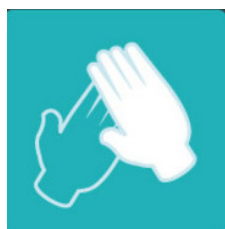
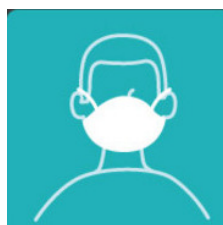
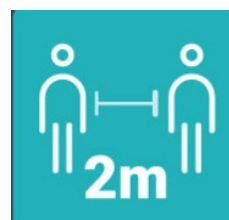

PROTOCOL PER A LA MINORACIÓ DEL RISC DE CONTAGI DEL COVID-19

EN EL DESENVOLUPAMENT DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA I DE COMPETICIÓ

FEDERACIÓ CATALANA D'ESPORTS D'HIVERN

SEGONA VERSIÓ 03/12/2021

**MANS****MASCARETA****DISTÀNCIA**

Aquest document ha estat redactat per l'equip tècnic de la Federació Catalana d'Esports d'Hivern amb l'objectiu de prevenir i minimitzar el risc de transmissió del COVID-19 en la fase de represa de les activitats esportives de tecnificació i seguiment.

Els protocols seran constantment revisats i actualitzats en la línia que el coneixement científic de la malaltia i la seva transmissió vagi canviant.

ÍNDEX

1. CONSIDERACIONS GENERALS	Pàg. 4
2. PROTOCOL D'ADEQUACIÓ DELS ENTRENAMENTS	Pàg. 5
2.1. Entrenaments de Preparació física	Pàg. 5
2.2. Entrenaments en Neu	Pàg. 7
2.3. Actuació en cas de detecció de símptomes en entrenaments	Pàg. 8
2.4. Actuació en cas de detecció de símptomes en concentracions	Pàg. 8
3. PROTOCOL D'ADEQUACIÓ DE LES COMPETICIONS	Pàg. 9
3.1. Competicions d'àmbit autonòmic	Pàg. 10
3.2. Competicions d'àmbit estatal/internacional	Pàg. 15
3.3. Actuació en cas de detecció de símptomes en competicions	Pàg. 15
4. PROTOCOL ESPECÍFIC DE NETEJA	Pàg. 16
5. MESURES A TENIR EN COMPTE EN MENJADORS	Pàg. 16
6. RESPONSABLE DE COMPLIMENT	Pàg. 16
7. DOCUMENTACIÓ COMPLEMENTARIA	Pàg. 17
 ANNEX 01. MODEL DE DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A MENORS DE 18 ANYS	Pàg. 18
ANNEX 02. MODEL DE DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A MAJORS DE 18 ANYS	Pàg. 21
ANNEX 03. MODEL DE CERTIFICAT CLUB/EQUIP	Pàg. 24
ANNEX 04. MODEL DE DOCUMENT DE LOCALITZACIÓ PERSONAL	Pàg. 26
ANNEX 05. RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER ESQUÍ ALPÍ	Pàg. 28
ANNEX 06. RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER ESQUÍ DE FONS	Pàg. 36

1. CONSIDERACIONS GENERALS

Per a totes les activitats la FCEH vetllarà per l'aplicació responsable de les mesures organitzatives i de protecció individuals establertes en la Resolució SLT/1429/2020 igual com en el Pla de Desconfinament Esportiu de Catalunya. Tots els clubs, tècnics i participants que assisteixin o organitzin activitats tutelades per la Federació Catalana d'Esports d'Hivern hauran de complir les mesures adoptades en aquest document.

Els esportistes, tècnics, jutges, àrbitres, delegats tècnics i personal de l'organització hauran de seguir estrictament les pautes d'higiene personal i de conducta social per evitar contagis.

Les mesures recollides en aquest document podran ser modificades segons les resolucions que estableixin les autoritats competents.

2. PROTOCOL D'ADEQUACIÓ DELS ENTRENAMENTS

2.1. ENTRENAMENTS DE PREPARACIÓ FÍSICA

a. GRUPS DE CONVIVÈNCIA

Es treballarà mitjançant grups màxim de fins a 20 participants. Els tècnics dirigents es relacionaran sempre amb el seu mateix grup amb excepció d'aquelles activitats que puguin requerir algun tècnic/a especialitzada, que sempre haurà de ser la mateixa persona per a cada grup.

b. DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

A les activitats s'ha de respectar la distància interpersonal de seguretat i no pot haver-hi contacte físic estret. Cal tenir en compte que aquesta distància hauria de ser superior a 2 metres, en activitats físiques que impliquin un esforç més gran de la persona.

Es prioritzarà el treball individual, tot i què podran desenvolupar-se treballs en grups reduïts.

Es prendrà com a mesura estàndard que cada participant disposi d'entre 2,5 i 4 metres quadrats d'espai per a realitzar el treball físic.

En cas d'utilitzar material esportiu o lúdic serà preferiblement d'ús exclusiu pels grups de convivència o participants durant el període de l'activitat. En cas d'utilitzar material esportiu o lúdic caldrà netejar-lo com a mínim una vegada al dia i sempre que hi hagi canvi de grup.

c. ÚS DE MASCARETES

En la realització d'activitat física a l'aire lliure no és necessari l'ús de mascaretes si es mantenen les distàncies de seguretat.

S'utilitzaran mascaretes en els següents casos:

- Sortides en l'espai públic encara què es mantingui la distància de seguretat.
- Ús de mitjans de transport de viatgers per carretera, per ferrocarril i per cable de competència de la Generalitat.
- Fer una atenció envers l'esportista que trenqui la distància mínima.
- Reunions i trobades entre persones.
- Activitats que estiguin obertes al públic.

d. LLISTAT DE COMPROVACIÓ DE SÍMPTOMES

Diàriament caldrà comprovar l'estat de salut dels participants i del personal tècnic per garantir que poden participar a les activitat amb seguretat.

El resultat de les mesures de temperatura corporal de tots els participants i del personal tècnic haurà de quedar degudament registrat o documentat.

e. DISTÀNCIA DE SEGURETAT

- El distanciament físic serà de 2 metres.
- En el cas d'espais d'ús compartit s'establiran horaris d'activitat per torns garantint la distància de 2 metres.
- En espais de relació social s'ha de garantir no superar l'aforament establert per les autoritats competents i/o de les instal·lacions.

f. ENTRADES I SORTIDES

- Les persones que acompanyin i/o recullin als participants s'hauran de quedar fora del recinte.

g. ESPAIS D'ALLOTJAMENT PER A LA PERNOCTACIÓ

- La distància mínima durant la pernoctació entre caps serà de 2 metres.
- Es prioritzarà l'ús d'habitacions amb baixa ocupació.

2.2. ENTRENAMENTS EN NEU

El/la tècnic responsable del grup haurà d'informar-se prèviament de les condicions i protocols determinats per l'estació d'esquí on es realitzarà l'entrenament.

a. GRUPS DE CONVIVÈNCIA

Es treballarà mitjançant grups màxim de fins a 20 participants. Els tècnics dirigents es relacionaran sempre amb el seu mateix grup amb excepció d'aquelles activitats que puguin requerir algun tècnic/a especialitzada, que sempre haurà de ser la mateixa persona per a cada grup.

b. DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

A les activitats s'ha de procurar mantenir la distància interpersonal de seguretat i no pot haver-hi contacte físic estret.

Es prioritzarà el treball individual, tot i què podran desenvolupar-se treballs en grups reduïts.

En cas d'utilitzar material esportiu o lúdic serà preferiblement d'ús exclusiu pels grups de convivència o participants durant el període de l'activitat.

c. ÚS DE MASCARETES

Durant l'entrenament específic en neu s'utilitzaran mascaretes segon els protocol o indicacions de la instal·lació.

No serà necessari utilitzar la mascareta en el moment en que s'estigui lliscant o realitzant l'activitat física específica.

d. LLISTAT DE COMPROVACIÓ DE SÍMPTOMES

Diàriament caldrà comprovar l'estat de salut dels participants i del personal tècnic per garantir que poden participar a les activitat amb seguretat.

El resultat de les mesures de temperatura corporal de tots els participants i del personal tècnic haurà de quedar degudament registrat o documentat.

e. DISTÀNCIA DE SEGURETAT

- El distanciament físic serà de 2 metres.
- En el cas d'espais d'ús compartit s'establiran horaris d'activitat per torns garantint la distància de 2 metres.
- En espais de relació social s'ha de garantir no superar l'aforament establert per les autoritats competents i/o de les instal·lacions.

f. ENTRADES I SORTIDES

- Les persones que acompanyin i/o recullin als participants no podran barrejar-se amb la resta d'esportistes del grup.

2.3. ACTUACIÓ EN CAS DE DETECCIÓ DE SÍMPTOMES EN ENTRENAMENTS

En el cas de que algun/a dels esportistes presenti símptomes de contagi es procedirà al següent tipus d'actuació:

- PAS 1: Evacuar o allunyar l'esportista en espais on es garanteixi la distància de seguretat de 2 metres fins a poder organitzar el retorn a l'origen (domicili) i sempre amb la utilització de mascaretes.
- PAS 2: Informar a la família per recollir l'esportista i seguir els protocols determinats per les autoritats sanitàries.
- PAS 3: La família de l'esportista contactarà amb el Servei de Salut 061 i informarà al responsable COVID del grup.
- PAS 4: En cas de resultar positiu s'aïllarà el grup bombolla, segons indicacions de les autoritats sanitàries, durant el temps que aquestes determinin.

2.4. ACTUACIÓ EN CAS DE DETECCIÓ DE SÍMPTOMES EN CONCENTRACIONS

En el cas de que algun/a dels esportistes presenti símptomes de contagi es procedirà al següent tipus d'actuació:

- PAS 1: Aïllar l'esportista a la seva habitació o un espai on es garanteixi la distància de seguretat de 2 metres
- PAS 2: Contactar amb el responsable COVID del grup. Aquest iniciarà els passos determinats per les autoritats sanitàries de la regió on es trobin concentrats.
- PAS 3: Informar a la família i seguir els protocols determinats per les autoritats sanitàries.
- PAS 4: En cas de resultar positiu s'aïllarà el grup bombolla, segons indicacions de les autoritats sanitàries, durant el temps que aquestes determinin.

3. PROTOCOL D'ADEQUACIÓ DE LES COMPETICIONS

Per a l'organització de competicions en territori català serà imprescindible tenir a disposició i aplicar el protocol de seguretat, higiene i salut d'acord amb les mesures aprovades pel Pla d'Acció pel Desconfinament de l'esport a Catalunya i d'acord amb el marc general establert per la Federació Catalana d'Esports d'Hivern. Preceptivament, els organitzadors, hauran d'informar a la FCEH amb suficient antelació la voluntat d'organitzar l'esdeveniment, les condicions i el protocol específic d'aquesta pel seu desenvolupament.

A continuació es detallen els punts generals de compliment de protocol, aplicables a tots els esports. En l'apartat d'Annexes s'inclouen especificitats per les competicions d'esquí alpí i esquí de fons.

Aquest protocol serà d'obligat compliment per a totes aquelles competicions que constin de forma oficial en el calendari d'activitats de la temporada 2020-2021, aprovat per l'assemblea general i recomanat per totes les altres competicions dels esports d'hivern no incloses en el calendari oficial de la FCEH.

3.1. COMPETICIONS D'ÀMBIT AUTONÒMIC

Per la sol·licitud i organització d'una competició en el calendari de la FCEH s'haurà de realitzar el mateix procediment d'altres temporades o el que determini l'últim reglament de l'esport en concret aprovat per l'assemblea de la FCEH.

Junt amb la sol·licitud, el club responsable de l'organització haurà de presentar la següent documentació:

- Protocol COVID específic de la competició
- Responsable del club de compliment d'aquest protocol
- Declaració responsable de compliment del protocol aprovat per la FCEH

En cas que en el moment de la sol·licitud, el club no disposi del protocol específic, aquest tindrà un període no inferior a 1 mes abans de la data de celebració per enviar-lo a la Comissió COVID de la FCEH.

Per aquesta temporada 2020-2021 es proposa instaurar en les nostres competicions la figura de el/la Coordinador/a d'entrenadors/es («Connecting Coach»). La seva tasca és fer d'enllaç entre el Jurat i l'organització i els/les entrenadors/es, facilitant la relació i coordinant les tasques que aquests han de desenvolupar dins la competició.

Aquest protocol específic haurà d'estar emmarcat en aquest protocol, i si convé complementat pel protocol de la instal·lació esportiva on es realitzarà la competició.

a. DESENVOLUPAMENT DE LA COMPETICIÓ

El/La responsable de la competició, el/la responsable de compliment de protocol, el/la Coordinador/a d'entrenadors/es i el/la Delegat/da Tècnic/a administraran un grup de Whatsapp on hi hauran de ser presents els/les responsables/tècnics/tècniques de cada equip participant.

En el protocol específic s'haurà d'especificar com es duran a terme cada un dels següents punts:

REUNIÓ DE CAPS D'EQUIP

La reunió de caps d'equip (Captain's Meeting) s'haurà de realitzar de forma telemàtica. En cap cas es realitzarà de forma presencial o en el mateix lloc de la competició.

En aquesta reunió serà obligatori revisar i recordar el protocol específic de la competició.

ARRIBADES DELS ESPORTISTES, ENTRENADORS I/O EQUIPS

S'haurà d'habilitar un espai que s'utilitzarà com a zona d'espera dels diferents equips.

L'organització haurà de proporcionar un mapa de circulació.

S'ha d'evitar el contacte físic entre diferents equips, considerats, cada un d'ells, com a grups constants.

El responsable de l'equip haurà de notificar a l'organització:

- Les baixes.
- Hora d'arribada o moment d'arribada a la zona d'espera.

VESTUARIS

En la mesura del possible, els esportistes hauran d'arribar vestits per la competició i evitar l'ús de vestuaris.

En cas de necessitar-ne el seu ús:

- S'haurà de garantir la correcta ventilació.
- Els vestuaris s'hauran de desinfectar abans i després de l'arribada dels equips i àrbitres.
- Els equips hauran de disposar de suficient distància de seguretat per vestir-se.
- Quan no sigui possible fer-ho en un mateix vestuari, s'haurà d'habilitar-ne un altre.
- Si s'ha de fer ús de les dutxes. S'haurà de garantir l'ús individual i la distància de seguretat i si convé, establir torns per evitar acumulacions.

MATERIAL

Cada esportista haurà de ser responsable del seu material.

No es podrà compartir en cap cas.

ENTRENAMENTS OFICIALS

En la mesura del possible els entrenaments oficials es realitzaran el mateix dia de la prova.

En cas que els entrenaments oficials siguin el dia anterior a la competició, s'hauran d'aplicar tots els procediments determinats com si fos el dia de competició.

ZONA D'ESPERA

Aquest espai haurà de garantir la distància de seguretat d'entre 2m d'espai entre els diferents equips.

Aquest espai s'utilitzarà com a zona de reagrupament, espera i/o aïllament. Cada equip haurà de vetllar per mantenir la distància social de seguretat entre els altres.

Els equips no podran abandonar la zona d'espera sense indicació expressa de l'organització (Responsable de competició, Responsable COVID, Coordinador/a entrenadors/es o Delegat Tècnic).

Qualsevol participant que necessiti assistència mèdica, ho haurà de notificar prèviament a l'organització.

Queda prohibit habilitar qualsevol punt d'avituallament per a esportistes. En el cas que es disposi de begudes i/o entrepans, s'haurà d'assignar aquesta tasca a una persona responsable que en bosses individuals ho entregará a cada equip d'esportistes o personal de l'organització.

ACREDITACIONS I ENTREGA DE DORSALS

L'organització determinarà una hora acordada per a la recollida d'acreditacions i dorsals.

La recollida només la podrà realitzar una persona integrant de l'equip. A ser possible el seu responsable.

L'organització entregará les acreditacions i dorsals en una bossa tancada.

Els dorsals hauran d'haver estat rentats i desinfectats prèviament. L'organització haurà de guardar el tiquet de la neteja durant 1 mes, comptant des del dia de la realització de la prova.

És obligatori l'ús de la mascareta en tot moment.

En el cas que no es pugui complir una hora acordada, s'haurà de notificar a l'organització. Aquesta assignarà un nou horari a l'equip.

En cas que es produeixin acumulacions en el moment de la recollida, s'haurà de mantenir la distància de seguretat d'entre 2m entre persones.

En la taula d'acreditacions i entrega de dorsals només hi podran ser presents: la persona responsable de l'equipament esportiu i una o dos persones anomenades per l'organització, mantenint la distància de seguretat i amb mascareta.

L'organització haurà de proporcionar gel hidroalcohòlic per al personal de la taula i aquest s'haurà de desinfectar les mans després de cada entrega.

REMUNTADORS I/O DESPLAÇAMENTS

En els desplaçaments per la instal·lació esportiva o l'ús de remuntadors s'haurà de:

- Utilitzar sempre la mascareta
- Mantenir una higiene de mans acurada
- Realitzar-los només si és necessari
- Seguir les indicacions del protocol de la instal·lació
- Seguir les indicacions del personal de la instal·lació

Abans d'accedir a la zona de competició, l'organització haurà de disposar dels següents documents:

- Mapa de circulació.
- Declaració de responsabilitat del responsable de l'equip.
- Declaració de responsabilitat individual dels esportistes.
- Declaració de responsabilitat de cada membre de l'equip d'organització.
- Registre d'assistents. Aquest s'haurà de conservar durant un mes després de la realització de la competició.

SORTIDES

L'organització haurà de determinar un espai on es garanteixi la distància de seguretat que pugui acollir els diferents grups establerts en les sortides, segons cada reglament. Els membres de l'organització com estarter, jutge de sortida, etc., hauran de procurar en la mesura que sigui possible, mantenir les distàncies de seguretat establertes.

L'organització haurà de determinar un espai per a la resta de participants on es garanteixi la distància de seguretat entre equips. En cas que no es pugui disposar d'aquest espai, s'haurà de fer ús de la zona d'espera (aquesta s'hauria de trobar el més a prop de la zona de sortida), o bé, determinar un sistema per franges horàries per tal que la presència a la sortida no provoqui acumulacions dels participants.

En aquests espais només podran ser-hi presents esportistes, entrenadors/es i/o personal degudament acreditat.

PUNTS DE CONTROL

Les persones ubicades en diferents punts de control hauran de:

- Disposar d'un sistema de comunicació directe amb l'organització que no sigui el telèfon mòbil.
- No poden estar formats per dos o més persones.

ARRIBADES I META

L'organització determinarà un/a responsable que vetllarà perquè en aquest espai es mantinguin les distàncies de seguretat i ús de mascaretes.

Aquest responsable haurà de procurar evitar situacions d'aglomeracions i mostres d'efecte.

En cas de necessitat d'atendre qualsevol reclamació, aquesta s'haurà de realitzar mantenint la corresponent distància de seguretat i ús de mascareta.

En el cas que l'organització possibiliti un espai de consulta de resultats, haurà d'assignar una persona responsable d'aquest espai per evitar les acumulacions.

L'organització haurà de determinar un espai per a la resta de participants on es garanteixi la distància de seguretat entre equips. En cas que no es pugui disposar d'aquest espai, s'haurà de fer ús de la zona d'espera.

L'organització haurà de determinar un espai per tal que els esportistes puguin dipositar el dorsal una vegada hagin acabat la competició. Aquests hauran de ser recollits en una bossa tancada per tal que es pugui dur directament a rentar i desinfectar.

RESULTATS OFICIALS, REVISIONS I RECLAMACIONS

La publicació dels resultats oficials es farà mitjançant els telèfon mòbils o altres sistemes o aplicacions telemàtiques, en cap cas en paper.

Les revisions i/o reclamacions s'hauran de fer per part del responsable de l'equip i es sol·licitaran en el moment determinat pel reglament i mantenint la distància de seguretat.

ENTREGA DE PREMIS

Hi hauran 2 persones responsables per preparar els premis en una taula.

S'evitaran les mostres d'afecte i garantir la distància de seguretat tant entre el públic com entre els premiats.

Els/les esportistes recolliran el premi de la taula i en cap cas se'ls hi entregaran en mà. Queda prohibit el llançament de boles de neu i altres objectes.

PERSONAL AUXILIAR

Tot el personal auxiliar com sanitaris i/o veterinaris, cronòmetre, jutges o altres, hauran de disposar del seu propi espai, sense interacció directa amb la resta de participants.

ASSISTÈNCIA DE PÚBLIC

Sobre la presència de públic en les competicions s'haurà de seguir les indicacions de les autoritats i la instal·lació esportiva, segons la situació sanitària del moment en que es realitzi la competició. Aquestes s'hauran de reflectir en el protocol específic de la competició.

3.2. COMPETICIONS D'ÀMBIT ESTATAL I/O INTERNACIONAL

Per aquest tipus de competicions serà d'obligat compliment el protocol aprovat per la Federació Catalana d'Esports d'Hivern més:

- En cas de competicions de caràcter estatal caldrà seguir el protocol determinat per aquestes federacions:

Consejo Superior de Deportes:

https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-09/CSD_PROTOCOLO%20VUELTA%20COAE_FINAL.pdf

Real Federación Española de Deportes de Invierno:

<https://rfedi.es/Seccion/13>

Real Federación Española de Deportes de Hielo:

<https://www.rfedh.es/covid-19/>

- En cas de competicions de caràcter internacional, inscrites degudament en el calendari de les corresponents federacions internacionals, hauran de seguir el protocol determinat per aquestes federacions.

3.3. ACTUACIÓ EN CAS DE DETECCIÓ DE SÍMPTOMES EN COMPETICIONS

En cas de que la temperatura d'un participant, entrenador, oficial de cursa o membre de l'organització sigui més alta de la permesa, 37,5, i per tant amb possibles símptomes d'estar malalt, serà donat de baixa de la cursa de forma immediata. La persona afectada no es podrà presentar amb el resta de membres del seu col·lectiu, al lloc de trobada establert per l'organització. Aquesta persona s'haurà de confinar i seguir els protocols específics establerts per les autoritats sanitàries.

En cas de que durant la cursa qualsevol participant senti fred, esgarrifances o sensació de malestar, el responsable COVID de l'organització haurà de prendre la temperatura per verificar que no està malalt.

a. EN ESPORTISTES O ENTRENADORS

En aquests casos, s'haurà d'aïllar tot l'equip i seguir el protocol establert per les autoritats sanitàries.

b. EN PERSONAL D'ORGANITZACIÓ

En aquests casos, s'haurà d'aïllar aquesta persona i seguir el protocol establert per les autoritats sanitàries.

L'organització haurà de vetllar per tal que les funcions assignades a aquesta persona siguin cobertes degudament.

c. EN PERSONAL ESSENCIAL DE L'ORGANITZACIÓ (CRONO, JUTGES, DELEGATS, ETC.)

En aquests casos, s'haurà d'aïllar aquesta persona i seguir el protocol establert per les autoritats sanitàries.

L'organització haurà de considerar si la competició pot continuar amb les mínimes garanties que determina el reglament. Si no es poden complir aquest mínims la competició serà suspesa.

4. PROTOCOL ESPECÍFIC DE NETEJA

a. RENTAT DE MANS

Caldrà un rentat de mans habitual en els següents casos:

- A l'inici i al final de cada activitat.
- Abans i després d'anar al lavabo.
- Després de mocar-se, tossir o esternudar.

Es garantiran punts de rentat de mans amb la col·locació de dispensadors de solució hidroalcohòlica.

b. MATERIAL ESPORTIU

En cas d'utilitzar material esportiu o lúdic caldrà netejar-lo com a mínim una vegada al dia i sempre que hi hagi canvi de grup.

c. INSTAL·LACIONS

Els tècnics vetllaran perquè els espais on es desenvolupin les activitats s'han realitzat les oportunes tasques de manteniment, desinfecció i control lliure de SARS-CoV2.

S'ha de ventilar els espais de manera constant i permanent.

S'ha de procurar mantenir les portes obertes per evitar que la gent toqui les manetes o tiradors.

S'ha d'evitar els assecadors de mans i cabells dels vestidors o lavabos.

S'ha de tenir a disposició l'ús de detergents així com lleixiu o desinfectants per a les rutines de neteja i desinfecció en condicions de seguretat. També es podran utilitzar tovalloletes impregnades amb alcohol propílic de 70% o un drap net humitejat amb alcohol de 70%.

5. MESURES A TENIR EN COMPTE EN MENJADORS

Els tècnics haurien de vetllar per tal que:

- Es serveixi el menjar en plats individuals.
- No es comparteixi menjar entre participants.
- S'eviti l'ús d'utensilis d'ús compartit.
- L'ús de begudes per a hidratar-se serà estrictament individual.
- Es mantingui la distància de seguretat durant els àpats. Si és necessari s'establiran torns de menjador.

6. RESPONSABLE DE COMPLIMENT

La FCEH ha creat una comissió específica COVID-19 encarregada de la supervisió i control del compliment de les mesures establertes.

Tota activitat organitzada sota la cobertura de la FCEH haurà de disposar d'un protocol específic COVID-19, mirall de l'actual. Aquest s'enviarà amb suficient antelació a la Federació per tal que sigui aprovat i/o validat per la comissió.

La comissió haurà de donar resposta en un termini màxim de 10 dies després de la recepció del document a: info@fkeh.cat

7. DOCUMENTACIÓ COMPLEMENTÀRIA

Tot el què no reculli aquest documents s'atendrà a les mesures adoptades en les resolucions i règims sancionadors adoptats per les administracions competents.

La Federació Catalana d'Esports d'Hivern es reserva el dret de modificar les condicions d'adequació de l'activitat segon l'evolució diària de la crisi sanitària.

PLA DE CONTINGÈNCIA PER AL SECTOR ESPORTIU A CATALUNYA

https://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/afectacio-coronavirus-esport/Pla-de-contingencia-sector-esportiu.pdf

PLA D'ACCIÓ PEL DESCONFINAMENT ESPORTIU DE CATALUNYA

https://interior.gencat.cat/web/.content/home/030_arees_dactuacio/proteccio_civil/consells_autoproteccio_emergencies/Coronavirus/fases_confinament/plans-de-desconfinament-sectorials/2020_06_13-DP-Esportiu.pdf

CRITÈRIS BÀSICS PER A L'ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS ESPORTIVES D'ESTIU PER A MENORS DE 18 ANYS

<https://govern.cat/govern/docs/2020/06/03/16/44/756e3334-49fb-45bb-af7c-ea178bcf784a.pdf>

CRITÈRIS D'ADEQUACIÓ DELS PLANS SECTORIALS DE DESCONFINAMENT A LES CONDICIONS DE L'ETAPA DE REPRESA

https://interior.gencat.cat/web/.content/home/030_arees_dactuacio/proteccio_civil/consells_autoproteccio_emergencies/Coronavirus/fases_confinament/plans-de-desconfinament-sectorials/Criteris-plans-sectorials-de-desconfinament-etapa-represa-COVID19.pdf

MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTE

<https://www.boe.es/boe/dias/2020/05/06/pdfs/BOE-A-2020-4837.pdf>

CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-09/CSD_PROTOCOLO%20VUELTA%20COAE_FINAL.pdf

ANNEX 01.

MODEL DE DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A MENORS DE 18 ANYS

DECLARACIÓ RESPONSABLE D'ACEPTACIÓ DE CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ, OBLIGACIÓ D'INFORMACIÓ I CONSENTIMENT INFORMAT, PER A PARTICIPAR EN ACTIVITATS ESPORTIVES DE LA FCEH PER A MENORS DE 18 ANYS

En/na _____ amb DNI/NIE _____
en qualitat de pare/mare/tutor-a de _____
amb DNI/NIE _____

menor d'edat que ☐ SI / ☐ NO
pertany a grups vulnerables o amb necessitats especials d'adaptació.

Si es que SI, especifiqui:

Declaro sota la meva responsabilitat, que sol·licito que la persona menor d'edat referenciada a l'encapçalament participi en les activitats de SEGUIMENT DE LA FEDERACIÓ CATALANA D'ESPORTS D'HIVERN,

a, _____, des del dia _____ fins el dia _____

i que he llegit amb detall la informació proporcionada per la pròpia organització i accepto les condicions de participació, expresso el meu compromís amb les Mesures personals d'higiene i prevenció obligatòries i assumeixo tota la responsabilitat davant la possibilitat de contagi per COVID-19.

Declaro sota la meva responsabilitat:

Declaració responsable de no formar part de grups de risc ni conviure amb grup de risc:

- ☐ Declaro que el/la menor compleix amb els requisits d'admissió establerts per la FCEH, no essent grup de risc ni estar convivint amb ningú que sigui grup de risc.
- ☐ En el cas d'activitats sense pernoctació, em comprometo a notificar el motiu d'absència del menor a través de mòbil mitjançant trucada o missatge telefònic.

Acceptació de les Mesures personals d'higiene i prevenció davant del COVID-19

- ☐ He llegit i accepto els compromisos de l'apartat de Mesures personals d'higiene i prevenció davant del COVID-19 que figuren al dors d'aquest document. I que no presenta cap dels símptomes següents: tos seca, febre >37°C, dificultat respiratòria, picor al coll, mal de coll, opressió al pit, dificultat per respirar, lesions violàcies a peus o/i mans, erupció cutània eritematosa o urticària, diarrea, vòmits, dolors musculars o articulars, cefalea (mal de cap), pèrdua del gust i/o del olfacte, estat confusional, mareig o síncope.

Declaració d'haver llegit i acceptat els documents facilitats per la organització sobre l'adaptació de l'activitat al COVID-19

- ☐ Declaro que he rebut i llegit el Protocol d'adequació de l'activitat al COVID-19, i el Protocol d'actuació en casos d'emergència o risc de contagi de la FCEH, i que accepto les mesures i procediments que proposen.

Consentiment informat sobre la COVID-19

- ☐ Declaro que, un cop haver rebut i llegit atentament la informació que contenen els documents lliurats per la FCEH, soc conscient dels riscos que implica la participació del menor en l'activitat en el context de la crisi sanitària provocada pel COVID-19, que assumeixo sota la meva pròpia responsabilitat.

Signatura del pare/mare o tutor/a

A _____, el _____ de _____ de 20 _____

MESURES PERSONALS D'HIGIENE I PREVENCIÓ DAVANT DEL COVID-19

1. El o la menor no hauria d'assistir a l'activitat si...

- És vulnerable o conviu amb alguna persona vulnerable (per edat, per estar embarassada o per tenir afeccions mèdiques anteriors com hipertensió arterial, malalties cardiovasculars, diabetis, malalties pulmonars cròniques, càncer o immunodepressió).
- Presenta qualsevol simptomatologia (tos seca, febre $>37^{\circ}\text{C}$, dificultat respiratòria, picor al coll, mal de coll, opressió al pit, dificultat per respirar, lesions violàcies a peus o/i mans, erupció cutània eritematosa o urticària, diarrea, vòmits, dolors musculars o articulars, cefalea (mal de cap), pèrdua del gust i/o del olfacte, estat confusional, mareig o síncope) que pogués estar associada amb el COVID-19. Cal contactar amb el telèfon d'atenció al COVID-19 o amb el centre d'atenció primària i seguir les seves instruccions.
- Ha estat en contacte estret amb convivents, familiars i persones que hagin estat en el mateix lloc que un cas mentre aquest presentava símptomes (a una distància menor de 2 metres durant almenys 15 minuts), o ha compartit espai sense mantenir la distància interpersonal amb una persona afectada pel COVID-19, inclús en absència de símptomes, en els últims 14 dies.

2. Recomanacions per als i les assistents a l'activitat

- Utilitza mascareta quan t'ho indiqui el personal de l'activitat.
- Compleix totes les mesures de prevenció que t'indiqui el personal de l'activitat.
- Procura mantenir la distància interpersonal de 2 metres sempre que sigui possible.
- Evita la salutació amb contacte físic, inclòs donar la mà.
- Rentat freqüentment les mans amb aigua i sabó, o amb solució hidroalcohòlica especialment després de tossir o estossegar, després de tocar superfícies potencialment contaminades, a l'inici i final de les activitats, durant al menys 40 segons.
- En cas de tenir els avantbraços descoberts durant l'activitat, inclou el rentat dels avantbraços.
- En tossir o estossegar, tapa't el nas i la boca amb un mocador d'un sol ús, i llença'l preferentment en un cubell que tingui tapa. Si no disposes de mocadors d'un sol ús, pots utilitzar la part interna del colze per no contaminar les mans.
- Evita tocar-te el ulls, el nas i la boca.
- Si comences a notar símptomes, avisa les persones responsables de l'activitat, extrema les precaucions de distància i d'higiene, i contacta urgentment amb el teu metge d'atenció primària o amb el telèfon d'atenció al COVID-19.

3. Desplaçaments a l'activitat

- Sempre que es pugui, cal prioritzar les opcions de mobilitat que millor garanteixen la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres.
- En els viatges amb transport compartit cal utilitzar mascareta en tots els casos.
- Es obligatori utilitzar els equips de protecció individual en el moment de sortir al carrer.

4. En el desenvolupament de l'activitat

- Les persones responsables de l'activitat s'encarregaran de vetllar pel compliment de la distància i mesures de seguretat.
- Els i les participants portaran mascareta i quan se'ls requereixi.
- Els i les participants hauran d'obeir als responsables de grup i mantenir la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres, sempre que sigui possible, i en tot cas evitar el contacte físic continu amb d'altres participants.

ANNEX 02.

MODEL DE DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A MAJORS DE 18 ANYS

DECLARACIÓ RESPONSABLE D'ACEPTACIÓ DE CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ, OBLIGACIÓ D'INFORMACIÓ I CONSENTIMENT INFORMAT, PER A PARTICIPAR EN ACTIVITATS ESPORTIVES DE LA FCEH PER A MAJORS DE 18 ANYS

En/na

amb DNI/NIE

DECLARO que ☐ SI / ☐ NO
pertanyo a grups vulnerables o amb necessitats especials d'adaptació.

Si es que SI, especifiqui:

Declaro sota la meua responsabilitat, que sol·licito participar en les activitats de TECNIFICACIÓ DE LA FEDERACIÓ CATALANA D'ESPORTS D'HIVERN,

a, _____ **, des del dia** _____ **fins el dia** _____

i que he llegit amb detall la informació proporcionada per la pròpia organització i accepto les condicions de participació, expresso el meu compromís amb les Mesures personals d'higiene i prevenció obligatòries i assumeixo tota la responsabilitat davant la possibilitat de contagi per COVID-19.

Declaro sota la meua responsabilitat:

Declaració responsable de no formar part de grups de risc ni conviure amb grup de risc:

- ☐ Declaro que compleixo amb els requisits d'admissió establerts per la FCEH, no essent grup de risc ni estar convivint amb ningú que sigui grup de risc.
- ☐ En el cas d'activitats sense pernoctació, em comprometo a notificar el motiu d'absència a través de mòbil mitjançant trucada o missatge telefònic.

Acceptació de les Mesures personals d'higiene i prevenció davant del COVID-19

- ☐ He llegit i accepto els compromisos de l'apartat de Mesures personals d'higiene i prevenció davant del COVID-19 que figuren al dors d'aquest document. I que no presento cap dels símptomes següents: tos seca, febre >37°C, dificultat respiratòria, picor al coll, mal de coll, opressió al pit, dificultat per respirar, lesions violàcies a peus o/i mans, erupció cutània eritematosa o urticària, diarrea, vòmits, dolors musculars o articulars, cefalea (mal de cap), pèrdua del gust i/o del olfacte, estat confusional, mareig o síncope.

Declaració d'haver llegit i acceptat els documents facilitats per la organització sobre l'adaptació de l'activitat al COVID-19

- ☐ Declaro que he rebut i llegit el Protocol d'adequació de l'activitat al COVID-19, i el Protocol d'actuació en casos d'emergència o risc de contagi de la FCEH, i que accepto les mesures i procediments que proposen.

Consentiment informat sobre la COVID-19

- ☐ Declaro que, un cop haver rebut i llegit atentament la informació que contenen els documents lliurats per la FCEH, soc conscient dels riscos que implica la participació del menor en l'activitat en el context de la crisi sanitària provocada pel COVID-19, que assumeixo sota la meua pròpia responsabilitat.

Signatura

A _____, el _____ de _____ de 20____

MESURES PERSONALS D'HIGIENE I PREVENCIÓ DAVANT DEL COVID-19

1. El o la participant no hauria d'assistir a l'activitat si...

- És vulnerable o conviu amb alguna persona vulnerable (per edat, per estar embarassada o per tenir afeccions mèdiques anteriors com hipertensió arterial, malalties cardiovasculars, diabetis, malalties pulmonars cròniques, càncer o immunodepressió).
- Presenta qualsevol simptomatologia (tos seca, febre $>37^{\circ}\text{C}$, dificultat respiratòria, picor al coll, mal de coll, opressió al pit, dificultat per respirar, lesions violàcies a peus o/i mans, erupció cutània eritematosa o urticària, diarrea, vòmits, dolors musculars o articulars, cefalea (mal de cap), pèrdua del gust i/o del olfacte, estat confusional, mareig o síncope) que pogués estar associada amb el COVID-19. Cal contactar amb el telèfon d'atenció al COVID-19 o amb el centre d'atenció primària i seguir les seves instruccions.
- Ha estat en contacte estret amb convivents, familiars i persones que hagin estat en el mateix lloc que un cas mentre aquest presentava símptomes (a una distància menor de 2 metres durant almenys 15 minuts), o ha compartit espai sense mantenir la distància interpersonal amb una persona afectada pel COVID-19, inclús en absència de símptomes, en els últims 14 dies.

2. Recomanacions per als i les assistents a l'activitat

- Utilitza mascareta quan t'ho indiqui el personal de l'activitat.
- Compleix totes les mesures de prevenció que t'indiqui el personal de l'activitat.
- Procura mantenir la distància interpersonal de 2 metres sempre que sigui possible.
- Evita la salutació amb contacte físic, inclòs donar la mà.
- Renta't freqüentment les mans amb aigua i sabó, o amb solució hidroalcohòlica especialment després de tossir o estossegar, després de tocar superfícies potencialment contaminades, a l'inici i final de les activitats, durant al menys 40 segons.
- En cas de tenir els avantbraços descoberts durant l'activitat, inclou el rentat dels avantbraços.
- En tossir o estossegar, tapa't el nas i la boca amb un mocador d'un sol ús, i llença'l preferentment en un cubell que tingui tapa. Si no disposes de mocadors d'un sol ús, pots utilitzar la part interna del colze per no contaminar les mans.
- Evita tocar-te el ulls, el nas i la boca.
- Si comences a notar símptomes, avisa les persones responsables de l'activitat, extrema les precaucions de distància i d'higiene, i contacta urgentment amb el teu metge d'atenció primària o amb el telèfon d'atenció al COVID-19.

3. Desplaçaments a l'activitat

- Sempre que es pugui, cal prioritzar les opcions de mobilitat que millor garanteixen la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres.
- Si cal desplaçar-se en cotxe, es recomana extremar les mesures de neteja del vehicle i mantenir la major distància possible entre els ocupants (també si s'agafa un taxi o un VTC).
- En els viatges en transport públic cal utilitzar mascareta, i procurar mantenir la distància interpersonal amb la resta d'usuaris.
- Es obligatori utilitzar els equips de protecció individual en el moment de sortir al carrer.

4. En el desenvolupament de l'activitat

- Les persones responsables de l'activitat s'encarregaran de vetllar pel compliment de la distància i mesures de seguretat.
- Els i les participants portaran mascareta quan se'ls requereixi.
- Els i les participants hauran d'obeir als responsables de grup i mantenir la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres, sempre que sigui possible, i en tot cas evitar el contacte físic continu amb d'altres participants.

ANNEX 03.

MODEL DE CERTIFICAT CLUB/EQUIP

_____, amb DNI _____ i com
President del club adherit o afiliat a la Federació Catalana d'Esports d'Hivern

CERTIFICO:

1- Que cap esportista inscrit i participant a la competició _____
prevista a l'estació d'esquí de _____ els dies _____ presenta
síntomatologia compatible amb el Coronavirus SARS- COV-2 (febre superior o igual a 37,5 graus, tos,
malestar general, sensació de falta d'aire, pèrdua del gust, mal de cap, fatiga, mal de coll, dolor muscular,
vòmits, diarrea) o qualsevol altre símptoma típic de les infeccions.

2- Que cap esportista inscrit i participant ha donat positiu ni ha tingut contacte estret amb alguna persona
o persones amb simptomatologia possible o confirmada d'COVID-19 en els 14 dies immediatament
anterior a la data de signatura d'aquest document.

3- Que s'ha garantit documentalment i posat a disposició de tots els participants a la competició dels
protocols de seguretat i mesures informatives i de prevenció d'higiene i de seguretat de la COVID-19 i que
se l'ha informat de l'exclusió de la competició i de la instal·lació o zona acotada de l'espai esportiu per a
qualsevol dels participants que incompleixi aquestes normes.

4- Que és conscient i accepta que l'incompliment de les normes de l'COVID-19 especialment la no
declaració de casos positius confirmats o persones amb símptomes implica una infracció molt greu del
codi disciplinari que pot portar com a conseqüència una sanció d'exclusió de la competició i, si s'escau,
pèrdua de la categoria esportiva.

5- Que l'organitzador de la competició ha registrat a tots els participants a l'efecte de poder tenir una
traçabilitat en cas que es donés un positiu o símptomes de positiu entre algun dels participants que hagi
tingut contacte estret amb els altres amb ocasió de la trobada.

Al mateix temps declara estar informat de les mesures específiques de protecció i higiene establertes en
el Protocol de la Federació Catalana d'Esports d'Hivern de les normes són d'obligat compliment per als
participants en les competicions esportives oficials de i per a tots els clubs afiliats a la Federació
que participen en les mateixes.

El compliment de les normes abans esmentades és una responsabilitat individual de cada un dels
participants i de el club o entitat que organitza la competició, sense que hi hagi cap responsabilitat per
part de la Federació Catalana d'Esports d'Hivern dels contagis que en ocasió de la disputa de la competició
es poguessin produir.

I perquè consti als efectes oportuns, expedeixo aquest certificat a _____ el ____ de
_____ de 20

signatura

ANNEX 04.

MODEL DE DOCUMENT DE LOCALITZACIÓ PERSONAL

Nom segons apareix al DNI o al Passaport o altre document d'identitat vàlid:

Adreça al llarg de la competició (carrer/apartament/ciutat/codi postal/país):

Número de telèfon: _____

Correu electrònic: _____

País / CA que vas visitar o a on vas estar en els darrers 7 dies _____

Respondre a les preguntes següents en relació amb els últims 14 dies:

	Preguntes	SI	NO
1	Va tenir contacte proper amb algú diagnosticat amb la malaltia COVID-19?		
2	Va proporcionar atenció directa a pacients de COVID- 19?		
3	Va visitar o romandre en un ambient tancat amb algun pacient amb la malaltia COVID-19?		
4	Va treballar/estudiar de forma propera o compartint el mateix ambient laboral o de classe amb pacients de COVID- 19?		
5	Ha viatjat amb un pacient COVID- 19 en qualsevol mitjà de transport?		
6	Ha viscut a la mateixa casa que un pacient COVID- 19?		

Aquesta informació es podrà compartir amb les autoritats locals de salut pública per permetre un ràpid rastreig de contactes si un participant en l'esdeveniment pateix la malaltia COVID-19 o arribar en contacte amb un cas confirmat.

Signat l'Esportista o Tutor

En ____ a ____ de 20

ANNEX 05.

RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER ESQUÍ ALPÍ

COORDINADOR D'ENTRENADOR

Es proposa instaurar en els nostres circuits la figura del Coordinador d'entrenadors («Connecting Coach»), com tenen a la Copa del Món i Copa d'Europa. La seva tasca és fer d'enllaç entre el Jurat i l'organització amb els entrenadors, facilitant la relació i coordinant les tasques que aquests han de desenvolupar dins la cursa.

Aquest càrrec serà rotatori entre tots els entrenadors/caps d'equip, de cada una de les categories dels diferents Clubs, que participen als diferents circuits que s'organitzen.

Els Clubs hauran de comunicar a principis de temporada al Comitè Alpí de la FCEH, el nom de l'entrenador responsable de cada categoria en la que participin, per poder confeccionar el llistat i així poder dur a terme la designació per les diferents curses.

L'elecció i el sistema rotatori que s'hauria d'aplicar per poder dur a terme la seva tasca, serà responsabilitat del Comitè ALPÍ de la FCEH.

El Coordinador d'entrenadors de cada una de les curses també tindrà el càrrec de Jutge Àrbitre. La seva designació s'haurà de dur a terme com a molt tard el dimarts anterior a la data de celebració de la cursa, per que es pugui posar en contacte amb la Secretaria de la cursa i coordinar la realització del sorteig de dorsals.

En el cas de les proves de velocitat el Comitè Alpí també anomenarà un segon entrenador per fer les funcions de Jutge Àrbitre assistent.

GRUPS DE WHATSAPP

A l'inici de la temporada El Comitè Alpí de la FCEH crearà i administrarà uns grups de WhatsApp per cada un dels circuits de competició. En aquests grups hi hauran d'estar afegits cada un dels Entrenadors/Caps d'Equip dels Clubs que participin en el circuit corresponent.

Quan un Club organitzi una cursa d'un dels circuits, s'afegiran en aquests grups els responsables de les diferents àrees que sigui escaient i que sol·liciti l'organitzador, com Director de Cursa, Cap de Cronometratge, Secretaria Tècnica, etc...

Una vegada finalitzada la cursa, aquests membres del Club organitzador afegits al grup de WhatsApp corresponent, seran eliminats de la llista per donar pas als organitzadors de la següent cursa i així evitar grups molt massificats.

COORDINADOR COVID DE L'ORGANITZACIÓ

L'organització de la cursa haurà d'anomenar un coordinador COVID, que vetllarà per l'acompliment de les normatives, recomanacions i mesures d'higiene establertes. Haurà de conèixer la situació epidemiològica local i les mesures específiques establertes en el lloc de celebració de la cursa. Serà el responsable d'aplicar el protocol per accedir a l'estació, estadi de competició i entrenament, per garantir en tot moment la seguretat de tots els que hi accedeixin, coordinant-se amb els responsables COVID dels equips

participants, informant en tot moment de la situació quant sigui requerit pel Jurat de la Cursa.

RESPONSABLE COVID DE CLUB I MESURES HIGIÈNIQUES DE SEGURETAT

Cada club anomenarà un responsable de COVID, que serà l'encarregat de controlar els membres del seu equip i d'informar en tot moment a l'organització, del seu estat de salut.

Es responsabilitzarà de que junt amb la inscripció s'adjunti el certificat que confirmi que cap corredor del seu equip hagi patit contagi del COVID, durant un període de 15 dies abans de la data de celebració de la cursa.

Tothom que formi part de la cursa, haurà de fer ús de mascaretes homologades i es rentarà les mans freqüentment.

Els corredors només es podran treure la mascareta durant el temps que estiguin duent a terme la seva cursa.

Cada equip haurà de disposar de mascaretes de recanvi i de gel hidroalcohòlic, suficient per garantir que els membres de l'expedició puguin disposar-ne sempre que ho necessitin.

S'haurà de prendre la temperatura a tots els corredors participants, obridors, entrenadors, oficials de cursa i membres de la organització i hauran de fer ús obligatòriament, de la mascareta de seguretat de forma permanent des de l'arribada al remuntador fins a la finalització de la cursa, respectant en tot moment les normes específiques establertes per l'estació per la utilització del remuntadors.

Aquesta presa de temperatura de tots els membres que formin part de la expedició anirà a càrrec del responsable COVID de cada equip. S'haurà de dur a terme a primera hora del matí, abans d'arribar a l'estació on es celebri la cursa, confirmant el resultat al Jurat i a l'organització.

El Jurat de la prova i/o el Coordinador COVID de l'organització, davant d'una sospita, podran decidir realitzar la presa de temperatura a qualsevol corredor, tècnic, oficial de cursa o personal de servei. També podran dur a terme un mostreig aleatori per sorteig, d'un percentatge dels corredors o fer la presa just abans del primer reconeixement, abans d'entrar a la pista.

En cas de que la temperatura d'un participant, entrenador, oficial de cursa o membre de l'organització sigui més alta de la permesa, 37,5, i per tant amb possibles símptomes d'estar malalt, serà donat de baixa de la cursa de forma immediata. La persona afectada no es podrà presentar amb el resta de membres del seu col·lectiu, al lloc de trobada establert per l'organització. Aquesta persona s'haurà de confinar i seguir els protocols específics establerts per les autoritats sanitàries.

En cas de que durant la cursa qualsevol un participant senti fred, esgarrifances o sensació de malestar, el responsable COVID de l'equip haurà de prendre la temperatura per verificar que no està malalt.

S'evitaran les salutacions i mostres d'afecte, el contacte tant amb els membres del seu equip, com amb els dels altres equips participants i amb la resta de personal que participi en la cursa, ja sigui organització, tècnics i/o Jurat de la cursa i es mantindrà la distància social de seguretat establerta entre persones, de 2m.

Evitar també coincidir i qualsevol relació amb els altres esportistes i/o equips tant als remuntadors, com l'àrea de sortida i d'arribada, i no es podran compartir ampelles d'aigua o altres líquids, així com qualsevol tipus de menjar. Per tant cadascun haurà de disposar del seu avituallament d'utilització exclusiva.

Evitar tocar-se els ulls, boca i nas amb les mans, doncs aquestes estan permanentment en contacte amb altres superfícies, que poden no estar desinfectades.

Cada esportista i/o equip disposarà del seu material esportiu i eines per la preparació del material, i en cap cas s'autoritza el poder-ho compartir amb la resta dels esportistes i equips participants.

S'hauran de disposar de totes les garanties sanitàries dels participants, incloent els membres del Jurat, de l'organització, personal auxiliar, personal de servei i sanitaris de l'estació i tots aquells que formin part del desenvolupament de la competició.

INSCRIPCIONS

Les inscripcions es tancaran a les 14h, del dimarts anterior al cap de setmana de la celebració de les curses.

Una vegada rebudes les inscripcions, la secretaria de la prova prepararà i enviarà el dimarts per la nit el llistat d'inscrits segons les dades facilitades per la federació, al Delegat Tècnic designat per la cursa i a cadascun dels clubs inscrits, per que puguin ser revisades, i si hi han errades de noms, sexe, punts etc..., els equips les rectifiquin.

El dimecres els Clubs hauran de retornar les inscripcions revisades i confirmades.

Després de rebudes les inscripcions revisades i confirmats els corredors/es, es publicarà la llista oficial definitiva d'inscrits, que es reenviarà al Delegat Tècnic i als Clubs participants, per que puguin disposar de les mateixes per la reunió de caps d'equip i sorteig de dorsals per via telemàtica.

REUNIÓ DE CAPS D'EQUIP I SORTEIG DE DORSALS

La reunió de caps d'equip i el sorteig de la cursa del dissabte es celebrarà el dijous a les 20 h, per via telemàtica. La reunió s'avança un dia per facilitar que tots els caps d'equip puguin participar sense problemes a la reunió.

Tenint en compte que la majoria d'equips el divendres han de viatjar, la reunió s'hauria de fer molt tard i no tenim garantit que una vegada arribin als seus hotels, puguin disposar de una bona cobertura d'internet per poder assistir a la reunió en bones condicions.

D'aquesta manera la secretaria del club organitzador també disposarà de més marge per preparar tota la documentació i els dorsals per divendres y/o per dissabte.

En cas de curses de dos dies, la reunió de caps d'equip i el sorteig de la cursa del diumenge es durà a terme el dissabte per la tarda/nit, depenent de l'hora de la finalització de la cursa d'aquest dia i de que els diferents clubs hagin pogut arribar als seus hostalatges.

Una vegada realitzat el sorteig de dorsals, s'enviaran les llistes de sortida a tots el equips i membres del Jurat.

FORFETS

Els forfets es demanaran per e-mail el dimecres, junt amb les inscripcions confirmades i ja revisades.

Com cada estació i club poden tenir diferents sistemes de venda dels forfaits per curses, en cada cas els clubs participants s'hauran d'adaptar a les normes que estableixi cada organització.

La millor solució es que els clubs una vegada confirmades les inscripcions, enviïn el dimecres tarda o màxim dijous pel matí una transferència de l'import dels forfets dels corredors i entrenadors a les oficines de l'estació, per que aquesta pugui preparar els forfets per cada club, entre dijous i divendres.

No s'admetran pagaments en metàl·lic el dia de la cursa.

Per tant, aquells que no hagin encarregat i pagat el forfaits, es poden trobar que els tinguin que comprar directament a les taquilles a preu de client normal. A més la compra no es podria fer fins que les taquilles obrin al públic, el que pot comportar no poder arribar a l'hora establerta pel reconeixement del traçat.

DORSALS

Els dorsals podran ser tèxtils com s'han fet servir fins ara, prèviament desinfectats o bé d'un sol ús, fabricats en un material resistent al esquinçament i a la humitat.

Cada dia de cursa en el cas de dorsals d'un sol ús, es farà servir un joc.

Si son dorsals tèxtils tradicionals, només es podran utilitzar prèvia desinfecció per a cada dia de cursa. Per tant per una cursa de cap de setmana, l'organització haurà de disposar com a mínim de dos jocs de dorsals. En el cas de que l'organització només disposi d'un joc dorsals i no pugui fer la corresponent desinfecció per la cursa de l'endemà, la FCEH posarà a la seva disposició un joc de dorsals alternatiu.

Els dorsals es lliuraran en el lloc establert per l'organització al peu de remuntador d'accés a les pistes i a l'estadi de competició. Es lliuraran en una bossa personalitzada per cada club, que també contindrà un sobre amb els forfaits que s'hagin demanat i pagat.

El lliurament d'aquesta bossa si l'organització ho considera escaient, també es podrà fer el divendres per la tarda/nit a la seu del Club organitzador en l'horari que s'estableixi, o bé el dia de la cursa, 30' abans i fins l'hora fixada d'apertura del remuntador designat per accedir a l'estadi de competició.

En cas d'utilitzar dorsals tèxtils, una vegada realitzada la seva participació, els corredors els hauran de depositar en el lloc fixat per l'organització, a fi efecte d'evitar en la mida que sigui possible el contacte del personal voluntari amb els mateixos.

ÀREA DE SORTIDA

A l'àrea de sortida es disposaran unes zones senyalitzades, de forma que cada Club disposi del seu espai. Aquestes zones es designaran als equips en funció de les condicions del terreny i del nombre de corredors.

No es permetrà que es barregin els corredors dels diferents equips, procurant que hi hagi el mínim contacte entre ells.

Per evitar l'acumulació de corredors/es i evitar que no hagin d'estar molta estona esperant, en aquesta zona, s'establiran horaris de sortida per cada categoria i participant.

Es destinarà un espai separat dels participants, per l'ús exclusiu del personal de servei de l'estació i sanitaris, que hauran de dur sempre la mascareta.

Prèvia a la zona de portilló, s'establirà una bossa en la que hi haurà un màxim de 5 corredors amb un sol entrenador per cadascun, per poder preparar-se per prendre la sortida.

L'Estàrter adjunt, amb la col·laboració dels entrenadors dels diferents equips, vetllarà per que aquestes normes s'acompleixin, al mateix temps anirà cridant als corredors de forma escalonada, ordenant-los per la sortida, de forma que mantinguin la distància de seguretat.

Estarà totalment prohibit fumar en aquesta àrea.

SORTIDA / PORTILLÓ

En el moment de la sortida només hi podrà estar l'estàrter amb un costat i el corredor/a al portilló, mantenint en tot moment una distància de seguretat.

L'entrenador no podrà estar al portilló al costat del corredor, quedant-se a 2 metres per darrera d'aquest.

El jutge de Sortida i el Cronometrador Manual es situaran separats del portilló i mai junts, mantenint sempre la distància de seguretat establerta de 2 m, i al lloc més adient per poder controlar la sortida i dur a terme les seves tasques de forma eficient.

El corredor/a només es podrà treure la mascareta quant el corredor que el precedeixi hagi pres la sortida.

ÀREA D'ARRIBADA

Es designarà una zona per que els corredors/es que hagin realitzat el seu recorregut puguin recuperar-se, deixant la zona quan el següent corredor passi la meta.

Una vegada els corredors/es hagin finalitzat la seva cursa i hagin arribat a aquesta zona de recuperació, hauran de tornar a posar-se la mascareta.

No es disposarà de pissarres per anotar els temps i així evitar aglomeracions de corredors i tècnics.

Els temps es publicaran per megafonia i pel sistema «live» de Vola, que proporcionarà la FCEH als Clubs organitzadors.

La possible assistència de públic a l'arribada, estarà en funció de les normatives emeses per les autoritats sanitàries, que estiguin en vigor en la data de celebració de la cursa.

Els corredors i tècnics hauran de mantenir la distància de seguretat de 2 metres, que han establert les autoritats sanitàries, i utilitzar en tot moment la mascareta.

Com a l'àrea de sortida, estarà totalment prohibit fumar en aquesta àrea.

CONTROLS

La tasca de controlar el pas de porta dels participants, anirà a càrrec dels membres del Jurat de la Cursa, distribuïts de forma estratègica per controlar el traçat, amb el suport del Jutge de Sortida, i d'Arribada.

Si per les característiques de la pista es necessitessin més punts de control, aquests seran coberts per entrenadors dels equips participants. La seva designació anirà a càrrec del Coordinador d'entrenadors.

ZONES PER ENTRENADORS A LA PISTA

S'establiran una o més zones pels entrenadors al llarg del traçat, en les que s'hauran de mantenir les distàncies de seguretat, amb un màxim de 5 persones per zona.

Els entrenadors hauran de col·laborar en les tasques que s'hagin establert per part del Jurat i pel Coordinador d'entrenadors, sempre utilitzant exclusivament el seu material, com trepants, clau per pals, etc...

DERRAPATGE I MANTENIMENT DE PISTA

El derrapatge del traçat, com ja s'està fent en les darreres temporades, anirà a càrrec dels propis corredors/es, i aquest no es farà per dorsals, si no sempre per grups de corredors del mateix equip, d'acord amb el que l'organització i el Jurat hagi establert en funció de les condicions de la pista.

Els derrapadors hauran de dur sempre la mascareta mentre estiguin derrapant el traçat i s'haurà de forma ordenada mantenint les distàncies de seguretat.

El manteniment de la pista anirà a càrrec de l'equip disposat per la organització amb la col·laboració en tot moment dels entrenadors distribuïts per les diferents zones establertes per la pista.

L'organització i coordinació de la tasca de col·laboració dels entrenadors serà responsabilitat del Coordinador d'entrenadors d'acord amb les directrius i les necessitats que estableixi el Jurat de la Cursa.

CASETA DE CRONOMETRATGE

Els membres de l'equip de cronometratge que estiguin dins la caseta, hauran de dur la mascareta i mantenir en la mida que sigui possible la distància de seguretat. Disposarà a l'entrada, de gel hidroalcohòlic.

DESQUALIFICACIONS

En el cas de les curses a dues mànigues, al final de cada màniga es reunirà el Jurat per establir els desqualificats i retirats, per poder publicar la llista de sortida de la segona màniga. Aquesta s'enviarà per Live i/o WhatsApp a tots els Caps d'Equip.

Només s'imprimiran les llistes imprescindibles, especialment pel Jutge de sortida, pel Jutge d'Arribada, responsable de megafonia i Jurat si s'escau.

PUBLICACIÓ DE RESULTATS OFICIALS

La publicació dels resultats oficials es durà a terme aproximadament 30' després de finalitzar la cursa i s'enviarà a tots els interessats per WhatsApp.

LLIURAMENT DE PREMIS

El lliurament de premis es durà a terme el darrer dia de competició, i tots els assistents hauran de fer ús de la mascareta.

Davant del pòdium i a una distància de seguretat, només podran estar els guardonats i un representant per cada club participant.

Els assistents hauran de respectar la distància de seguretat que estableix l'organització.

Els trofeus/medalles a lliurar als guardonats es disposaran en una taula al costat del pòdium.

El sistema per lliurar els trofeus, serà el següent:

- Quan es cridi per megafonia al corredor/a, recollirà el trofeu/medalla de una taula situada per l'ocasió, pujant a continuació al pòdium pel següent ordre: 3r, 2n, i 1r.
- Una vegada els 3 guardonats estiguin al pòdium es faran les fotos corresponents i després baixaran pel mateix ordre que han pujat, de forma escalonada.
- Els guardonats al pòdium hauran d'estar separats a una distància mínima de 1,5 m, i només podran saludar-se amb un toc de colzes, tal com estableixen les normes sanitàries.

ALTRES CONSIDERACIONS

Al marge d'aquestes normes especials d'aplicació durant el període de pandèmia, totes les proves es regiran pel RIS (reglament internacional d'esquí) per competicions alpines.

En curses de Categoria FIS, aquestes normes especials s'hauran d'adaptar al reglament RIS, tenint en compte que en aquestes curses, la participació d'esportistes internacionals, pot impossibilitar la seva aplicació.

Totes aquelles situacions especials que no estiguin recollides en aquest reglament, seran resoltes pel Jurat de la Prova, tal com especifica el RIS, pels casos no contemplats pel reglament oficial.

Aquestes mesures proposades tenen com a finalitat poder dur a terme el calendari de curses de la millor forma possible, intentant minimitzar el risc de contagis del COVID-19.

Malgrat la complicada situació que està patint tota la humanitat i en particular el nostre país, si entre tots hi col·laborem, podem arribar a dur a terme les nostres competicions intentant que s'assembli a una temporada normal.

ANNEX 06. RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER ESQUÍ DE FONTS



MESURES GENERALS DE PREVENCIÓ
COVID19 EN COMPETICIONS

ESPORTS DE NEU
Esquí de fons

Area carpes clubs
Clubs separats, distància i delimitació marcada 48h abans de la prova.

Ús de la mascareta
L'ús de la mascareta serà obligatori per tota persona que estigui a la zona competitiva i voltants, per tots els usuaris tot i que es pugui mantenir la distància de seguretat. Una vegada els esportistes entrin a la zona de camera de sortides hauran de disposar la mascareta a una bossa de plastic.

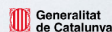
Dorsals
S'utilitzaran dorsals reutilitzables en la mesura que sigui possible, sino utilitzarem els dorsals de roba snowkidz que és depositarà a un bossa de plastic al final de la cursa per el propi corredor; per procedir a la desinfecció .

Avituallaments
S'entregarà una bossa individual per cada esportista participant i el nombre d'entrenadors corredonents al Representant de cada Club

Entrega de trofeus
L'entrega de trofeus es realitzarà respectant les distancies de seguretat i aplicant la normativa general, sense contacte.

Reunió caps d'Equip
Es farà via telemàtica, amb un sol representant de cada Club, si hi hagués algun dubte o pregunta hi haurà designat un responsable COVID per aclarir tot el que fes falta.

Espais tancats i zona Crono
Evitem sempre el contacte social entre Clubs participants i també entre Staff organitzador de la prova, qualsevol qüestió a tractar serà via responsable COVID






SNOWKIDZ CUP

FASE 1 SNOWKIDZ CUP

Modalitat: Clàssic

Format: Sprint

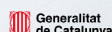
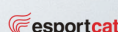
Estació  **BAQUEIRA/BERET**

Club col·laborador **CAEI.**

COVID19

Sortida: Individual a les Classificatories.
Grups de 5 a les Bateries.
Sortides per categories, generes amb horaris programats amb antelació.

Reconeixement (Sortida/arribada):
Grups reduïts i del mateix Club.
Nombre de persones segons normativa vigent



**Festa del
NÒRDIC**
www.festa-nordic.cat COTA 2.000

SNOWKIDZ CUP

FASE 2 SNOWKIDZ CUP

Modalitat: Skating

Format: Skicross

Estació **naturlandia**
ANDORRA

Club col·laborador **NEC**
La Rabassa - Naturlandia
Sant Julià de Lòria

COVID 19

Sortida: Individual
Sortides per categories, gèneres
amb horaris programats amb antelació.

Reconeixement (Sortida/arribada):
Grups reduïts i del mateix Club.
Nombre de persones segons normativa vigent



SNOWKIDZ CUP

FASE 3 SNOWKIDZ CUP

Modalitat: Clàssic

Format: Crono

Estació **LLES**
CERDANYA

Club col·laborador **CERDANYA NÒRDIC**
CLUB ESQ. I BELVER - SECCIÓ FONS

COVID 19

Sortida: Individual.
Sortides per categories i gèneres
amb horaris programats amb antelació.

Pista de competició:
Delimitar clarament les zones,
sentit del circuit i horaris de per escalfar





SNOWKIDZ CUP

FASE 3 SNOWKIDZ CUP

Modalitat: Skating

Format: Gundersen

Estació



Club col·laborador



CERDANYA NÒRDIC
CLUB ESQÜI BEL·LER - SECCIÓ FONS

COVID 19

Sortida: Individual per temps de pèrdua.
Sortides per categories i gèneres
amb horaris programats amb antelació.

Pista de competició:
Delimitar clarament les zones,
sentit del circuit i horaris de per escalfar



SNOWKIDZ CUP

FASE 4 SNOWKIDZ CUP

Modalitat: Clàssic / Skating

Format: Skiathlon

Estació



Club col·laborador



COVID 19

Sortida: Per grups reduïts segons
categories i gèneres
amb horaris programats.

Pista de competició:
Delimitar clarament les zones,
sentit del circuit i horaris de per escalfar



Registre

Registre Entitats Esportives de la Generalitat de Catalunya Tom 1, Foli 717, número 1.434

Forma Jurídica

Entitat privada d'utilitat pública i d'interès cívic i social.

Seu

Rambla Guipúscoa, 23-25 1er E - 08018 Barcelona



Edita: Federació Catalana d'Esports d'Hivern

Presidenta: Mònica Bosch i Forrellad

93 415 55 44 - info@fkeh.cat – www.fkeh.cat