

Plano de contingência Manual de competição – Campeonato Distrital Absoluto Leiria e Coimbra (1.ª jornada)

Data: 30/01/2022

**Local:
Expocentro (Pombal)**

Normas de segurança:

- Este manual de competição respeita as orientações 009/2021, 030/2020 e 036/2020 (atualizada a 28/12/21) e a norma 019/2020 (também atualizada a 1/12/2) da DGS.
- A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.
- As competições terão um responsável máximo que pode, caso se justifique, modificar e ampliar as regras de segurança e, caso se detete algum caso suspeito de COVID-19, cancelar o evento.
- Apenas poderão participar nas competições os atletas que assinem um termo de responsabilidade. No caso dos atletas menores de 18 anos esse termo deverá ser assinado pelo encarregado de educação.
- Os atletas que apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não deverão dirigir-se para o local de competição. Deverão contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito e seguir as recomendações que lhe forem dadas.
- Sempre que possível, os atletas deverão deslocar-se para o local de competição em veículo próprio, evitando o contacto com terceiros.
- O aquecimento geral para a competição será feito fora do recinto, de forma individual e evitando ajuntamentos. O aquecimento específico será feito nas zonas laterais do edifício destinadas para o efeito.
- No momento da entrada na pista os atletas deverão usar máscara, higienizar as mãos, entregar o termo de responsabilidade devidamente preenchido e exibir o dorsal. Quem não trouxer máscara, o termo de responsabilidade e o dorsal não será autorizado a entrar na pista.
- Tratando-se de um evento desportivo em recinto coberto com menos de 1000 pessoas, todos os intervenientes (espetadores, dirigentes, treinadores, atletas e outros agentes desportivos) que queiram aceder ao recinto deverão apresentar a seguinte documentação:
 - Certificado Digital COVID da UE admitido nos termos do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho, na sua redação atual;
 - Comprovativo de vacinação que ateste o esquema vacinal completo nos termos do n.º 2 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho, na sua redação atual, há pelo menos 14 dias, com uma vacina contra a COVID-19 com autorização de introdução no mercado nos termos do Regulamento (CE) n.º 726/2004 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 31 de março de 2004, cujo reconhecimento tenha sido determinado pelo despacho previsto no n.º 2 do artigo 5.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho, na sua redação atual; ou

- Comprovativo de realização laboratorial de teste com resultado negativo, devendo este teste cumprir os requisitos previstos nas subalíneas i) ou ii), conforme aplicável, da alínea b) do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho, na sua redação atual.
- Nos termos da legislação em vigor os atletas infantis estão dispensados da apresentação de certificado digital e da realização de teste laboratorial.
- Será medida a temperatura a todas as pessoas que entrarem no recinto e serão impedidos de entrar aqueles que tenham uma temperatura superior a 38º ou qualquer outra sintomatologia associada ao COVID19. Não será feito qualquer registo da temperatura.
- A entrada dos atletas será feita pela porta lateral que dá acesso à câmara de chamada. A entrada e saída do público, treinadores, dirigentes e outros agentes desportivos, assim como a saída dos atletas será feita no acesso principal.
- A ADAL colocará à entrada e em vários outros pontos da pista informações sobre as regras de segurança a respeitar dentro do espaço de competição.
- Assim que entrarem na pista, os atletas deverão dirigir-se imediatamente para o local da competição. Ao longo desse trajeto deverão usar máscara.
- Todos os agentes desportivos deverão observar uma distância de 2 metros entre si e, no caso dos atletas que estão a competir, essa distância deverá ser de 3 metros.
- O público, treinadores, dirigentes e demais agentes desportivos deverão usar máscara enquanto estiverem dentro do recinto.
- Os atletas e juízes deverão cumprir rigorosamente com as regras definidas para cada prova.
- Os resultados da competição apenas serão disponibilizados online, no site da ADAL e no site fpacompeticoes.pt. O secretariado atualizará os resultados sempre que possível.
- Antes, durante e no final da competição, a ADAL fará a higienização de todos os equipamentos e espaços de competição utilizados. Será também desinfetado tudo o que possa ser tocado por vários utilizadores, como maçanetas das portas ou corrimões. Sempre que possível, as portas devem permanecer abertas.
- Caso algum agente desportivo manifeste sintomas de infeção por COVID19 durante a competição, será encaminhado para uma sala de isolamento que possui todos os requisitos exigidos pela DGS.
- Ao caso suspeito deve ser colocada uma máscara cirúrgica, preferencialmente pelo próprio.
- A pessoa/caso suspeito deverá ser encaminhada por um só colaborador para a sala de isolamento. De seguida, deve ser contactada a Linha SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações.

Normas específicas de cada prova

Provas de velocidade e estafeta

- As provas de 60 metros com barreiras serão realizadas por eliminatórias, partindo os atletas com piores marcas na primeira série e assim sucessivamente.
- Os atletas com melhores marcas partirão nas pistas centrais.
- As provas de 200 metros serão realizadas por séries, partindo os atletas com piores marcas na primeira série e assim sucessivamente.
- Os atletas com melhores marcas partirão nas pistas de fora.
- Os blocos de partida e a zona contígua à linha de partida (local onde os atletas tocam o chão na posição de partida) serão desinfetados sempre que se considere necessário.
- Após o final da prova, os atletas devem procurar manter-se afastados uns dos outros, reforçando a distância de segurança, e evitar a proximidade com treinadores e juízes. Após recuperarem do esforço, deverão recolher os seus pertences e sair pelo local indicado.

Provas de meio-fundo

- As provas serão realizadas por séries, partindo os atletas com piores marcas na primeira série e assim sucessivamente.
- Após o final da prova, os atletas devem procurar manter-se afastados uns dos outros, reforçando a distância de segurança, e evitar a proximidade com treinadores e juízes. Após recuperarem do esforço, deverão recolher os seus pertences e sair pelo local indicado.
- Na prova de 800 metros os atletas partirão em pistas individuais, ficando os atletas com melhores marcas nas pistas de fora. Cada série terá, no máximo, oito atletas.

Triplo Salto:

- A areia deverá ser desinfetada antes do aquecimento e sempre que se considere necessário.
- Serão apurados para os três saltos finais, os atletas do campeonato distrital com as oito melhores marcas. Caso seja necessário, serão repescados atletas de forma a que haja sempre 3 atletas da ADAC e da ADAL nos saltos finais. Os atletas extra só terão acesso aos 3 saltos finais se estiverem enquadrados no PAR.

Salto com vara:

- Os colchões e postes devem ser desinfetados antes da prova e sempre que se achar necessário.
- Cada atleta terá uma zona própria para aguardar entre os ensaios, que deverá salvaguardar uma distância de dois metros para os outros atletas.

Programa-horário

Dia 30 de janeiro

Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Hora da prova	Prova	Escalão	Género	Obs.
09:10	09:20	09:30	60m barreiras	S18/S20/S23/Sen/Vet	Fem	0,84 – Elimin.
08:50	09:00	09:30	Triplo Salto	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	Tábua 11/13
09:25	09:35	09:45	60m barreiras	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	1,06 – Elimin.
08:55	09:00	10:00	Vara	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	2,50 (+20) ---> 3,00 (+15) ---> 3,60 (+10) --->
09:40	09:50	10:00	60m barreiras	Sub14	Fem	Extra - Séries
09:55	10:05	10:15	60m barreiras	Sub14	Masc	Extra - Séries
10:20	10:30	10:35	800m	S18/S20/S23/Sen/Vet	Fem	Séries
10:40	10:50	10:55	800m	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	Séries
10:35	10:45	11:15	Triplo Salto	S18/S20/S23/Sen/Vet	Fem	Tábua 9/10
10:55	11:05	11:15	60m barreiras	S18/S20/S23/Sen/Vet	Fem	Final
11:05	11:15	11:25	60m barreiras	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	Final
11:15	11:25	11:35	150m	Sub14	Fem	Extra - Séries
11:35	11:45	11:50	150m	Sub14	Masc	Extra - Séries
11:45	11:55	12:05	200m	S18/S20/S23/Sen/Vet	Fem	Séries
12:05	12:15	12:25	200m	S18/S20/S23/Sen/Vet	Masc	Séries
12:20	12:30	12:45	300m	Sub18	Masc	Prova extra

Inscrições e confirmações

- As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao **dia 27 de janeiro**.
- As confirmações para todas as provas** deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> entre as 17:00 horas do dia 28 de janeiro e as 18:00 horas do dia 29 de janeiro.
- Sem prejuízo do exposto no ponto seguinte, será permitida a participação de atletas extra.
- Nos concursos de triplo salto e salto com vara, a inclusão de atletas extra dependerá do número de atletas inscritos da ADAL e ADAC no campeonato distrital.
- Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para: fpacompeticoes@fpatletismo.pt

Diretor de Prova: Rui Militão**COVID-19****ANEXO 1 – Modelo de Termo de Responsabilidade**

Número telefone: _____

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, portador do documento de identificação n.º _____, agente desportivo da modalidade de _____ no clube _____, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me aos testes laboratoriais para SARS-CoV-2 determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

____ de _____ de 202__

Assinatura: _____

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):
