

GOT ORIENTAZIO KIROL TALDEAK ANTOLATUKO DITUEN PROBETARAKO PRESTATU DUEN COVID-19AREN PROTOKOLOA

Protokolo hau GOT klubak ezarri du, GOL-aren proba herrikoietarako (Gipuzkoako Orientazio Liga), honako protokolo hauetan oinarrituta:

- Espainiako Orientazio Federazioa (FEDO).

<https://www.fedo.org/web/ficheros/noticias/2020/2020-Protocolo-ORI-V04.pdf>

- 2020-2021 ikasturteko eskola-kirolerako mendiko kirol-diziplinen arauak, GMF (Gipuzkoako Mendi Federazioa) eta EMF (Euskal Mendi Federazioa) erakundeen arabera.

<https://drive.google.com/drive/folders/1Nrs0kvnGaHVdstHGj4ZlqyzTilYqtj9y>

SARRERA. ORIENTAZIO-KIROLA COVID-19 TESTUINGURUAN

Orientazio-kirola kirol-modalitate bat da, eta parte-hartzailearen helburua mapan eta tokian bertan **kontrol-puntuz markatutako ibilbidea** ahalik eta lasterren eta erlojuaren kontra egitea da. Lasterketa irteeratik helmugaraino egiten da, kontrol-puntuak planoan adierazitako ordenan bisitatuz, banaka eta iparrorratza laguntza-tresna balioudun bakarra dela. Gure kirolaren barruan hainbat espezialitate daude: oinez, eskiekin, mendiko bizikletaz, abenturazko Raid, O-Zehaztasuna eta Sprintak, erreleboak, Rogaine edo Ultrascor-MTBO.

Orientazioa, beraz, jarduera erakargarria da, naturarekiko harreman eta lotura estua ahalbidetzen diona. Lehiaketa-kirolaz gain, jolas-alderdi gisa ere uler daiteke, bizi-kalitatea eta egoera fisikoa hobetzen baititu. Laburbilduz, COVID-19k sortutako testuinguru berri honetan, orientazio-proben eta, oro har, GOTek antolatzen dituen probetatik, ezaugarri hauek nabarmendu behar dira:

- Oro har, banaka egiten diren kirol-probak dira.
- Irteerak mailakatuta ematen dira, irteera-orduak aurrez finkatuta, pilaketak saihestuz.
- Orientazioaren kirola aire zabalean egiten da.
- Sportident kronometraje-sistemak on line emaitzak ezagutzeko aukera ematen du.

Jarraian, GOL probetan aurreikusitako antolaketa aldaketak zehazten dira.

IRIZPIDE OROKORRAK

- COVID-19ren sintomarik izanez gero, ezingo da ekitaldira joan.
- Une oro beteko dira osasun-agintariek une horretan ezarritako jarraibide orokorrak: urruntze soziala, maskarak, eskuen higiena, etab.

ANTOLAKUNTZA

- Aurrez aurreko antolaketako bolondresak, gehienez, 5 izango dira.

Harrera

Pertsona bat harreran, idazkaritza teknikoan, pintzak kontrolatzeko (irten aurretik).

Pertsona bat harreran, kronometrajea kudeatzeko (lasterketaren ondoren)

Irteera

Pertsona 1 irteera aurrea antolatzeko (desinfekzioa, distantzien kontrola)

Pertsona 1 irteera antolatzeko (mapak jasotzea eta irteera)

Helmuga

Pertsona bat higiene protokoloa bermatzen dela ziurtatzeko.

Hortaz gain,

-Gela hidroalkoholkoa, eskuak desinfektatzeko harreran, irteeran eta helmugan jarriko da.

-Maskarak uneoro.

-Harrerako manpara babeslea.

-Distantzia soziala mantenduko da, bai harreran bai irteeretan, horretarako espazioak eta distantziak mugatzen eta identifikatzen dituzten hesiak edo zintak gaituz.

IZEN-EMATEA

- Parte-hartzaileak GOTek antolatutako probetan izena emateko COVID-19 klausula onartu beharko du (behean atxikitua).

- Gehienez 200 izen-emate onartuko dira. (GOL probek 500 inskripzio inguru izan ohi dituzte)

- Irteera-orduak denboran atzeratzen dira, eta irteera-orduak 5 ordura luzatzen dira.

9:00etatik 14: 00etara, eta 3-5 minuturo irteerak emanez, ibilbide bakoitzeko bat.

- Irteera-orduak zehaztuko dira alde aurretik. Parte-hartzaileak berak aukeratuko du izena ematerakoan irteera-ordua. Irteera-ordu hori ezin izango da aldatu.

PARTE-HARTZEA

- Parte-hartzaileek **maskara eraman** beharko dute uneoro, eta urruntze soziala errespetatuko dute. Orientazioaren kirola egiteko, maskara proba hasi baino lehen bakarrik kendu ahal izango da.

- Parte-hartzaileak bere **pintza badu**, esleitutako ordua baino 5 minutu lehenago hurbilduko da zuzenean irteerara, eta zuzenean parte hartuko du harrerara joan gabe.

- Parte-hartzaileak **pintzarik ez badu**. Harrerara hurbilduko da (bat inskripzio bidez), eta

identifikatu ondoren, erakundeak esleitutako pintza-zenbakia adieraziko dio. Parte-hartzaileak berak utziko du identifikazio-txartela (NAN edo beste identifikazio bat) eta pintza hartuko du.

• **IRTEERAN:**

- Eskuak desinfektatu gel hidroalkoholikoarekin.
- Pintza "garbitzea" eta txekeatzea.
- Ibilbideari dagokion mapa jasotzea.
- Maskara justu mapa jasotzean gordetzen da.

• **HELMUGAN:**

- Maskara jantzi behar da.
- Harreran pintza deskargatzea.
- Pintza alokatuz gero; NANA ematea eta jasotzea (parte-hartzaileak bakarrik joko du)
- Pintza deskargatzean, emaitzak ez dira paperean emango eta webgunean argitaratuko dira.
- Probaren amaieran ez da hornidurarik egongo.
- Proba egin ondoren, lehiaketa-gunetik ahalik eta azkarren alde egiten saiatuko gara.

Facebook-ean eta bai web orrian honako kartela ere jarriko dugu:

PARTEHARTZAILEEK

KONTUAN IZAN BEHARREKOAK

EZ PARTEHARTU ETA ETXEAN GERATU



- Gaizki sentituz gero edo COVI-19 sintomak izanez gero
- Sintomak dituen pertsona batekin kontaktuan egonez gero
- "Kuarentenan" egonez gero

DISTANTZIA SOZIALA MANTENDU



- Partehartzaileen arteko distantzia 1.5m-koa mantendu
- Etxe berekoak izanez gero ez da beharrik
- Balizara iristean bertatik urruntzea gomendatzen da besteekin kontaktua ekiditzeko

MASKARILA ERAMAN



- Lasterketan ez da eraman behar
- Maskarilak aho eta sudurra tapatu behar du
- Partehartzaile bakoitzak bere maskarila eraman beharko du.
- Jan edo edateko maskarila kendu daiteke beti ere distantziak mantenduz.

AHAL BADA EZ IKUTU



- Balizak eta bere base elektronikoak ez dira ikutu behar
- Ez ikutu besteen mapak
- Antolaketak ez du jateko eta ez edatekorik emango.

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN DE CONTAGIO COVID-19 DE LAS PRUEBAS DE ORIENTACIÓN ORGANIZADAS POR EL CLUB GOT ORIENTAZIO KIROL TALDEA

El presente protocolo lo ha establecido el club GOT, para sus pruebas populares de la GOL (Gipuzkoako Orientazio Liga) en base a los siguientes protocolos:

- Federación Española de Orientación (FEDO).
<https://www.fedo.org/web/ficheros/noticias/2020/2020-Protocolo-ORI-V04.pdf>
- Normas según la GMF (Gipuzkoako Mendi Federazioa) y EMF (Euskal Mendi Federazioa) de las disciplinas deportivas de montaña para el deporte escolar del curso 2020-2021.
<https://drive.google.com/drive/folders/1Nrs0kvnGaHVdstHGj4ZlqyzTilYqtj9y>

INTRODUCCIÓN. EL DEPORTE DE LA ORIENTACIÓN EN EL CONTEXTO DEL COVID-19

El deporte de la ORIENTACIÓN, es una modalidad deportiva en la que el objetivo del participante es realizar en el menor tiempo posible, y contrarreloj, un recorrido marcado en el mapa y sobre el terreno por puntos de control. **La carrera se realiza** desde la salida hasta la meta visitando los puntos de control en el orden indicado sobre el plano, **de manera individual** y con la brújula como único instrumento válido de ayuda. Existen diversas especialidades dentro de nuestro deporte: A pie, con esquís, en bicicleta de montaña, Raid de Aventura, 0-Precisión y particularidades Sprint, relevos, Rogaine o Ultrascore-MTBO.

La orientación es, por lo tanto, una atractiva **actividad**, que permite a sus practicantes un estrecho contacto y vinculación con la **naturaleza**. Además del deporte de competición, también puede ser entendida como una faceta lúdica y recreativa, que mejora la calidad de vida y la condición física.

En resumen, cabe destacar las siguientes características de las pruebas de orientación en general y las organizadas por GOT, **en este nuevo contexto creado por el COVID-19:**

- En general son pruebas deportivas que se practican de forma **individual**.
- Las **salidas** se dan de forma **escalonada**, con horas de salida prefijadas, evitando aglomeraciones.
- El deporte de la orientación se practica al **aire libre**.
- El sistema de cronometraje sportident, permite conocer los resultados on line.

A continuación se detallan los cambios organizativos previstos en las pruebas GOL.

CRITERIOS GENERALES

- Ante cualquier síntoma de COVID-19, no se podrá asistir al evento.

- En todo momento se seguirán las directrices generales marcadas en ese instante por las autoridades sanitarias: distanciamiento social, mascarillas, higiene de manos etc...

PERSONAL DE LA ORGANIZACIÓN

El personal de organización presencial será, como mucho, de 5 personas.

RECEPCIÓN

- 1 persona en recepción, secretaría técnica, para controlar las pinzas (antes de la salida).
- 1 persona en recepción, para la gestión del cronometraje (después de la carrera)

SALIDA

- 1 persona para organización de la presalida (desinfección, control de distancias)
- 1 persona para organizar la salida (recepción de mapas y salida)

META

- 1 persona para desinfección y asegurar mascarilla.

La organización dispondrá de:

- Gel hidroalcohólico para desinfección de manos en recepción, salida y meta.
- Mascarillas en todo momento.
- Mampara protectora en recepción.

Se mantendrán las distancias sociales tanto en recepción como en salidas habilitando para ello, vallas o cintas que delimiten e identifiquen espacios y distancias.

INSCRIPCIONES

- El/la participante **tendrá que aceptar** la **cláusula COVID-19** de inscripción en las pruebas organizadas por GOT.
- Como **máximo se aceptarán 200 inscripciones participantes**. (Las pruebas GOL habitualmente tiene unas 500 inscripciones)
- **Las horas de salida** se espacian en el tiempo, alargando las horas de salida a 5 horas. De **9.00 horas a 14.00 horas**, y dando **salidas cada 3-5 minutos**, uno por cada recorrido.
- **Se definirán horas de salida previamente**. Será el/la propio/a participante quien escogerá su hora de salida al hacer la inscripción. Esta hora de salida no se podrá modificar.

PARTICIPACIÓN

- **Los/las participantes** deberán ir con mascarilla en todo momento y respetarán el distanciamiento social. Únicamente se podrá quitar la mascarilla, para la práctica del deporte de la orientación, justo antes del inicio de la prueba.
- **Si el/la participante dispone de pinza propia**, se acercará directamente a la salida 5 minutos antes de la hora asignada y participará directamente sin acudir a recepción.
- **Si el/la participante NO dispone de pinza**. Se acercará a recepción (uno por inscripción), y tras identificarse, la organización le indicará el número de pinza asignado. El/la propio/a participante será quien deposite la tarjeta identificativa (DNI etc...,) y coja la pinza.
- En la **SALIDA**:
 - Desinfección de manos con gel hidroalcohólico.
 - “Limpieza” y chequeo de pinza.
 - Recogida de mapa correspondiente a su recorrido.
 - Se guarda la mascarilla justo al recoger el mapa.
- En la **META**:
 - Hay que ponerse la mascarilla.
 - Descarga de pinza en recepción.
 - En caso de alquiler de pinza; entrega y recogida del DNI (sólo tocará el participante)
- Con la descarga de la pinza, **no se otorgarán los resultados en papel** y se publicarán las mismas en la web.
- **No habrá avituallamiento** al final de la prueba.
- Una vez realizada la prueba, se procurará **abandonar** la zona de competición con la mayor celeridad posible.

LOS PARTICIPANTES DEBEN

NO PARTICIPAR Y PERMANECER EN CASA SI:



- Te sientes mal o tienes síntomas del COVID-19
- Si has tenido relación muy cercana con alguna persona con COVID-19
- Si estás en "cuarentena"

MANTENER LA DISTANCIA SOCIAL



- Mantener una distancia mínima de 1.5 entre los participantes.
- Excepto con las personas que comparten la misma casa
- Se recomienda alejarse de la baliza una vez "picado" para evitar cercanía con otros/as participantes

LLEVAR LA MASCARILLA



- No es obligatorio llevar en la carrera
- La mascarilla tiene que cubrir la boca y la nariz.
- Cada participante tendrá que traer su propia mascarilla
- Se puede quitar la mascarilla para comer y beber, pero manteniendo la distancia de seguridad..

EVITAR EN LO POSIBLE



- Tocar las balizas y su base electrónica
- No tocar el mapa de otros
- No habrá avituallamiento.