



ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ

ΕΠΙΚΑΙΡΟΠΟΙΗΣΗ 28 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2022

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο ΣΕΓΑΣ προχώρησε στον καταρτισμό Υγειονομικού Πρωτοκόλλου (εφεξής Πρωτόκολλο) που αφορά τη διεξαγωγή Αγώνων Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος, θέλοντας να συμβάλλει στην ασφαλέστερη δυνατή παρουσία τόσο των αθλητριών και των αθλητών, όσο και όλων των εμπλεκόμενων με τη διοργάνωση (προπονητών, κριτών, εργαζομένων ΣΕΓΑΣ ή διοργανωτή, ιατρικού και εργατικού προσωπικού κ.α.).

Το παρόν Πρωτόκολλο συμβάλλει στη δημιουργία ενός πιο αυστηρού πλαισίου υγειονομικής διασφάλισης των διοργανώσεων, καθορίζει τις απαραίτητες διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσουν όλοι οι εμπλεκόμενοι με τη διοργάνωση καθώς και τα μέτρα που θα πρέπει να λαμβάνονται με στόχο:

- την ασφαλή συμμετοχή των αθλητριών-των,
- τη μέγιστη δυνατή προστασία της ατομικής και δημόσιας υγείας από την COVID-19 καθώς και
- την ομαλή ολοκλήρωση όλων των εγχώριων διοργανώσεων Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος για το 2022.

Το παρόν Πρωτόκολλο θα επικαιροποιείται ανάλογα με τις εξελίξεις, τη διεθνή πρακτική της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), τις οδηγίες των ειδικών επιστημόνων – συνεργατών του ΣΕΓΑΣ, τα συνεχώς εξελισσόμενα επιστημονικά δεδομένα, τις υποδείξεις της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ καθώς και τις οδηγίες της Παγκόσμιας (World Athletics) καθώς και της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Στίβου (European Athletics).

2. ΠΑΡΑΔΟΧΕΣ

2.1. Γενικές οδηγίες

Το Πρωτόκολλο περιλαμβάνει τους κανόνες διεξαγωγής, περιγράφει διαδικασίες, δίνει οδηγίες και περιγράφει μέτρα προστασίας που αφορούν τη διοργάνωση, την

προετοιμασία των χώρων που θα χρησιμοποιηθούν (αγωνιστική διαδρομή, αίθουσα κλήσης κ.α.), τις μετακινήσεις των εμπλεκομένων κ.α.

2.2. Εκτίμηση υγειονομικού κινδύνου

Το Πρωτόκολλο βασίζεται στην εκτίμηση υγειονομικού κινδύνου από την COVID-19, από τα πρόσφατα διαθέσιμα εθνικά και διεθνή δεδομένα και συντάχθηκε σύμφωνα με τις οδηγίες της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ.

2.3. Επικαιροποίηση πρωτοκόλλου

Τα δεδομένα μπορεί να μεταβληθούν στα πλαίσια μίας νέας έξαρσης της επιδημίας και σε αυτή την περίπτωση το περιεχόμενο του Πρωτοκόλλου θα επικαιροποιείται ανάλογα με τις εξελίξεις, τα επιστημονικά ευρήματα και τις οδηγίες των αρμόδιων Εθνικών Αρχών με απόφαση του ΔΣ του ΣΕΓΑΣ, κατόπιν εισήγησης της Υγειονομικής του Επιτροπής, και εν συνεχεία θα υποβάλλεται για έγκριση στην Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ.

2.4. Υγειονομική Επιτροπή ΣΕΓΑΣ

Η Υγειονομική Επιτροπή του ΣΕΓΑΣ αποτελεί το σύνδεσμο με την Ειδική Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ. Συμβουλεύει το ΔΣ του ΣΕΓΑΣ για τα υφιστάμενα μέτρα της Πολιτείας και για το πιθανό επίπεδο κινδύνου μίας διοργάνωσης χρησιμοποιώντας και τα διαθέσιμα εργαλεία Risk Assessment της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου καθώς και της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Στίβου. Επίσης, συμβουλεύει για οποιοδήποτε θέμα, για το οποίο δεν υπάρχουν οδηγίες στο παρόν Πρωτόκολλο.

2.5. Υπεύθυνος COVID-19

Τα στοιχεία του Υπεύθυνου COVID-19 έχουν αποσταλεί από τον ΣΕΓΑΣ στην Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ, για άμεση επικοινωνία σε θέματα που αφορούν τη λοίμωξη COVID-19 σε Διοικητικό και Υγειονομικό επίπεδο.

2.6. Διαχείριση κρούσματος COVID-19

Η διαχείριση ενός ύποπτου ή επιβεβαιωμένου κρούσματος αποτελεί μία δύσκολη διαδικασία. Σε κάθε περίπτωση θα ακολουθούνται οι επικαιροποιημένες Οδηγίες Διαχείρισης Κρούσματος στον Αθλητισμό, οι οποίες είναι αναρτημένες στον ιστότοπο της ΓΓΑ:

Για αθλητές με δελτίο:

[Επικαιροποιημένες Οδηγίες για τη διαδικασία ελέγχων COVID-19 και για τη διαχείριση κρούσματος στον αθλητισμό \(03/01/2022\)](#)

Για ελεύθερους συμμετέχοντες καθώς και για όλους τους υπόλοιπους εμπλεκόμενους με τη διοργάνωση (προσωπικό ΣΕΓΑΣ ή διοργανωτή, προπονητές, εργατικό προσωπικό κ.α.) ακολουθείται σε περίπτωση κρούσματος και στενών επαφών το πρωτόκολλο του ΕΟΔΥ για τον γενικό πληθυσμό:

<https://eody.gov.gr/odigies-apomonosis-karantinas-kroysmaton-covid-19-kai-epafon-toys/>

2.7. Αποδοχή Πρωτοκόλλου

Με τη δήλωση συμμετοχής των Συλλόγων στη διοργάνωση, όλοι οι συμμετέχοντες συμφωνούν και δεσμεύονται να ακολουθούν αυστηρά τους κανόνες και τις διαδικασίες του παρόντος Πρωτοκόλλου. Η παραβίαση των κανόνων και των διαδικασιών του Πρωτοκόλλου μπορεί να οδηγήσει στην ακύρωση της συμμετοχής στη διοργάνωση ή την ακύρωση του αποτελέσματος αθλήτριας-ή ή στην επιβολή κυρώσεων από το ΔΣ του ΣΕΓΑΣ.

3. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

3.1. Ειδικές οδηγίες ΓΓΑ

Ισχύουν και εφαρμόζονται όλα τα γενικά μέτρα που αφορούν την τήρηση αρχείου με την λεπτομερή καταγραφή εισερχόμενων – αφίξεων στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης, της υγιεινής των χώρων, της τήρησης ασφαλών αποστάσεων και ατομικής υγιεινής, καθώς και των διαδικασιών απολύμανσης των χώρων και του αθλητικού εξοπλισμού. Σε κάθε περίπτωση οι νέες ειδικές οδηγίες από τη ΓΓΑ θα ενσωματώνονται στις επικαιροποιημένες εκδόσεις του Πρωτοκόλλου.

3.2. Πιστοποιητικά συμμετεχόντων αθλητριών-ών και προπονητών

(<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>)

(οι διευκρινιστικές οδηγίες αναρτώνται στον παραπάνω σύνδεσμο, ενώ αποτελούν παράρτημα του αγωνιστικού πρωτοκόλλου)

Αθλητές:

Προκειμένου να περιοριστεί στο μέτρο του δυνατού η διασπορά του ιού στη διοργάνωση, για τις αθλήτριες και τους αθλητές που πρόκειται να συμμετάσχουν, καθορίζεται υποχρεωτική η προσκόμιση των παρακάτω πιστοποιητικών ανά ηλικιακή κατηγορία συμμετοχής:

K12, K14, K16 & K18: με Self Test την ημέρα διεξαγωγής των αγώνων παρουσία του υπεύθυνου covid του συλλόγου ή του προπονητή (με εξαίρεση όσους προσκομίζουν πιστοποιητικό εμβολιασμού (όσα λήγουν την 1^η Φεβρουαρίου θα έχουν ισχύ μέχρι 7 Φεβρουαρίου 2022) ή πιστοποιητικό νόσησης* σε ισχύ.

K20, K23 & Α/Γ: με PCR εντός 72 ωρών ή Rapid Test** εντός 48 ωρών, με εξαίρεση όσους προσκομίζουν πιστοποιητικό εμβολιασμού (όσα λήγουν την 1^η Φεβρουαρίου θα έχουν ισχύ μέχρι 7 Φεβρουαρίου 2022) ή πιστοποιητικό νόσησης* σε ισχύ.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Από την 1^η Φεβρουαρίου 2022 όσοι ενήλικοι έχουν εμβολιαστεί και έχει παρέλθει χρονικό διάστημα τουλάχιστον επτά (7) μηνών από τη χορήγηση της δεύτερης δόσης ή, στην περίπτωση μονοδοσικών εμβολίων, από τη χορήγηση της μοναδικής δόσης, **θεωρούνται πλήρως εμβολιασμένοι εφόσον έχουν λάβει και την αναμνηστική δόση** (παρ. 2 άρθρο 9 ισχύουσας ΚΥΑ).

*Πιστοποιητικά νόσησης:

Για την ισχύ των πιστοποιητικών νόσησης ισχύει το άρθρο 9 της ισχύουσας ΚΥΑ <https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports> και ότι προβλέπεται σε αυτό.

Ενημερωτικά αναφέρουμε τα παρακάτω:

Το πιστοποιητικό νόσησης εκδίδεται:

α) κατόπιν εργαστηριακού ελέγχου με τη μέθοδο PCR για κορωνοϊό COVID-19, εντός δεκατεσσάρων (14) ημερών μετά από τον πρώτο θετικό έλεγχο,

β) ειδικώς για τους πλήρως εμβολιασμένους, σύμφωνα με τα οριζόμενα στην παρ. 2, και κατόπιν θετικού ελέγχου με τη χρήση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου κορωνοϊού COVID-19 (rapid test).

Η ισχύς του πιστοποιητικού νόσησης **διαρκεί έως ενενήντα (90)** ημέρες μετά από τον κατά τα ανωτέρω μοναδικό ή πρώτο θετικό έλεγχο, με την επιφύλαξη των δύο επόμενων εδαφίων:

- Ειδικώς, τα πιστοποιητικά νόσησης που εκδόθηκαν **από τις 24.7.2021 έως και τις 31.10.2021** είτε κατόπιν εργαστηριακού ελέγχου με τη μέθοδο PCR είτε κατόπιν ελέγχου με τη χρήση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου κορωνοϊού COVID-19 (rapid test) παραμένουν σε ισχύ έως εκατόν ογδόντα (180) ημέρες μετά από τον πρώτο θετικό έλεγχο και πάντως όχι πέραν της 31ης.1.2022 (βλέπε άρθρο 9 παρ. 3 της ισχύουσας ΚΥΑ).

- Η ισχύς των πιστοποιητικών νόσησης που εκδόθηκαν **από την 1η.11.2021 έως και τις 4.12.2021** είτε κατόπιν εργαστηριακού ελέγχου με τη μέθοδο PCR είτε κατόπιν ελέγχου με τη χρήση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου κορωνοϊού COVID-19 (rapid test) **διαρκεί ενενήντα (90) ημέρες** (βλέπε άρθρο 9 παρ. 3 της ισχύουσας ΚΥΑ).

Ο πρώτος θετικός έλεγχος διενεργείται από:

α) δημόσια αρχή σύμφωνα με την οικεία νομοθεσία ή

β) εργαστήρια αναφοράς δημόσια ή ιδιωτικά και περιλαμβάνει το ονοματεπώνυμο του προσώπου, όπως αυτό αναγράφεται στην ταυτότητα ή στο διαβατήριο.

Εφόσον πραγματοποιηθεί επαναληπτικός εργαστηριακός έλεγχος με τη μέθοδο PCR μετά από τις ενενήντα (90) ημέρες συν μία (1) ημέρα και είναι θετικός, δεν εκδίδεται πιστοποιητικό νόσησης, τηρουμένων πάντως των επιβαλλόμενων μέτρων προστασίας της δημόσιας υγείας.

**στις περιπτώσεις που τα τεστ αντιγόνου ταχείας ανίχνευσης (rapid test) διενεργούνται από κλιμάκια του ΕΟΔΥ, για την λήψη Βεβαίωση αποτελέσματος, ο ενδιαφερόμενος αθλητής θα εισέρχεται στην πλατφόρμα www.gov.gr και στο πεδίο «Υγεία και πρόνοια». Κατόπιν στο πεδίο «Κορωνοϊός COVID-19 και «Βεβαίωση αρνητικού διαγνωστικού ελέγχου κορωνοϊού COVID-19» με τους κωδικούς taxisnet.

Προπονητές:

Οι προπονητές εισέρχονται μόνο με PCR εντός 72 ωρών ή Rapid Test εντός 48 ωρών, με εξαίρεση όσους προσκομίζουν πιστοποιητικό εμβολιασμού ή πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ.

3.3. Κάρτα Υγείας Αθλητή

Προϋπόθεση για τη συμμετοχή των αθλητριών-ων στη διοργάνωση είναι να διαθέτουν επικαιροποιημένη Κάρτας Υγείας Αθλητή. **Ειδικώς, όσοι θα προσκομίσουν πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ, θα πρέπει να διαθέτουν επικαιροποιημένη κάρτα υγείας μετά την νόσηση με covid-19.**

3.4. Επιστροφή αθλητριών-τών και προπονητών από το εξωτερικό

Εφαρμόζονται οι επικαιροποιημένες αποφάσεις της Πολιτείας αναφορικά με την επιστροφή των αθλητριών-τών καθώς και των προπονητών τους από τη συμμετοχή τους σε διοργανώσεις σε χώρες με υψηλό κίνδυνο μετάδοσης της COVID-19, οι οποίες αναρτώνται στην ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού.

Δεδομένου ότι η επιδημιολογική εικόνα είναι μεταβαλλόμενη τα περιστατικά θα αντιμετωπίζονται κατά περίπτωση σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες του ΕΟΔΥ.

3.5. Αγωνιστική διαδρομή

Οι διοργανώσεις θα διεξάγονται σε κυκλικές διαδρομές με περίμετρο από 1χλμ. έως 2χλμ.

3.6. Κατάρτιση ωρολογίου προγράμματος

Το ωρολόγιο πρόγραμμα θα καταρτίζεται με τέτοιο τρόπο ώστε δεν θα πραγματοποιούνται ταυτόχρονα εκκινήσεις σε περισσότερα του ενός (1) αγωνίσματος, εκτός και αν ο αριθμός των συμμετεχόντων αθλητών δεν υπερβαίνει τα 80 άτομα (ανά αγώνισμα). Στο ωρολόγιο πρόγραμμα θα προβλέπεται κενό χρονικό διάστημα μεταξύ του τερματισμού τους ενός αγωνίσματος και της έναρξης του επόμενου. Το χρονικό διάστημα αυτό θα αποφασίζεται από τους υπεύθυνους Τεχνικούς του ΣΕΓΑΣ ή του διοργανωτή.

3.7. Πρόσβαση στην εγκατάσταση / χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης (εκτός Θεατών)

Πρόσβαση στην εγκατάσταση για τη διεξαγωγή του αγώνα έχουν υποχρεωτικά μόνο όσοι συμμετέχουν σε αυτόν (αθλητές-τριες, προπονητές και Κριτές), όσοι συμμετέχουν στην οργάνωσή του (προσωπικό ΣΕΓΑΣ, εξειδικευμένο εργατικό προσωπικό, προσωπικό εγκατάστασης κ.α.), μέλη της ΕΣΗΕΑ, φωτογράφοι και θα πρέπει να συμμορφώνονται με όσα περιγράφονται στο παρόν πρωτόκολλο.

Όλοι οι παραπάνω αναφερόμενοι, εκτός των αθλητών-τριών & των προπονητών, για τους οποίους ισχύουν οι προϋποθέσεις της παραγράφου 3.2, θα πρέπει να διαθέτουν PCR εντός 72 ωρών ή Rapid Test εντός 48 ωρών, με εξαίρεση όσους προσκομίζουν πιστοποιητικό εμβολιασμού (όσα λήγουν την 1^η Φεβρουαρίου θα έχουν ισχύ μέχρι 7 Φεβρουαρίου 2022) ή πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ.

Το προσωπικό, όλων των εμπλεκόμενων στη διοργάνωση του αγώνα φορέων, θα πρέπει να περιοριστεί στο απολύτως απαραίτητο για την ομαλή διεξαγωγή της.

3.8. Παρουσία Θεατών

Η παρουσία θεατών στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης, δεν επιτρέπεται για το λόγο ότι δεν διατίθεται οργανωμένος χώρος καθημένων θεατών.

3.9. Χρήση μάσκας (ιατρική χειρουργική μάσκα προσώπου, μάσκα προστασίας N95 ή FFP-2)

Η χρήση μάσκας, η οποία απαραίτητα πρέπει να καλύπτει το στόμα και τη μύτη, θα είναι υποχρεωτική εντός της εγκατάστασης ή του χώρου διεξαγωγής της διοργάνωσης για όλους τους εμπλεκόμενους με τη διοργάνωση. Από το μέτρο αυτό εξαιρούνται οι αθλήτριες-τες κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης, καθώς και όταν αγωνίζονται.

3.10. Χρήση αποδυτηρίων

Δεν συνιστάται η χρήση αποδυτηρίων από τους συμμετέχοντες αθλήτριες-τές και προτείνεται να προσέρχονται στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης με τις αθλητικές τους ενδυμασίες (προθέρμανσης και αγωνιστική).

Σε περίπτωση χρήσης των αποδυτηρίων, θα πρέπει να τηρούνται οι προϋποθέσεις της παρ. 9 των διευκρινιστικών οδηγιών της Υγειονομικής Επιτροπής της ΓΓΑ:

https://gga.gov.gr/images/odigies_athlismos_lockdown_17_01_2022.pdf.

Ενδεικτικά αναφέρουμε:

- παρουσία ενός ατόμου ανά 2 τ.μ. εντός των αποδυτηρίων, με ταυτόχρονη απόσταση 1,5 μέτρου,
- Χρήση του πενήντα τοις εκατό (50%) της δυναμικότητας των καταιονιστήρων (ντους),
- αυστηρή τήρηση όλων των κανόνων Δημόσιας Υγείας. Ενήλικοι αθλούμενοι για την είσοδο στα αποδυτήρια πρέπει να επιδεικνύουν πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νόσησης (σε ισχύ).

3.11. Παρουσία ατόμων στην εγκατάσταση / χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης

Ο αριθμός των ατόμων στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης (αγωνιστικός χώρος, υποστηρικτικές υποδομές και περιβάλλον χώρος) θα πρέπει να είναι ο εντελώς απαραίτητος για την απρόσκοπτη διεξαγωγή του αγώνα.

3.12. Παρουσία ατόμων εντός της αγωνιστικής διαδρομής

Εντός της αγωνιστικής διαδρομής δεν θα βρίσκονται ταυτόχρονα περισσότερα από 150 άτομα, από τις ακόλουθες κατηγορίες εμπλεκόμενων με τη διοργάνωση:

- Αθλήτριες-τες,
- Κριτές Αγωνοδίκου Επιτροπής,
- Τεχνικοί ΣΕΓΑΣ ή ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ή διοργανωτή,
- Ιατρικό προσωπικό (ιατρός & φυσιοθεραπευτής),
- Διασωστικές Ομάδες,
- Προσωπικό χρονομέτρησης,
- Προσωπικό Live Streaming,
- Φωτογράφος ΣΕΓΑΣ ή ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ή διοργανωτή.

3.13. Παρουσία ατόμων εκτός αγωνιστικής διαδρομής (περιμετρικά της διαδρομής)

Περιμετρικά της αγωνιστικής διαδρομής καθώς και στον περιβάλλοντα χώρο θα βρίσκονται μόνο:

- Προπονητές των αθλητριών και αθλητών που αγωνίζονται,
- Το απαραίτητο για τη διεξαγωγή των αγώνων προσωπικό του ΣΕΓΑΣ ή της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ή του διοργανωτή,
- Τα μέλη της Ελλανοδίκου Επιτροπής,
- Περιορισμένος αριθμός μελών ΔΣ του ΣΕΓΑΣ ή της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ή του διοργανωτή,
- Οι Τεχνικοί της Ομοσπονδίας ή της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ή του διοργανωτή,
- Περιορισμένος αριθμός δημοσιογράφων (μέλη των ΠΣΑΤ / ΕΣΗΕΑ),

Όσοι παρευρίσκονται στην εγκατάσταση ή στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης θα πρέπει απαραίτητα να φορούν μάσκα, να τηρούν τις αποστάσεις μεταξύ τους και να κινούνται αποκλειστικά περιμετρικά της αγωνιστικής διαδρομής, δηλ. δεξιά ή αριστερά της αγωνιστικής διαδρομής, η οποία είναι προς αποκλειστική χρήση των συμμετεχόντων στα αγωνίσματα αθλητριών-των.

Με συνεχείς ανακοινώσεις του Εκφωνητή της διοργάνωσης, μέσω μεγαφωνικού συστήματος, αλλά και με παρότρυνση του προσωπικού της διοργάνωσης, θα γίνεται σύσταση προς όλους τους εμπλεκόμενους με τη διοργάνωση για την τήρηση των φυσικών αποστάσεων, τη χρήση μάσκας καθώς και των κανόνων της διοργάνωσης.

3.14. Προθέρμανση αθλητών-τριών

Οι αθλητές-τριες θα πρέπει να πραγματοποιούν την προθέρμανσή τους σε χώρους εκτός της αγωνιστικής διαδρομής.

3.15. Αίθουσα Κλήσης

Η Αίθουσα Κλήσης θα φιλοξενείται σε ανοικτό χώρο, εφ' όσον το επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες. Σε περίπτωση που απαιτηθεί η χρήση κλειστού χώρου για τη λειτουργία της Αίθουσας Κλήσης, τότε θα πρέπει να τηρούνται οι οδηγίες της ΓΓΑ που αφορούν τους κλειστούς χώρους. Σε κάθε περίπτωση ο εξοπλισμός της Αίθουσας Κλήσης θα πρέπει να απολυμαίνεται συχνά και η χρήση μάσκας στο συγκεκριμένο χώρο θα είναι απαραίτητη από όλους.

3.16. Σταθμός τροφοδοσίας (νερού) / εφ' όσον χρησιμοποιηθεί για το αγώνισμα των 10χλμ. Ανδρών

Σε περίπτωση που χρησιμοποιηθεί σταθμός τροφοδοσίας με νερά, για την καλύτερη εξυπηρέτηση των συμμετεχόντων αθλητών στο αγώνισμα των 10χλμ. Ανδρών, τότε αυτός θα πρέπει να τοποθετηθεί εκτός της γραμμής τρεξίματος των αθλητών (συντομότερη διαδρομή) και η απόσταση των τραπεζιών μεταξύ τους θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 10μ. Στους αθλητές θα προσφέρονται μόνο κλειστά μπουκάλια με νερό. Το προσωπικό που θα είναι υπεύθυνο για τη λειτουργία του σταθμού θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικό κατά τη διαδικασία παράδοσης των μπουκαλιών στους συμμετέχοντες, να φορά μάσκα και να απολυμαίνει ανά τακτά χρονικά διαστήματα τα χέρια του καθώς και τα τραπέζια. Τα παραγόμενα απόβλητα του σταθμού θα πρέπει να αντιμετωπίζονται ως δυνητικά μολυσμένα απόβλητα.

3.17. Χημικές τουαλέτες

Σε περίπτωση που θα χρησιμοποιηθούν χημικές τουαλέτες, αυτές θα πρέπει να απολυμαίνονται συχνά και στην είσοδό τους θα πρέπει να υπάρχει αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (ή gel) 70% για απολύμανση των χεριών,

3.18. Απονομές

Δεν επιτρέπονται οι απονομές μεταλλίων στους νικητές των αγωνισμάτων. Η παραλαβή των μεταλλίων θα γίνεται από τους ίδιους τους αθλητές και σε ελεγχόμενο χώρο που θα ορίζει ο διοργανωτής προκειμένου να αποφεύγεται ο συνωστισμός καθώς και οι επαφές.

3.19. Χώρος απομόνωσης

Σε συνεργασία της Ιατρικής Υπηρεσίας της διοργάνωσης και των Υπευθύνων του Δήμου διεξαγωγής της διοργάνωσης, θα έχει οριστεί εκ των προτέρων ένας απομονωμένος χώρος, εντός της εγκατάστασης ή σε κοντινό σημείο στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης, καλά αεριζόμενος, για την προσωρινή φιλοξενία ατόμων με ύποπτα συμπτώματα (π.χ. πυρετός), μέχρι να προσέλθει ο ΕΟΔΥ. Στο συγκεκριμένο χώρο υποχρεωτική θα είναι η χρήση διπλής μάσκας ή μάσκας υψηλής αναπνευστικής προστασίας (FFP, KN95 κ.α.).

3.20. Χρήση κυλικείου

Ένα κυλικείο θα μπορεί να λειτουργεί στην εγκατάσταση ή στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης, το οποίο θα εξυπηρετεί με τη μορφή “self-service” και θα πρέπει να λειτουργεί με την τήρηση των σχετικών διατάξεων.

3.21. Αποστολή οδηγιών εφαρμογής Υγειονομικού Πρωτοκόλλου της Διοργάνωσης

Την εβδομάδα διεξαγωγής της διοργάνωσης ο ΣΕΓΑΣ ή ο διοργανωτής θα αποστείλει προς όλους τους Συλλόγους που οι αθλήτριες και οι αθλητές τους θα συμμετέχουν στον αγώνα, αναλυτικές οδηγίες εφαρμογής του Υγειονομικού Πρωτοκόλλου της συγκεκριμένης διοργάνωσης, προκειμένου να ενημερωθούν και να έχουν τον χρόνο να εξοικειωθούν με αυτές.

4. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ

4.1 ΠΡΙΝ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

4.1.1. Μετακίνηση αθλητών / προπονητών / εργαζομένων

Σύμφωνα με το Υγειονομικό Πρωτόκολλο του ΕΟΔΥ που αφορά τις μετακινήσεις.

4.1.2 Προετοιμασία χώρων διεξαγωγής διοργάνωσης

4.1.2.1 Με μέριμνα των υπευθύνων της διοργάνωσης, πριν τον αγώνα όλοι οι χώροι θα πρέπει να έχουν καθαριστεί – απολυμανθεί επιμελώς, ιδιαίτερα αν χρησιμοποιηθούν κλειστοί υποστηρικτικοί χώροι, όπως Αίθουσα Κλήσης, σταθερές και χημικές τουαλέτες κ.α. Μετά από τον καθαρισμό με κοινό απορρυπαντικό θα γίνεται απολύμανση με κατάλληλο διάλυμα σύμφωνα με τις επικαιροποιημένες οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους,

4.1.2.2. Σε εμφανή σημεία του χώρου διεξαγωγής θα πρέπει να υπάρχουν αναρτημένες ενημερωτικές αφίσες της ΓΓΑ με τα μέτρα προστασίας από τη μετάδοση του ιού Covid-19,

4.1.2.3. Ο διοργανωτής θα πρέπει να καθορίσει τις ροές (διαδρομές κίνησης) όλων των εμπλεκόμενων με τη διοργάνωση, έτσι ώστε να μη δημιουργείται συγχρωτισμός ατόμων που στέκονται ή κινούνται σε οποιοδήποτε σημείο της εγκατάστασης.

4.1.2.4. Σε όλους τους χώρους που θα χρησιμοποιηθούν θα πρέπει να υπάρχει διαθέσιμο αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (ή gel) 70% για απολύμανση των χεριών,

4.1.2.5. Στις σταθερές τουαλέτες και σε όλους τους νιπτήρες θα πρέπει να υπάρχει υγρό σαπούνι χεριών και χειροπετσέτες μιας χρήσης, ενώ στα αποχωρητήρια θα αναρτάται σύσταση για κλείσιμο της λεκάνης πριν το συνήθη καταιονισμό νερού. Χρήσιμο είναι να υπάρχει σύστημα αυτόματης απελευθέρωσης χλωρίου ταυτόχρονα με τον καταιονισμό νερού,

4.1.2.6. Μετά την απολύμανση, όλοι οι κοινόχρηστοι χώροι της εγκατάστασης ή του χώρου διεξαγωγής που θα χρησιμοποιηθούν για τις ανάγκες της διοργάνωσης θα πρέπει να παραμένουν κλειστοί (να ασφαλιστούν), έως και το άνοιγμά τους για τον αγώνα. Ομοίως, μετά το τέλος της διοργάνωσης, όλοι οι χώροι θα πρέπει να απολυμανθούν με κατάλληλο διάλυμα, σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, αφού πρώτα έχουν καθαριστεί με κοινό απορρυπαντικό.

4.2 ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

4.2.1 Άφιξη στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης

- Κατά την άφιξη στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης θα γίνεται θερμομέτρηση και καταγραφή των εισερχομένων-εξερχομένων από προσωπικό της διοργάνωσης. Σε περίπτωση που οποιοδήποτε άτομο αναφέρει συμπτώματα πυρετού ή θερμομετρηθεί από 37.3ο C και άνω σε τρεις διαδοχικές μετρήσεις, θα του απαγορευτεί η είσοδος,
- Σε εμφανείς χώρους θα πρέπει να υπάρχει σήμανση για την τήρηση αποστάσεων καθώς και των μέτρων ατομικής προστασίας,
- Οι αθλήτριες, οι αθλητές και οι συνοδοί, θα επιδεικνύουν στους υπευθύνους υποδοχής τα απαραίτητα πιστοποιητικά για την είσοδό τους στην εγκατάσταση (πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νόσησης ή PCR ή Rapid test ή Self-test),
- Το εμπλεκόμενο προσωπικό με τη διοργάνωση προσκομίζει τα πιστοποιητικά που αναφέρονται στην παρ. 3.7,
- Οι αθλήτριες, οι αθλητές καθώς και όλοι οι εμπλεκόμενοι με τη διοργάνωση θα φορούν μάσκα κατά την άφιξή τους καθώς και κατά την παραμονή τους στους χώρους της διοργάνωσης. Τη μάσκα οι αθλητές θα την βγάλουν META τη δήλωση της παρουσίας τους στην Αίθουσα Κλήσης, σύμφωνα

πάντα με το ωρολόγιο πρόγραμμα παρουσίας στην Αίθουσα Κλήσης, και πριν το ξεκίνημα της προθέρμανσης,

- Κατά τη διάρκεια παρουσίας όλων των εμπλεκομένων θα πρέπει να τηρούνται οι προβλεπόμενες αποστάσεις ασφαλείας που ορίζονται από τον ΕΟΔΥ και πάντα τηρώντας την αρχή της ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ.

Προσοχή: Σε περίπτωση που οποιοδήποτε άτομο αναφέρει συμπτώματα πυρετού (ή θερμομετρηθεί με θερμοκρασία από 37.3ο C και πάνω σε τρεις διαδοχικές μετρήσεις), βήχα, δύσπνοιας, μυαλγίας, διάρροιας, πονόλαιμου, ανοσμίας ή υπέρμετρης κόπωσης, δε θα του επιτρέπεται η παραμονή στο χώρο διεξαγωγής της διοργάνωσης και θα του δίνονται συστάσεις επικοινωνίας με τον Υπεύθυνο του Συλλόγου του ή με τον ΕΟΔΥ, εφόσον αφορά άλλο προσωπικό.

4.2.2. Δήλωση - παρουσία αθλητριών και αθλητών στην Αίθουσα Κλήσης

Οι αθλήτριες και αθλητές θα προσέρχονται στην Αίθουσα Κλήσης σύμφωνα με το ωρολόγιο πρόγραμμα λειτουργίας της ανά αγώνισμα, φορώντας τη μάσκα τους και θα παραδίδουν στους υπεύθυνους τα απαραίτητα πιστοποιητικά για τη συμμετοχής τους (πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νόσησης ή PCR ή Rapid test ή Self-test). Μετά τη δήλωση παρουσίας θα κατευθύνονται προς το χώρο προθέρμανσης που θα έχει οριστεί από τους διοργανωτές, όπου μπορούν να αποθέσουν τη μάσκα τους στους ειδικούς κάδους απορριμμάτων που θα έχουν τοποθετηθεί στο χώρο για το σκοπό αυτό και να ξεκινήσουν την προθέρμανσή τους.

4.2.3. Διαδικασίες διεξαγωγής των αγωνισμάτων

4.2.3.1. Γενικά

- Οι αθλήτριες και αθλητές θα προσέρχονται στο χώρο εκκίνησης μετά από ειδοποίηση των Κριτών και σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα από την προβλεπόμενη ώρα εκκίνησης του αγωνίσματος (περίπου 3'), τηρώντας απόσταση μεταξύ τους τουλάχιστον 2μ.,
- Ο Αφέτης θα καλεί τις αθλήτριες και τους αθλητές να λάβουν θέση στην εκκίνηση, τοποθετώντας τους τον έναν δίπλα στον άλλον, περίπου 5'' πριν την ώρα εκκίνησης,
- Οι Κριτές κατά τη διάρκεια εκτέλεσης των καθηκόντων τους δεν θα πλησιάζουν τους αθλητές σε απόσταση μικρότερη των 2μ.,
- Οι Κριτές κατά τη διάρκεια εκτέλεσης των καθηκόντων τους θα είναι αραιωμένοι μεταξύ τους (τουλάχιστον 1,5μ.) καθώς και απομακρυσμένοι από τους συμμετέχοντες αθλητές,
- Οι Κριτές θα μπορούν να κάνουν συστάσεις στους αθλητές για την τήρηση των μέτρων ατομικής προστασίας πριν και μετά την ολοκλήρωση του αγωνίσματός τους,
- Οι Κριτές θα φορούν μάσκα και το εργατικό προσωπικό θα φορούν μάσκα και γάντια και θα απολυμαίνουν τακτικά τα χέρια τους,
- Σε ειδικό χώρο στην εκκίνηση – τερματισμό θα υπάρχουν αντισηπτικό, μάσκες καθώς και γάντια για τη χρήση από αθλητές, κριτές, προσωπικό κ.α.

4.2.3.2. Εκκινήσεις

4.2.3.2.1. Χώρος εκκίνησης

Οι διαστάσεις του χώρου εκκίνησης θα είναι τέτοιες που να μην ευνοούν το συγχρωτισμό των αθλητριών-των κατά τη διάρκεια της παραμονής τους σε αυτόν.

4.2.3.2.2. Αψίδα εκκίνησης

Συνιστάται η μη χρήση αψίδας εκκίνησης αλλά η τοποθέτηση των συμμετεχόντων αθλητριών-ων σε μια μεγάλη ευθεία γραμμή εκκίνησης. Σε περίπτωση όμως που χρησιμοποιηθεί αψίδα εκκίνησης, συνιστάται το καθαρό άνοιγμά της (πλάτος) να είναι όσον το δυνατόν μεγαλύτερο προκειμένου να μην δημιουργηθεί συγχρωτισμός κατά τη διάρκεια της εκκίνησης.

4.2.3.2.3. Τάπητας χρονομέτρησης

Συνιστάται το πλάτος του τάπητα χρονομέτρησης να είναι μεγαλύτερο του πλάτους της αψίδας εκκίνησης ή στην περίπτωση που δεν χρησιμοποιηθεί αψίδα εκκίνησης τότε το πλάτος του τάπητα χρονομέτρησης συνιστάται να είναι το μεγαλύτερο δυνατόν.

4.2.3.3. Διαδικασία Αγώνα

Κατά τη διάρκεια (ροή) του αγώνα **ΣΥΝΙΣΤΑΤΑΙ** οι αθλήτριες και οι αθλητές, στο μέτρο του δυνατού, να διατηρούν όσο δυνατόν μεγαλύτερες αποστάσεις και να προσπαθούν να προσαρμόζονται με τα παρακάτω:

- Το τρέξιμο των δρομέων δίπλα - δίπλα είναι ασφαλές μόνο όταν τηρείται απόσταση ασφαλείας μεταξύ των δρομέων 1,5μ. - 2μ.,
- 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 1,5μ. - 2μ.,

Οι αθλήτριες και οι αθλητές θα πρέπει να αγωνίζονται φορώντας την αγωνιστική τους εμφάνιση, την οποία σε καμία περίπτωση ΔΕΝ επιτρέπεται να αφαιρούν, αλλάζουν ή αλλοιώνουν πριν, κατά τη διάρκεια ή μετά τον τερματισμό.

4.3. ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

Με το τέλος του αγωνίσματος οι αθλήτριες και οι αθλητές:

- Απολυμαίνουν τα χέρια τους με αντισηπτικό και αποφεύγουν τις κοινωνικές επαφές (εναγκαλισμοί, χειραψίες κ.α.) και συζητήσεις με τους συναθλητές τους και γενικότερα με άτομα που βρίσκονται εντός ή εκτός της αγωνιστικής διαδρομής,
- Τοποθετούν τα χρησιμοποιημένα ρούχα σε ατομικό σάκο και απομακρύνονται όσο γίνεται πιο γρήγορα από τον τόπο διεξαγωγής του αγωνίσματος,
- Μεταβαίνουν στο χώρο όπου θα πραγματοποιήσουν την αποθεραπεία τους και αμέσως μετά ή αποχωρούν από το χώρο διεξαγωγής της

- διοργάνωσης ή, αν παραμείνουν σε αυτόν μέχρι να ολοκληρωθεί η διοργάνωση, κρατούν τις προβλεπόμενες αποστάσεις και φορούν τη μάσκα τους,
- Επιστρέφοντας στην κατοικία ή στο ξενοδοχείο διαμονής τους αερίζουν για τουλάχιστον 3 ώρες τα ρούχα τους και στη συνέχεια αν υπάρχει η δυνατότητα τα πλένουν σε θερμοκρασία 60 – 90 βαθμούς με καλό στέγνωμα,
 - Η υποχρεωτική και αυστηρή τήρηση των ατομικών μέτρων υγιεινής καθώς και της ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ όλων των εμπλεκομένων στη διαδικασία των αγώνων διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην προσπάθεια της Ομοσπονδίας για την επανέναρξη της αγωνιστικής δραστηριότητας.