δίπλα-δίπλα είναι ασφαλές μόνο όταν τηρείται απόσταση ασφαλείας μεταξύ των δρομέων 2 (δύο) μέτρων. β. Το τρέξιμο των δρομέων σε κλιμακωτό σχηματισμό (ο ένας μπροστά και ο άλλος πίσω δεξιά ή αριστερά) είναι ασφαλές μόνο όταν τηρείται νοητή πλαϊνή απόσταση μεταξύ των δρομέων 2 (δύο) μέτρων. γ. Το τρέξιμο των δρομέων σε ομάδες με αποστάσεις μεταξύ των μικρότερες από αυτές που αναφέρονται παραπάνω θα πρέπει να αποφεύγεται. δ. Η τμηματική εκκίνηση των δρομέων, όπως έχει ήδη περιγραφεί, αποτρέπει το συνωστισμό κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Όλοι οι δρομείς τοποθετούνται στα επιμέρους κύματα εκκίνησης με βάση την καταγεγραμμένη από τους ίδιους (στην αίτηση συμμετοχής τους) καλύτερη προηγούμενη επίδοσή τους, οπότε και εκκινούν με συγκεκριμένο ρυθμό, γεγονός που επίσης συμβάλει στην αποφυγή συνωστισμού τους κατά τη διαδρομή του αγώνα. Οι δρομείς θα τρέχουν φορώντας φανέλα, την οποία σε καμία περίπτωση δεν επιτρέπεται να αφαιρούν πριν, κατά τη διάρκεια ή μετά τον τερματισμό μέχρι και την παραλαβή της τσάντας με τα ρούχα τους.

9. Τερματισμός Η τμηματική εκκίνηση των δρομέων, όπως έχει ήδη περιγραφεί, αποτρέπει το συνωστισμό στον τερματισμό. Α. Μετά τον τερματισμό, οι δρομείς παραλαμβάνουν από τους ειδικούς σταθμούς τροφοδοσίας και μεταλλίων πλαστική μικρή τσάντα, η οποία θα περιλαμβάνει τα είδη που θα παρέχουμε όπως εμφιαλωμένο νερό, και/ή ισοτονικό ποτό, μπανάνα, μέταλλιο τερματισμού. Η παραλαβή είναι ανέπαφη. Η τσάντα τοποθετείται από το προσωπικό / εθελοντές του αγώνα σε τραπέζια, από όπου ο δρομέας τα παραλαμβάνει ο ίδιος, χωρίς φυσική επαφή. Β. Οι Τελετές Απονομών θα γίνουν με απόλυτη τήρηση των κανόνων απόστασης και περιορισμού των επαφών και με την παρουσία μόνο των απολύτως απαραίτητων ατόμων.

10. Υποστήριξη αγώνα Ανθρώπινο δυναμικό:

Α. Το σύνολο του προσωπικού και των εθελοντών που θα απασχοληθούν την ημέρα του αγώνα θα είναι πλήρως καταρτισμένο και εκπαιδευμένο αναφορικά με τις διαδικασίες και τους κανονισμούς της διοργάνωσης καθώς και με το περιεχόμενο του παρόντος Υγειονομικού Πρωτοκόλλου.

Β. Όλοι θα φορούν μάσκα μιας χρήσης και γάντια καθ' όλη τη διάρκεια της απασχόλησής τους στη διοργάνωση. Η μάσκα και τα γάντια αλλάζονται τακτικά, σύμφωνα με τις οδηγίες του Υπουργείου Υγείας.

Γ. Κάδοι απορριμμάτων για την απόρριψη μασκών και γαντιών θα είναι διαθέσιμοι σε όλους τους χώρους.

Δ. Θα υπάρχει αυστηρός έλεγχος εισόδου στους χώρους υποστήριξης της διοργάνωσης την ημέρα του αγώνα και πάντα με την επίδειξη των σχετικών διαπιστευτηρίων. Ο αριθμός των ατόμων που μπορούν να βρίσκονται στους χώρους αυτούς θα είναι ανάλογος των τετραγωνικών μέτρων του εκάστοτε χώρου, και με την προϋπόθεση τήρησης της απόστασης 2,00μ.

Ε. Μεταξύ των χώρων υποστήριξης της διοργάνωσης και στο πλαίσιο των χώρων παροχής ιατρικών υπηρεσιών και φροντίδας, θα προβλεφθεί η διαμόρφωση ειδικού απομονωμένου χώρου για την περίπτωση αντιμετώπισης ύποπτου κρούσματος (ενός ή περισσότερων) είτε μεταξύ των συμμετεχόντων είτε μεταξύ των εθελοντών / εργαζομένων / συνεργατών της διοργάνωσης.

Ζ. Για τη λειτουργία του ιατρείου θα πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του Υπουργείου Υγείας και οι Κανονισμοί του ΚΟΑ και να είναι ανάλογα εξοπλισμένο.

Η. Οι χώροι υποστήριξης θα καθαρίζονται ανά τακτά χρονικά διαστήματα καθ' όλη τη διάρκεια της αγωνιστικής ημέρας, ενώ θα έχει προηγηθεί εκτεταμένη απολύμανση πριν την χρήση τους