



PROTOCOLO DE REAPERTURA DEL DEPORTE DE ORIENTACION

INDICE

I. INTRODUCCION.

II. LA ORIENTACION EN EL CONTEXTO DE RETORNO A LA ACTIVIDAD.

III. PROPUESTAS PARA LA VUELTA PAULATINA A LA ACTIVIDAD.

- 1. En casa.**
- 2. Entrenamientos en el exterior.**
- 3. Competiciones.**

IV. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN PRUEBAS DE ORIENTACIÓN DE LIGA ESPAÑOLA Y CAMPEONATOS DE ESPAÑA.

- 1. Orientación a pie.**
- 2. Raid de Aventura.**
- 3. MTBO.**
- 4. Trail-O.**
- 5. Esquí.**
- 6. Rogaine y Ultrascore-MTBO.**
- 7. Relevos.**
- 8. Sprint.**

V. PRUEBAS INTERNACIONALES.

ANEXO I. MODELO DE CLAUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES Y ACTIVIDADES DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN

PROTOCOLO DE APERTURA DEL DEPORTE DE ORIENTACION

I. INTRODUCCION.

El Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma con el fin de facilitar la gestión de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, ha obligado a la suspensión, entre otras, de toda actividad deportiva en el exterior y, por lo tanto, al confinamiento de los orientadores en sus domicilios al igual que el resto de la población. Sucesivas prórrogas han mantenido este confinamiento.

La orden SND/380/2020, de 30 de abril, sobre las condiciones en la que se puede realizar actividad física no profesional al aire libre durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, constituye el primer documento que permite la realización de actividades deportivas de carácter individual sin contacto. La orden SND/388/, de 3 de mayo, por la que se establecen las condiciones....., así como para la práctica del deporte profesional y federado, amplía en su capítulo III las condiciones en las que debe desarrollarse la actividad deportiva profesional y federada. Ambas órdenes constituyen los primeros pasos, a los que seguirán otros, que nos obligará a estar atentos a las medidas que las autoridades gubernativas, deportivas y sanitarias (en adelante las **Autoridades**) tomen en esta materia y que deberemos cumplir en beneficio de todos. Por este motivo, todo lo que se expone en este protocolo será meramente informativo y las recomendaciones generales y directrices de las Autoridades serán prioritarias.

Se pretende, en suma, fijar una serie de propuestas, consejos, recomendaciones y observaciones que permitan, dependiendo de la situación cambiante en la que estamos sumidos, el desarrollo de nuestro deporte en las sucesivas fases transitorias, hasta llegar al grado de normalidad deseado.

Nuestro punto de partida es la situación de **Fase 0** marcada como primera acción por las Autoridades. El inicio de la actividad deportiva será desde este momento escalonada. Los datos de cada una de las fases serán publicados oportunamente.

Este protocolo es un documento vivo que irá ajustándose a las directrices publicadas por las Autoridades.

II. LA ORIENTACION EN EL CONTEXTO DE RETORNO A LA ACTIVIDAD.

Nuestro deporte, 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.

Pues bien, esos son los **puntos fuertes** que hacen de nuestro deporte, tanto en la faceta de entrenamiento como en la de competición, un firme candidato a retomar la actividad de forma gradual y rápida (dentro de unos parámetros a fijar por las autoridades y teniendo en cuenta que debe primar la seguridad sanitaria de todos):

- Se practica, en general, de forma **individual**. **No hay contacto** entre corredores. Desde el momento en que el orientador toma la salida, debe realizar el recorrido en **solitario** con la única ayuda de mapa y brújula. Los recorridos son distintos a cada categoría de edad y sexo. Por otra parte, en las especialidades en que se práctica por equipos (por ejemplo: Raid o Rogaine) tampoco existe el contacto entre corredores, se puede mantener la distancia social de seguridad entre los miembros de cada equipo y entre equipos en todo momento.
- La salida es **escalonada**, en la mayoría de las especialidades, dado que la competición es contrarreloj y los corredores salen espaciados a lo largo de varias horas.
- Y, sobre todo, nuestro deporte se desarrolla siempre al **aire libre**, nuestro terreno de juego es el bosque, el monte, el campo, el río, calles de ciudades, etc, nunca en interiores.
- Los sistemas de cronometraje (SIAC AIR) y de publicación de resultados on line **evitan el contacto** y la concentración de personas para su visualización.

Por todo ello, siempre teniendo en cuenta las normas que las autoridades marquen en cada momento será fácil la realización de entrenamientos y competiciones de forma controlada.

Debemos, por otra parte, recordar que nuestro deporte es un motor de la actividad turística de los pequeños municipios a los que nos desplazamos y que lo hacemos, sobre todo, en temporada baja.

III. PROPUESTAS PARA LA VUELTA PAULATINA A LA ACTIVIDAD.

1. En casa, en todo momento. Se recomienda:

- Limpieza y desinfección correcta de manos antes de salir al exterior por cualquier motivo, paseo entrenamiento o competición. Limpieza y desinfección, asimismo, al regresar al domicilio.

- Prendas de vestir: Es recomendable lavar con detergente líquido en programas largos y de agua caliente a la mayor temperatura y evitar lavados con cargas muy grandes.
- El calzado, al llegar a casa, se aconseja dejarlo aparte y pasar una bayeta húmeda con una dilución (2%) de lejía doméstica.
- Al llegar a casa es fundamental cuidar la limpieza y desinfección de la ropa y los objetos que hayas usado en el exterior.

2. Entrenamientos en el exterior.

- En principio los entrenamientos han de ser individuales y dentro de una limitación horaria y territorial (marcadas por las autoridades en cada zona y en cada fase).
- Posteriormente, de forma gradual y cuando se autoricen desplazamientos, se podrán realizar entrenamientos a nivel Club, Federación Territorial o Federación Española. Dichos entrenamientos se regularán por las normas que dicten, en su caso, el propio Club o Federación territorial o FEDO. En el caso de las Selecciones nacionales de las distintas categorías las normas las marcará la dirección técnica de la FEDO. En todo caso se seguirán escrupulosamente las directivas que las autoridades sanitarias indiquen al respecto.
- Los orientadores que se encuentren en algún Centro de Alto Rendimiento se registrarán por las normas de los citados centros y de sus técnicos y entrenadores.
- Los deportistas de Alto Nivel (DAN) de la FEDO se adaptarán y podrán acogerse a las posibilidades que las autoridades permitan para su entrenamiento específico en cada momento.

De todas formas, en principio, para los entrenamientos se recomienda seguir las siguientes indicaciones:

Desplazamientos:

- Antes de iniciarlo, asegurarse de cumplir las normas de movilidad y medidas de prevención fijadas por las Autoridades.
- No deben desplazarse a ningún entrenamiento quienes presenten síntomas achacables al COVID-19 (fiebre, tos seca, dificultad respiratoria, etc.).
- No deben desplazarse a entrenamientos quienes convivan o hayan estado en contacto con una persona afectada de la enfermedad, incluso asintomáticos, en los 14 días anteriores.
- Los orientadores que hubiesen resultado positivos en una prueba de PCR, o similar, no podrán iniciar los entrenamientos hasta resultar negativos en otra prueba de PCR.
- En el desplazamiento deben primar las opciones que permitan el uso individual de un medio (bicicleta, moto, vehículo propio, etc.): Si se usan vehículos compartidos

o colectivos se han de seguir las normas de distancia entre personas y situación de las mismas que indican las autoridades sanitarias. En los viajes en transporte público ha de mantenerse la distancia de seguridad y debe usarse mascarilla.

- Debemos recordar que el distanciamiento físico sigue siendo la principal medida de prevención de contagios (distancia de seguridad 2 metros). Aumenta la distancia, si es posible durante el desplazamiento.
- Cumplir las normas de desplazamiento en vehículos de aquellos que constituyen unidad familiar o de convivencia.

Entrenamiento individual:

- Se realizará preferentemente al aire libre evitando, en lo posible, lugares cerrados.
- Si eres propenso a expectorar, usa un pañuelo desechable y tíralo a la basura posteriormente.
- Se recuerda que se deben seguir las instrucciones y recomendaciones indicadas por las autoridades en cada momento.
- Mantener la distancia de seguridad en todo momento. Aumentar la distancia en el momento de la actividad física.
- Evitar el saludo habitual (estrechamiento de manos, abrazos, etc).
- Extremar las precauciones y no exponerse sin necesidad. La vuelta a la actividad ha de ser moderada y acorde con el nivel de entrenamiento mantenido durante el período de confinación.
- En caso de tener síntomas de enfermedad, quedarse en casa y contactar con los servicios médicos correspondientes.
- Al salir en solitario informar a alguien de la actividad a realizar, lugar, horarios previstos, etc.

Entrenamiento organizado (cuando así se permita),

- Se deben seguir las normas ya señaladas para el entrenamiento individual.
- Se deben seguir las normas de seguridad indicadas por clubes o federaciones.
- Se recomienda que, en principio en espera de la evolución de la situación, los grupos sean poco numerosos.
- Entrenadores y demás miembros del equipo técnico llevarán mascarilla y guantes, siempre y cuando sea posible.
- Es muy aconsejable contar con una solución hidroalcohólica, hidrogel o desinfectante similar (en adelante “**hidrogel**”) a disposición de los participantes.
- Reforzar los hábitos de higiene personal en todo momento. Higiene que ha de hacerse extensiva al material y vestuario utilizado.
- Mantener el distanciamiento físico aconsejado (2 metros) en todo momento. Aumentar dicha distancia en el momento de la actividad física.

- No compartir agua o alimentos, cada miembro del grupo ha de ser autosuficiente.
- Antes y después de usar el equipo y material han de lavarse las manos o desinfectarlas con hidrogel.
- Usar mascarilla mientras no se realice ejercicio físico intenso y sobre todo en los momentos en que la distancia de seguridad resulte difícil de mantener.
- Durante el entrenamiento mantener la distancia de seguridad en adelantamientos, cruces y acercamiento a controles. Esperar si es necesario para no concurrir en el mismo punto.
- Utilizar los medios propios, no intercambiar mapas, brújulas, etc. Extremar, en su caso, la limpieza de cualquier elemento que se proporcione a los participantes para la realización del entrenamiento.
- Al terminar la actividad, se debe guardar el material usado de forma individual en una bolsa cerrada o mochila. Tras ello se procederá a su limpieza y desinfección correcta en el domicilio.
- Evitar, en lo posible, entrenamientos de duración superior a una jornada y que impliquen alojamiento en local público de la zona.

3. Competiciones:

- La vuelta a la competición comenzará cuando las Autoridades lo permitan y se regirá por las normas sanitarias y deportivas que indiquen.
 - La vuelta paulatina a la competición ha de pasar por tres fases: Local, Autonómica y Nacional (con una intermedia interterritorial, si procede).
 - Fase local: A cargo de los Clubes y, en principio, delimitado al espacio de la provincia o ente territorial que indique la Administración. Se irán probando los protocolos en este tipo de pequeñas competiciones con un número de corredores ajustado a las normas que se establezcan.
 - Fase autonómica: A cargo de las federaciones territoriales y dependiendo del grado de permeabilidad interprovincial que permita la Administración. Las dos fases podrán integrarse en una sola en comunidades uniprovinciales o cuando la situación así lo permita.
- Fase interterritorial: Si afecta a deportistas procedentes de varias CC.AA.
- Fase nacional: En función de la situación futura. Cuando la movilidad interautonómica sea una realidad, se realizará una reunión de la FEDO con las federaciones autonómicas y clubes implicados que permita el debate, estudio y definición final de un calendario 2020 ajustado a la situación en ese momento.

IV. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN PRUEBAS DE ORIENTACIÓN DE LIGA ESPAÑOLA Y CAMPEONATOS DE ESPAÑA.

¡TENEMOS QUE REINVENTARNOS!

Estas medidas, pueden ser y serán **revisadas continuamente**, podrían servir de base para elaborar protocolos por parte de federaciones autonómicas y clubes.

Genéricas:

- Se deben cumplir estrictamente las medidas marcadas por el Ministerio de Sanidad que se encuentran en continua revisión y actualización y se pueden consultar, en principio, en la página web: <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>.
- Se designará un **responsable o Jefe de Seguridad** que, auxiliado por el personal facilitado por la organización de que disponga, velará por el cumplimiento de las normas de seguridad, sanitarias y de higiene fijadas por la organización de la competición. Será el responsable del cumplimiento del protocolo de seguridad que establezca la organización de la prueba en consonancia con las normas deportivas y sanitarias vigentes en el momento de la competición.
- El personal de la organización portará, en todo momento mascarilla y guantes; y a ser posible pantallas protectoras. Este personal realizará continuamente acciones de limpieza personal y de desinfección de su área de responsabilidad (protocolo).
- El número de personas en la organización ha de ser acorde con el número de participantes y las necesidades de cubrir todos los servicios que se requieren. Lógicamente, el número será mayor que en una situación normal.
- Para las competiciones se recomienda cumplir las siguientes observaciones:
 - Todas aquellas indicadas para los entrenamientos y que pueden ser aplicadas a las distintas fases de la competición. En especial, deben observarse aquellas que tienen que ver directamente con la salud y seguridad de los participantes.
 - Las organizaciones han de tratar de realizar los montajes más sencillos posibles eliminando lo superfluo y que implique grandes desplazamientos de material (Arcos salida y meta, tiendas para los competidores, etc).

4.1. ORIENTACION A PIE:

Se establecen consejos y recomendaciones a tener en cuenta por las organizaciones de las competiciones de liga española y campeonatos de



España en la elaboración de los protocolos de actuación de cada una de las pruebas.

Inscripción:

- Debemos partir del concepto de número de participantes en una competición al aire libre y si este número implica número de participantes total o número de personas en un momento puntual en la zona de competición. Finalmente, se ha de definir el **número de participantes** que pueden tomar parte en una competición siguiendo las directrices fijadas en cada momento por las autoridades.
- Incluso, podríamos llegar al caso de pensar en realizar distintas convocatorias en el mismo día, por categorías, y con distinto horario para poder ofertar la posibilidad de participar a todos los inscritos. En principio, no parece que puedan celebrarse dos competiciones (por ejemplo: media y sprint) en un mismo día. Por ello, es posible alargar el tiempo de duración total de la prueba. Se permitiría así que los orientadores salgan en menor número en cada posta de salida disminuyendo el número de competidores en la zona de competición y en la carrera. Todo ello queda a juicio de la organización teniendo en cuenta las limitaciones del número de participantes que se autorice en ese momento.
- De todas formas, el número de inscritos debe ir en relación directa con la dimensión espacial en que se desarrolle el evento y permita la distribución de las distintas zonas manteniendo distancias de seguridad, como a continuación se especificará.
- La inscripción, en lo posible, ha de realizarse on line, así como, su pago. Las facturas, caso de ser necesarias se remitirán por correo electrónico. Se debe tratar de no usar dinero en efectivo para estas transacciones.

Desplazamiento a la competición:

- Es válido lo indicado anteriormente en el punto III para los entrenamientos.

Alojamiento:

- El suelo duro tendrá difícil o imposible viabilidad en un futuro próximo. Ha de estudiarse su posibilidad más adelante. En caso de que se autorice su uso, se establecerán protocolos adecuados que serán de estricto cumplimiento al tratarse de una vulnerabilidad.
- En el caso de utilizar instalaciones hoteleras y albergues, han de seguirse las normas de higiene y seguridad marcadas por las autoridades y la propia instalación.
- La organización tendrá muy en cuenta este aspecto a la hora de ofertar una prueba, tratando de facilitar una completa información de posibilidades y pactando, en lo posible, precios ajustados con los establecimientos para los participantes. Es fundamental realizar un mayor esfuerzo en este sentido.

- Al mismo tiempo, y para facilitar el acceso a la competición de quienes pernoctan en un mismo lugar, se tratará de ser permisivo en la flexibilización de los horarios de salida de los participantes y, por qué no, en el de la duración del horario de realización de la prueba haciéndolas las salidas más espaciadas, como se tratará posteriormente.
- El aparcamiento y pernoctación en caravanas estará regulado según la normativa vigente en cada momento.
- Se recomienda fomentar, en principio, pruebas de orientación de una sola jornada que no impliquen pernoctación.
- Se estudiará y tratará de fomentar las zonas de acampada, tomando las adecuadas medidas de seguridad, y si las autoridades lo permiten.

Aparcamiento en la zona de competición:

- Ha de facilitarse un aparcamiento lo suficientemente amplio que permita una distribución de vehículos racional cumpliendo con las normas vigentes en su momento. El aparcamiento debe estar acotado y debe ser controlado por personal de la Organización: Ha de tener espacio suficiente entre vehículos como para permitir respetar la distancia social de seguridad en todo momento.
- En esta zona será recomendado el uso de mascarilla y de guantes para los participantes. No se permitirán aglomeraciones de personal (incluso familiares) y se debe respetar la distancia social de seguridad en todo momento.
- A ser posible, cuando los participantes acaben la competición deben abandonar el aparcamiento con sus vehículos. La estancia de vehículos en esta zona debe durar el menor tiempo posible.
- El uso de aseos químicos (de existir) ha de regularse estableciendo un protocolo de uso, higiene y desinfección según indicaciones de las autoridades sanitarias en cada momento.
- Se proporcionarán más contenedores de basura de los habituales y delimitados para impedir otro acceso a los mismos que arrojar la basura a cierta distancia. Se establecerá un protocolo estricto para su recogida.

Oficina de información:

- Se ha de regular la oficina de información y entrega de dorsales (se puede pensar incluso en no usarlos) de forma que ha de primar la seguridad sanitaria. En todo caso, ha de mantenerse una distancia social en la recepción de dorsales y estrictas medidas de seguridad e higiene entre el personal de la organización que los entrega a los orientadores (pantallas protectoras, separación con encintado,

mesas interpuestas e incluso mamparas de separación). La misma distancia de seguridad mantendrán los corredores entre sí.

- Si se facilitan tarjetas SI de alquiler o prestadas, se desinfectarán antes y después de su uso.
- Se facilitarán con goma de un solo uso (se desechará al recoger la tarjeta). Las tarjetas se entregarán y recogerán mediante un soporte intermedio (bandeja o similar), sin contacto físico.

Zona de competición.

- En principio, si no cambia la situación, se prohibirá la asistencia de público, el acceso a esta zona será restringido: Solo podrán acceder participantes y organización. Ha de estar perfectamente indicada con itinerarios de ida hacia la salida y regreso de la meta para abandonar el recinto. Los participantes se encontrarán en esta zona el tiempo imprescindible, guardarán la distancia de seguridad y no se formarán aglomeraciones o reuniones.
- El acceso a esta zona estará controlado por personal de la organización con los medios recomendados y disponibles en cada momento: controles de temperatura con cámaras térmicas, hidrogel, etc. No se podrá acceder a la zona sin pasar dicho control. En todo momento, y también en esta zona, se ha de llevar la mascarilla puesta. Se recomienda, así mismo, el uso de guantes.
- Existirán dispensadores de hidrogel o desinfectante similar para uso de los competidores, al menos en la entrada y la salida de esta zona.

Servicios médicos y sanitarios:

- Se encontrarán en la zona de competición con fácil acceso a la salida. Se habilitarán planes de evacuación ante posibles accidentes y protocolos de actuación para tratar a los lesionados teniendo en cuenta las circunstancias del momento.
- El personal que atiende este servicio dispondrá del material individual de autoprotección contra infecciones (EPI), si es preciso, según indiquen las autoridades.

Pre-salida y salidas:

- En principio, no parece que puedan celebrarse dos competiciones (por ejemplo: media y sprint) en un mismo día. Por ello, es posible alargar el tiempo de duración total de la prueba permitiendo así que los orientadores salgan en menor número en cada posta de salida. Así, disminuye el número de competidores en la zona de competición y en la carrera propiamente dicha.
- No habrá expuestos listados de salida en la zona de competición ni en las pre-salidas.

- Se habilitarán tantas salidas como sean necesarias para distribuir de forma equitativa a los corredores en relación con el tiempo disponible para evitar aglomeraciones.
- En principio, en tanto se consideren personas de alto riesgo, los corredores de categorías F/M 60 y superiores han de tener una salida específica para ellos distinta de los demás. Para facilitar el trabajo de la organización podrían realizar la salida con estación start, sin hora concreta.
- Se ha de fijar un máximo de corredores en cada salida que permita una distancia social (+ de 2 metros) entre los que realizan cada posta.
- Las distintas pre-salidas serán lo suficientemente amplias como para evitar aglomeraciones (distancia de seguridad).
- Los espacios destinados a -3', -2' y -1' serán, asimismo, lo suficientemente amplios para permitir la separación adecuada de los corredores de cada posta.
- Se ha de estudiar la posibilidad de tener que utilizar, solo y exclusivamente, tarjetas SIAC Air (contactless) en competición.
- Se ha de establecer un protocolo de limpieza e higiene continuo de las estaciones de limpieza y chequeo. Habrá dispensadores de hidrogel en la zona en que se encuentren estas estaciones.
- No se podrá entregar tarjeta de descripción de controles a la manera tradicional. El corredor no podrá tomar la hoja de descripción de controles de un soporte como es habitual. Existe la posibilidad de facilitar su impresión en domicilio con antelación suficiente, no entregar tarjeta de descripción auxiliar o habrá que establecer un protocolo adecuado de seguridad e higiene en la entrega que, con probabilidad, ha de realizar personal de la organización (Existe, así mismo, la posibilidad de que se entregué unida al mapa con microperforación).
- Se ha de establecer un protocolo de entrega de mapas que limite el contacto físico. No se podrán depositar en cajas para que cada corredor coja el suyo. Probablemente, se han de entregar uno a uno (con total seguridad de limpieza y desinfección).
- Una vez cogido el mapa, y situado el corredor en la línea de salida, éste podrá desprenderse de la mascarilla, guardándola para su posterior uso. Dado lo costoso que resultaría proporcionar nuevas mascarillas a los corredores posteriormente, siempre a juicio de la organización, se debe contemplar la posibilidad de indicar a los corredores que dispongan de un lugar para guardar la mascarilla en carrera (bolsa en cinturón, pequeño bolsillo, etc).

Carrera:

- No será obligatorio el uso de mascarilla en este tramo del evento.
- El tramo desde la línea de salida a la baliza inicial ha de ser lo suficientemente amplio como para que permita la carrera de los componentes de cada posta

manteniendo las distancias indicadas entre deportistas en carrera por las autoridades. Existe, asimismo, la posibilidad de que los corredores de cada posta salgan con un margen de tiempo unos de otros, no todos al mismo tiempo. Este tiempo sería fijado por la organización dependiendo de sus posibilidades.

- En los recorridos de formación se realizarán pequeños grupos de un máximo de 5. Se instruirá inicialmente a los participantes en estos recorridos de las medidas de seguridad que deben cumplir en todo momento y que se observarán durante el recorrido.
- En lo posible, los trazados de los distintos recorridos han de tener diferentes controles iniciales como para permitir la dispersión rápida de los corredores según categorías
- Los corredores han de tratar de mantener la distancia indicada anteriormente para deportistas cuando realicen un tramo en la cercanía de otro corredor. Se debe evitar transitar detrás de otro corredor si no es a una distancia prudente. En caso de adelantamiento, deberá hacerse con la separación adecuada. Se debe evitar, en lo posible, realizar el mismo recorrido que el corredor que nos precede.
- En los controles donde está previsto el paso de un número considerable de corredores se colocarán tantas estaciones como sean necesarias para evitar aglomeraciones, con una separación mínima de 2 metros entre ellas.
- En principio, y con todo lo que supone, no debería usarse la pinza tradicional como método auxiliar de control de paso. Se estudiará por la dirección técnica, en tanto dure la situación actual, aceptar el hecho de permitir que, si una estación falla a más de un corredor, dar por bueno el paso por ella a todos los que así lo manifiesten sin precisar otra comprobación (apelando al fair play).



Avituallamiento en carrera:

- Cada corredor portará su propio avituallamiento. No se facilitará en carrera, constituye una gran vulnerabilidad.

Meta:

- El recorrido balizado desde la última baliza a la meta será lo suficientemente amplio como para que permita la entrada final de los corredores manteniendo las distancias indicadas por las autoridades sanitarias entre deportistas en carrera.
- Siempre que sea posible, en las pruebas de liga española y campeonatos de España se tomará el tiempo final en la línea de meta por el sistema de estaciones de meta BSF11-BL (disponible en FEDO), sin contacto físico.
- De existir estaciones Sportident tradicionales en línea de meta, se ha de establecer un protocolo de limpieza e higiene continuo de las mismas.

- A cada corredor, una vez traspasada la línea de meta se le ha de facilitar algún producto de desinfección para las manos y se colocará nuevamente la mascarilla, que ha de llevar hasta el regreso a su vehículo.
- Los corredores permanecerán en la zona de meta el menor tiempo posible. Se desplazará al lugar indicado para descarga que ha de estar a una distancia adecuada y con una extensión acorde para evitar aglomeraciones y permitir la distancia de seguridad entre los corredores que han llegado a meta.

Descarga de tarjeta:

- Se establecerá un protocolo de actuación para descargar la tarjeta en la correspondiente estación evitando el contacto de los corredores con la misma.
- La distancia entre personal de organización y corredores ha de ser la adecuada.
- Se podrá expedir el resultado impreso individual de cada corredor siguiendo lo indicado en el protocolo indicado de recogida en el que ha de primar la limpieza y seguridad, sin contacto externo. Los organizadores mantendrán limpias e higienizadas permanentemente la impresora y mesa que soporta a ésta, que se encontrarán a distancia de seguridad del técnico de cronometraje.
- Para evitar aglomeraciones, no se expondrán listados en papel ni se proyectarán en aparatos de TV. Se tendrán permanentemente actualizados online.
- No se recogerán los mapas usados. Cada corredor se lo llevará consigo.

Avituallamiento:

- De existir (no obligatorio) avituallamiento tras la carrera ha de realizarse siguiendo un estricto protocolo de seguridad y de ser así, en principio, se recomienda que sea sólo líquido. El protocolo contemplará cómo se facilitará cada uno de los posibles avituallamientos, líquido o sólido -si los hay- y las condiciones de seguridad.
- Los corredores han de tener previsto que existe la posibilidad de tener que realizar su avituallamiento al llegar a su vehículo al igual que, como se ha dicho, han de portarlo en carrera.

Regreso a Aparcamiento

- Ha de realizarse lo más rápido posible abandonando la zona de competición, evitando concentraciones y aglomeraciones; y manteniendo la distancia social y la mascarilla puesta.
- Se recomienda abandonar lo antes posible el aparcamiento evitando, de todas formas, reuniones y conversaciones en grupo posteriores a la carrera en ese lugar.

Tiendas de venta de material deportivo y otros servicios:

- Se ha de establecer un protocolo indicando si se puede permitir su instalación en una zona con acceso específico y en qué condiciones, siempre teniendo en cuenta las instrucciones indicadas por las autoridades para este tipo de establecimientos.

Entrega de premios:

- En principio, no se entregarán premios físicamente a los ganadores en las correspondientes categorías. Podría remitirse un diploma acreditativo que puede ser impreso en domicilio.
- Si la situación posterior lo permite, o la organización así lo decide, se establecerá un protocolo de entrega de premios a los ganadores con las medidas de seguridad adecuadas. Ha de establecerse donde se realizará, si asistirán exclusivamente los premiados, distancias de seguridad, etc.

El punto 4.1 está básicamente referido a Orientación a pie. Se ha utilizado como base para establecer normas generales y particulares, sin que ello pretenda ser un menosprecio de las demás especialidades de la Orientación, tratando de establecer una serie de recomendaciones básicas para establecer los parámetros a usar en otras especialidades. Se puede decir que una gran parte de lo aconsejado es válido para todas ellas. No obstante, hay variaciones y peculiaridades que han de ser tenidas en cuenta y que serán revisadas continuamente.

4.2 RAID DE AVENTURA.

Son válidas gran parte de las medidas especificadas para la especialidad de O-Pie. En concreto, en la especialidad de Raid de Aventura, se tendrá en cuenta, además:

- Los dorsales, tarjetas y cintas de seguridad han de cumplir con los máximos requisitos de desinfección antes de la entrega a cada equipo en bolsa independiente.
- Ampliar la zona de competición y de salida para evitar aglomeraciones. Se ha de mantener la distancia mínima de 2 metros entre personas en todo momento.
- Importante el uso de mascarilla hasta el momento de la salida y desde el momento de la llegada.
- La salida no se podrá realizar, como es habitual, en masa. Se ha de escalonar, al menos por categorías y siempre en función del espacio físico disponible.
- Los equipos han de mantener una distancia de seguridad entre componentes en tramos a pie de al menos 2 metros y tratar, en lo posible, de ir distanciados y a la misma altura. La distancia en el caso de tramos de bicicleta ha de aumentar hasta la marcada por las autoridades sanitarias.



- Si se realizan recorridos en kayak o medio similar, se ha de establecer un riguroso protocolo de limpieza y desinfección.
- Si se realizan actividades de escalada o similar, se ha de establecer un riguroso protocolo de limpieza y desinfección o adoptar medidas como el uso individual de los propios medios de los corredores en cada momento.
- Cualquier otra actividad o prueba especial que requiera el uso de medios comunes se registrará, igualmente, por un estricto protocolo de limpieza y desinfección.
- En la salida, fin de etapa, meta y cada prueba especial habrá hidrogel a disposición de los participantes.
- Los fines de Etapa han de ser amplios y se ha de establecer un protocolo de actuación específico en estas áreas.
- Se ha de realizar, además, un protocolo específico para regular la actuación de las asistencias (si las hay).
- Para el avituallamiento, en concreto, es perfectamente válido lo indicado para O-pie
- El material de cada corredor ha de ser utilizado y transportado en todo momento sólo por su propietario. Evitar contactos y préstamos de material.
- La línea de meta ha de tener el ancho suficiente que permita la llegada de varios equipos al mismo tiempo con la distancia de seguridad adecuada y debe disponer de un espacio suficientemente amplio como para evitar aglomeraciones hasta el momento de descarga.



4.3. MTBO

Son válidas gran parte de las medidas especificadas para la especialidad de O-Pie. En concreto, en la especialidad de MTBO, se tendrá en cuenta, además:



- La línea de meta ha de tener el ancho suficiente que permita la llegada de varios corredores al mismo tiempo con la distancia de seguridad adecuada y debe disponer de un espacio suficientemente amplio como para evitar aglomeraciones hasta el momento de descarga.
- El material de cada corredor ha de ser utilizado y transportado en todo momento sólo por su propietario. Evitar contactos y préstamos de material.
- La distancia de seguridad entre corredores en competición (mínimo 5 metros) se ha de mantener, en lo posible, en todo momento.

4.4. TRAIL-O

Son válidas las medidas especificadas para la especialidad de O-Pie. En concreto, en las pruebas de Trail-O, se tendrá en cuenta, además:



- Al permitir espaciar el recorrido de los participantes, realmente se ha de hacer hincapié en la necesidad de mantener la distancia de seguridad en todo momento y la limpieza e higiene del material utilizado.
- Importante el uso de mascarilla en todo momento.
- Se valorará la oportunidad de usar guantes en todo momento.
- Ha de proporcionarse hidrogel a los participantes en diversos puntos de los recorridos.

4.5. ESQUÍ.

No se trata



4.6. ROGAINE Y ULTRASCORE- MTBO

Son válidas gran parte de las medidas especificadas para la especialidad de O-Pie.

En concreto, en las pruebas de Rogaine y Ultrascoré-MTBO, se tendrá en cuenta, además:

- Ampliar la zona de competición y de salida para evitar aglomeraciones. Se ha de mantener la distancia mínima de 2 metros en todo momento.
- Importante el uso de mascarilla hasta el momento de la salida.
- La salida no se podrá realizar, como es habitual, en masa. Se ha de escalonar, al menos en varias salidas a distintas horas.
- Se debe mantener la distancia de seguridad indicada en los puntos anteriores entre equipos y entre componentes del mismo equipo.

4.7. RELEVOS

- Se ha de realizar un estudio en detalle de su realización, dada la situación actual, por la dirección técnica de la FEDO.

4.8. SPRINT

- Precisa amplias zonas de competición para cuarentena, salida y meta.
- Se ha de realizar un estudio en detalle de su realización, dada la situación actual, por la dirección técnica de la FEDO.

5. COMPETICIONES INTERNACIONALES.

Las selecciones nacionales de las distintas categorías se registrarán por las normas y directrices que emita la dirección técnica en este sentido.

En el momento actual las competiciones internacionales están suspendidas, aplazadas o anuladas. Cuando se produzca la apertura de fronteras y se fijen las fechas de realización se informará oportunamente a los seleccionados.



Por último, queremos manifestar la felicitación de la FEDO a la familia de la Orientación por el comportamiento demostrado durante el confinamiento, dando ejemplo responsabilidad y orden como buenos deportistas que somos y con el convencimiento de que saldremos todos adelante luchando unidos contra la adversidad. No bajemos la guardia.

¡Volveremos al Bosque!

ANEXO I. MODELO DE CLAUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES Y ACTIVIDADES DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN

Como complemento a este Protocolo, se adjunta documento proporcionado por la Asociación del Deporte Español (ADESP) para su uso como modelo de cláusula para la participación en las actividades de la Federación (competición, entrenamientos, selecciones, etc).

Se propone su inserción en los boletines y convocatorias con el fin de que sea aceptado por quienes tomen parte en eventos FEDO como requisito para ello.

CLAUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES Y ACTIVIDADES DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN (FEDO)

La crisis sanitaria del COVID-19 hace necesaria la adopción de una serie de medidas tendentes a cumplir los protocolos marcados por las autoridades sanitarias. El establecimiento y cumplimiento de las citadas medidas requiere de una serie de compromisos y formas de actuación por parte, fundamentalmente, de organizadores y participantes. La lectura y aceptación del presente documento es condición indispensable para tomar parte en las competiciones de la FEDO. El o la participante declara y manifiesta:

- 1.- Que es conocedor/a del protocolo que tiene publicado la FEDO relación con la presencia y participación en pruebas deportivas generado con ocasión de la crisis sanitaria del COVID-19.**
- 2.- Que se compromete a cumplir todas las exigencias o simples recomendaciones que se contengan en tal protocolo o guía, así como las instrucciones que sean dadas por las autoridades deportivas o personal de organización presentes en la competición en relación con las medidas para evitar contagios por COVID-19.**
- 3.- Que se compromete a no acudir ni tomar parte en el evento o competición en el caso de que padeciese síntomas que pudieran ser compatibles con el contagio del COVID-19. Ello resultará extensivo, igualmente, a los casos en los que los síntomas fuesen sufridos por terceros con las que la persona participante tenga o haya tenido un contacto del que objetivamente pudiera derivarse un contagio.**
- 4.- Que, caso de estar o haber estado contagiado por el virus del COVID-19, se compromete a no acudir ni tomar parte en el evento o competición en tanto en cuanto las autoridades sanitarias no manifiesten que la participación no entraña un riesgo, bien para su persona, bien para el resto de asistentes con los que pudiera tener contacto.**

5.- Que, con los medios a su alcance, y en todo caso cuando se hayan dado circunstancias que lo aconsejen, se ha sometido a los test existentes para comprobar si está o ha estado contagiado por COVID-19.

6.- Que es conocedor/a y acepta y asume que, en el actual estado, existe un objetivo riesgo de contagio de COVID-19 con las consecuencias que de ello se pudieran derivar para su persona en términos de salud o problemas que, incluso, pudieran ocasionarle la muerte.

7.- Que acepta que la FEDO adopte las medidas que se indican en el protocolo y guía que tiene publicado en aras a establecer un razonable escenario de seguridad en la competición. En tal sentido, se hace constar que la FEDO, en el curso de la competición, podrá adoptar las medidas o decisiones que sean precisas en relación con el establecimiento o aplicación de las medidas que se contienen en su protocolo y guía publicada, o cualesquiera otras que tuviesen por finalidad el dotar a la prueba de un entorno seguro en términos de evitar contagios por COVID-19.

8.- Que, en caso de resultar contagiado por COVID-19, el o la participante exonera a la FEDO de cualquier responsabilidad en relación con los posibles daños o perjuicios que pudieran derivarse para su persona.

9.- Que el o la participante acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la FEDO con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones, o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación o costes en que hubiese incurrido el o la deportista y/o su club.

10.- Que el o la participante acepta que si se mostrase por su parte una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones del personal de organización en relación con las medidas de seguridad evitar contagios por COVID-19, podrá ser excluido/a o descalificado/a del evento por decisión de quien actúe como autoridad deportiva (juez controlador).

11.- Que el o la participante acepta que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades en las que aquel o aquella pudiera llegar a incurrir ante las autoridades competentes (incluidos los órganos disciplinarios federativos) como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación, bien en el ámbito deportivo-federativo, bien en otros ámbitos diferentes.