



ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

ΚΑΝΟΝΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ ΔΡΟΜΟΥ ΕΚΤΟΣ ΣΤΑΔΙΟΥ

Η ΚΟΕΑΣ κατάρτισε Πρωτόκολλο που αφορά στη διεξαγωγή αγώνων δρόμου εκτός σταδίου, θέλοντας να συμβάλλει στην ασφαλέστερη δυνατή παρουσία τόσο των συμμετεχόντων δρομέων, όσο και των προπονητών, κριτών, εθελοντών, εργαζομένων, ιατρικού και βοηθητικού προσωπικού.

Το Πρωτόκολλο περιλαμβάνει όλους τους κανόνες διεξαγωγής, τα μέτρα υγειονομικής προστασίας και τις διαδικασίες που θα τηρηθούν κατά τη διάρκεια μιας διοργάνωσης και στο πλαίσιο αυτής και θα αναθεωρείται σε τακτά χρονικά διαστήματα, σύμφωνα με τα διατάγματα του Υπουργείου Υγείας και τους Κανονισμούς του ΚΟΑ.

ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός συμμετεχόντων δρομέων σε έναν αγώνα δρόμου εκτός σταδίου, αυτός ορίζεται ανάλογα με τη διοργάνωση. Σε περίπτωση διοργάνωσης με περισσότερους από έναν αγώνες (π.χ. Ημιμαραθώνιος και Αγώνας 5χλμ ή Αγώνας 5χλμ και Αγώνας 10χλμ) ο μέγιστος επιτρεπόμενος αριθμός ισχύει ανά αγώνα (π.χ. 5000 στον Ημιμαραθώνιο Δρόμο και 5000 στον Αγώνα 5χλμ), υπό την προϋπόθεση ότι κάθε αγώνας έχει διαφορετική ώρα εκκίνησης. Η χρονική απόσταση μεταξύ της πρώτης εκκίνησης του κάθε αγώνα θα πρέπει να είναι τουλάχιστον μια(1) ώρα.

Για τα Πρωταθλήματα Ανωμάλου Δρόμου καθορίζεται ο αριθμός 250 – 300.

2. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να πληρούν τις προϋποθέσεις του Κανονισμού 82 του εν ισχύ σήμερα περί Λοιμοκαθάρσεως Διατάγματος αρ. 46, ως αυτό τυχόν τροποποιείται μέχρι την ημερομηνία του Πρωταθλήματος.



Ο εν λόγω Κανονισμός προβλέπει τα ακόλουθα:

- (α) για πρόσωπα ηλικίας 6 έως 11 ετών η επίδειξη είτε αρνητικής εργαστηριακής εξέτασης (PCR) ή εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19, με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 7 ημερών, είτε εν ισχύ πιστοποιητικού ανάρρωσης από την ασθένεια του COVID-19, είτε πιστοποιητικού ολοκληρωμένου εμβολιασμού,
- (β) για πρόσωπα ηλικίας 12 έως 17 ετών η επίδειξη είτε αρνητικής εργαστηριακής εξέτασης (PCR) ή εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19, με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 72 ωρών, είτε πιστοποιητικού ολοκληρωμένου εμβολιασμού για την ασθένεια του COVID-19, είτε εν ισχύ πιστοποιητικού ανάρρωσης από την ασθένεια του COVID-19,
- (γ) για πρόσωπα ηλικίας 18 ετών και άνω η επίδειξη είτε εν ισχύ πιστοποιητικού ολοκληρωμένου εμβολιασμού για την ασθένεια του COVID-19, είτε εν ισχύ πιστοποιητικού ανάρρωσης από την ασθένεια του COVID-19, είτε αρνητικής εργαστηριακής εξέτασης (PCR), με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 72 ωρών, είτε αρνητικής εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19, με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 48 ωρών, και
- (δ) για πρόσωπα τα οποία δεν δύνανται να εμβολιαστούν λόγω ιατρικού προβλήματος, η επίδειξη του ιατρικού πιστοποιητικού που εκδίδει το Υπουργείο Υγείας και η επίδειξη αρνητικής εργαστηριακής εξέτασης (PCR) ή εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19, με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 7 ημερών

Ως φαίνεται από την παράγραφο (γ), για άτομα ηλικίας 18 και άνω το τεστ για κορωνοϊό ισχύει για 72 ώρες μόνο αν είναι PCR. Το τεστ ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου (Rapid test) ισχύει μόνο για 48 ώρες. Επισημαίνεται ότι το πρωτάθλημα σας διέπεται από τις παραγράφους (β) και (στ') του

κανονισμού 35 του περί Λοιμοκαθάρσεως Διατάγματος Αρ. 46, και ως εκ τούτου ισχύει για το Safe Pass ο κανονισμός 82.

3. Το σύνολο του προσωπικού / εθελοντών / κριτών / συνεργατών θα φορά προστατευτική υποχρεωτικά μάσκα.

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



ΠΡΙΝ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

A. ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΕΙΣ

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

B. ΚΕΝΤΡΟ ΕΓΓΡΑΦΩΝ

Σε περίπτωση λειτουργίας Κέντρου Εγγραφών (Παραλαβής Αριθμών), αυτό θα πρέπει να λειτουργεί με κατανομή των δρομέων σε ημέρες / ώρες και σταθμούς εξυπηρέτησης.

Συνίσταται το Κέντρο Εγγραφών να λειτουργεί σε ανοικτό χώρο, εφόσον το επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες.

Στο Κέντρο Εγγραφών λειτουργούν σταθμοί εξυπηρέτησης – παραλαβής αριθμών, αναλόγως του αριθμού των δρομέων (συνίσταται ένας σταθμός να μην εξυπηρετεί την ημέρα πάνω από 200 άτομα).

Οι σταθμοί εξυπηρέτησης (οι ζωτικοί χώροι λειτουργίας του προσωπικού εξυπηρέτησης) θα πρέπει να έχουν μεταξύ τους απόσταση τουλάχιστον 2.00μ δεξιά και αριστερά και τουλάχιστον 6μ όταν είναι τοποθετημένοι απέναντι. Οι γραμμές αναμονής των δρομέων ακολουθούν αυστηρά τον κανόνα του 2.00μ. μέτρων απόστασης (προς όλες τις

κατευθύνσεις) μεταξύ των δρομέων της κάθε γραμμής αναμονής και μεταξύ των δρομέων των διαφορετικών γραμμών αναμονής.

Οι συμμετέχοντες θα καλούνται (με SMS ή email) να προσέλθουν να παραλάβουν τον αριθμό και το υλικό συμμετοχής τους συγκεκριμένες ημέρες και ώρες, ώστε να αποφευχθεί ο συνωστισμός.

Μπροστά σε κάθε σταθμό θα υπάρχουν αυτοκόλλητες ενδείξεις στο δάπεδο / δρόμο που θα υποδεικνύουν τις θέσεις αναμονής για όσους περιμένουν να εξυπηρετηθούν. Οι αυτοκόλλητες αυτές ενδείξεις θα είναι τοποθετημένες σε απόσταση 2,00μ μεταξύ τους.

Εάν το Κέντρο Εγγραφών λειτουργεί σε κλειστό χώρο, τότε τα άτομα που επιτρέπεται να παραβρίσκονται ταυτόχρονα στο χώρο ορίζονται από τη σχέση: 1 άτομο ανά 5 τετραγωνικά μέτρα.

Στην είσοδο του Κέντρου Εγγραφών θα υπάρχει προσωπικό που θα παρακολουθεί τη ροή των δρομέων και θα διακόπτει προσωρινά την είσοδο σε περίπτωση που ήδη βρίσκεται εντός του Κέντρου Εγγραφών ο μέγιστος αριθμός επισκεπτών.

Οι δρομείς θα έχουν ενημερωθεί προηγουμένως με ηλεκτρονική επικοινωνία για τη διαδικασία που θα πρέπει να ακολουθούν από τη στιγμή της εισόδου τους στο χώρο.

Το προσωπικό του Κέντρου Εγγραφών θα φορά προστατευτική μάσκα.

Οι δρομείς / επισκέπτες να φορούν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο χώρο του Κέντρου Εγγραφών προστατευτική μάσκα.

Θα υπάρχει διαθέσιμο αντισηπτικό σε κάθε σταθμό διανομής και εξυπηρέτησης τόσο για εθελοντές και εργαζόμενους όσο και για τους συμμετέχοντες/επισκέπτες.

Ο χώρος του Κέντρου Εγγραφών θα καθαρίζεται ανά τακτά χρονικά διαστήματα κατά τη διάρκεια της ημέρας αλλά και στο πέρας αυτής.

Θα προσδιοριστεί συγκεκριμένος κλειστός χώρος που θα βρίσκεται σε απόσταση από τους



υπόλοιπους χώρους που χρησιμοποιεί η διοργάνωση, ο οποίος θα χρησιμοποιείται για την περίπτωση που παρουσιαστεί ύποπτο κρούσμα είτε μεταξύ των εθελοντών και του έμμισθου προσωπικού, είτε μεταξύ των συμμετεχόντων δρομέων.

Στο χώρο θα υπάρχει υγειονομικό προσωπικό, το οποίο θα έχει και την ευθύνη λειτουργίας του παραπάνω χώρου απομόνωσης.

Σε όλους τους χώρους του Κέντρου Εγγραφών (εσωτερικά και εξωτερικά) θα υπάρχει σήμανση που θα υπενθυμίζει στους επισκέπτες τους κανόνες υγιεινής που πρέπει να τηρούν καθώς και την ανάγκη τήρησης των κανόνων φυσικής απόστασης (2,00μ) αλλά και των οδηγιών των υπευθύνων της διοργάνωσης.

Επιπλέον θα διανέμεται έντυπο υλικό με τους κανόνες λειτουργίας του Κέντρου Εγγραφών αλλά και τους κανόνες που θα πρέπει να τηρούν οι δρομείς την ημέρα του Αγώνα.

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

ΗΜΕΡΑ ΑΓΩΝΑ - ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΜΕ ΤΟ ΣΥΣΤΗΜΑ WAVE START (ΚΥΜΑΤΑ) ΤΩΝ ΟΜΙΛΩΝ

Οι δρομείς κατανέμονται σε ΟΜΙΛΟΥΣ, ο κάθε ένας από τους οποίους θα έχει διάσταση τουλάχιστον 600τμ. θα περιλαμβάνει το πολύ 300 άτομα. Συνεπώς, σε κάθε όμιλο - με ατομική ευθύνη του συμμετέχοντα δρομέα - θα τηρείται για κάθε δρομέα ο κανόνας της φυσικής απόστασης 2,00μ μεταξύ των, σε οριζόντια και κάθετη κατεύθυνση.

Στον όμιλο της εκκίνησης (αυτό πριν την Αψίδα Εκκίνησης) και στο προηγούμενο αυτού θα πρέπει να υπάρχει ευδιάκριτη σήμανση, με βάση τον παραπάνω κανόνα, για την θέση κάθε δρομέα στο έδαφος, σε κάθε σειρά και σε κάθε στίχο.

Στον όμιλο της εκκίνησης θα δίνεται ξεχωριστή εκκίνηση για κάθε μια σειρά δρομέων, με χρονική



απόσταση τέτοια, ώστε οι δρομείς της σειράς που προηγείται να έχουν διανύσει ικανό διάστημα περίπου 6μ.-8μ. προτού ξεκινήσει η επόμενη.

Οι συμμετέχοντες σε κάθε όμιλο και σε κάθε σειρά καθορίζονται εκ των προτέρων ονομαστικά από την γραμματεία και δεν πρέπει να αλλάζουν για λόγους πιθανής ιχνηλάτησης.

Ταυτόχρονη εκκίνηση, χωρίς την απόσταση των 2,00 μέτρων και την τήρηση χρονικής απόστασης ανάμεσα σε κάθε σειρά, επιτρέπεται μόνο σε περιπτώσεις Παγκυπρίων Πρωταθλημάτων που διοργανώνει η ΚΟΕΑΣ, για αθλητές και αθλήτριες που έχουν Δελτίο Υγείας και **ΜΟΝΟ** εφόσον προσκομίσουν ένα από τα πιο πάνω αποδεικτικά.

Η εκκίνηση της πρώτης σειράς των δρομέων του εκάστοτε επόμενου της εκκίνησης ομίλου θα πρέπει να έχει χρονική απόσταση τουλάχιστον 2 λεπτών από την εκκίνηση της τελευταίας σειράς των δρομέων του εκάστοτε ομίλου της εκκίνησης.

Όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς να φορούν προστατευτική μάσκα μέχρι την εκκίνησή τους, δηλαδή μέχρι και να λάβουν θέση στις ειδικές ενδείξεις σταθερής θέσης που θα πρέπει να προβλέπονται για τουλάχιστον 2 ομίλους πριν την γραμμή εκκίνησης. Για την απόρριψη των масκών θα υπάρχει μεγάλος αριθμός κάδων απορριμμάτων σε ενδεδειγμένα σημεία.

Η παράδοση των ρούχων των συμμετεχόντων (σε ειδικές πλαστικές τσάντες που θα πρέπει να διαθέτει η διοργάνωση) θα πρέπει να γίνεται σε μεγάλο χώρο, ανάλογα με τον αριθμό τους και τον αγώνα στον οποίο συμμετέχουν.

Κατά την παράδοση τους, οι τσάντες ψεκάζονται με απολυμαντικό διάλυμα από τους εθελοντές που τις παραλαμβάνουν.

ΗΜΕΡΑ ΑΓΩΝΑ

Κατά τη διάρκεια του αγώνα συστήνεται οι δρομείς να κρατάνε όσο δυνατό μεγαλύτερες αποστάσεις και να προσαρμόζονται με τα παρακάτω:

- Το τρέξιμο των δρομέων δίπλα-δίπλα είναι



ασφαλές μόνο όταν τηρείται απόσταση ασφαλείας μεταξύ των δρομέων 2,00μ.
• Το τρέξιμο των δρομέων σε κλιμακωτό σχηματισμό (ο ένας μπροστά και ο άλλος πίσω δεξιά ή αριστερά) είναι ασφαλές μόνο όταν τηρείται νοητή πλαϊνή απόσταση μεταξύ των δρομέων 2,00μ.
• Το τρέξιμο των δρομέων σε ομάδες με αποστάσεις μεταξύ των μικρότερες από αυτές που αναφέρονται παραπάνω θα πρέπει να αποφεύγεται.

Η τμηματική εκκίνηση των δρομέων, όπως έχει ήδη περιγραφεί, αποτρέπει το συνωστισμό κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Όλοι οι δρομείς τοποθετούνται στα επιμέρους ομίλους εκκίνησης με βάση την καταγεγραμμένη από τους ίδιους (στην αίτηση συμμετοχής τους) καλύτερη προηγούμενη επίδοσή τους, οπότε και εκκινούν με συγκεκριμένο ρυθμό, γεγονός που επίσης συμβάλει στην αποφυγή συνωστισμού τους κατά τη διαδρομή του αγώνα.

Οι δρομείς θα πρέπει να τρέχουν φορώντας φανέλα, την οποία σε καμία περίπτωση δεν επιτρέπεται να αφαιρούν πριν, κατά τη διάρκεια ή μετά τον τερματισμό μέχρι και την παραλαβή της τσάντας με τα ρούχα τους.

ΗΜΕΡΑ ΑΓΩΝΑ - ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ

Η τμηματική εκκίνηση των δρομέων, όπως έχει ήδη περιγραφεί, αποτρέπει το συνωστισμό στον τερματισμό.

Μετά τον τερματισμό, οι δρομείς παραλαμβάνουν από τους ειδικούς σταθμούς τροφοδοσίας και μεταλλίων πλαστική μικρή τσάντα, η οποία θα περιλαμβάνει τα είδη που ο διοργανωτής παρέχει (κατά περίπτωση: εμφιαλωμένο νερό, αναψυκτικό και/ή ισοτονικό ποτό, μπανάνα, μέταλλο τερματισμού). Η παραλαβή είναι ανέπαφη. Η τσάντα τοποθετείται από το προσωπικό / εθελοντές του αγώνα σε τραπέζια, από όπου ο δρομέας τα παραλαμβάνει ο ίδιος, χωρίς φυσική επαφή.

Οι Τελετές Απονομών συνιστάται να αποφεύγονται, αλλά αν γίνονται θα γίνονται με απόλυτη τήρηση των κανόνων απόστασης και περιορισμού των επαφών και με την παρουσία μόνο των απολύτως απαραίτητων ατόμων.



Τέλος, οι δρομείς παραλαμβάνουν την ειδική τσάντα με το ρουχισμό που παρέδωσαν κατά την άφιξή τους από τον ειδικό χώρο, αφού απολυμάνουν τα χέρια τους με αντισηπτικό διάλυμα που θα τους παρέχεται.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΓΩΝΑ – ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ

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

Όλοι θα φορούν μάσκα μιας χρήσης καθ' όλη τη διάρκεια της απασχόλησής τους στη διοργάνωση.

Κάδοι απορριμμάτων για την απόρριψη масκών θα είναι διαθέσιμοι σε όλους τους χώρους.

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

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

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

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



ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Το σύνολο των εγγεγραμμένων δρομέων θα ενημερώνεται πλήρως για όλες τις πτυχές της διοργάνωσης, τους κανονισμούς και τις διαδικασίες που θα ακολουθηθούν.

Για την ενημέρωση των δρομέων θα χρησιμοποιείται:

- Ηλεκτρονική Επικοινωνία ανά τακτά χρονικά διαστήματα, η οποία θα είναι συχνότερη όσο πλησιάζουμε προς την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα
- Έντυπο Υλικό που θα δοθεί στους συμμετέχοντες κατά την παραλαβή του αριθμού και του υλικού συμμετοχής τους στη διοργάνωση από το Κέντρο Εγγραφών. Το υλικό θα περιλαμβάνει και όλες τις οδηγίες και συστάσεις του Υπουργείου Υγείας και των Κανονισμών του ΚΟΑ για την πρόληψη και αντιμετώπιση πιθανού κρούσματος.
- Ειδική Σήμανση τόσο στους χώρους του Κέντρου Εγγραφών όσο και την ημέρα του Αγώνα στα διάφορα σημεία των αγωνιστικών διαδρομών και περιοχών
- Συνεχείς Ηχητικές Ανακοινώσεις την ημέρα του αγώνα με τις οποίες θα γίνεται συνεχής υπενθύμιση στους δρομείς των οδηγιών, συστάσεων και κανονισμών τόσο της Οργανωτικής Επιτροπής όσο και του Υπουργείου Υγείας.



Λευκωσία, 11 Ιανουαρίου 2022