

Plano de contingência
Manual de competição
Campeonato Distrital
5.000 e 10.000 metros

Data: 03/04/2022

Local:
Estádio Municipal de Leiria

Normas de segurança:

- 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.
- 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.
- No momento da entrada na zona de competição todos os elementos afetos à organização, delegados dos Clubes, treinadores e atletas deverão permanecer com máscara.
- Provas de Pista:
 - A máscara só poderá ser retirada por indicação dos oficiais de competição.
- Concursos:
 - Os atletas só poderão retirar a máscara no momento da realização do seu ensaio, devendo a mesma ser mantida em todos os restantes momentos.
- Balneários:
 - Não será permitida a utilização de balneários. Apenas estará disponíveis WCs.
 - 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**

Programa-horário (provisório)

Domingo

Hora da prova	En-trada na Pista	Câmara de Chamada	Prova	Escalão	Género	Observações
09:00	08:50	08:40	5000 metros	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem.	Série 1
09:30	9:20	09:10	10000 metros	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc.	Série 1
10:10	10:00	09:50	10000 metros	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc.	Série 2
10:50	10:40	10:30	10000 metros	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc.	Série 3
11:40	11:30	11:20	10000 metros	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc.	Série 4

Nota: Programa horário poderá sofrer alterações consoante o número de atletas inscritos.

Inscrições

- **As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao dia 30 de março.**
- **As confirmações** para todas as provas terão de ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> entre as **21H00 horas do dia 31 de março e as 17H00 do dia 02 de abril.**
- No dia 31 de março será divulgada a lista dos atletas admitidos na competição.
- As provas serão realizadas por séries, partindo os atletas com melhores marcas na primeira série e assim sucessivamente. Tal deve-se ao facto de haver um número de inscritos superior ao normal uma vez que esta prova integra o circuito de meio-fundo da ADAL.
- A participação de atletas extra competição estará condicionada ao número de atletas inscritos da ADAL. A decisão final sobre a aceitação de qualquer atleta extra cabe à direção da ADAL, após consultar o Conselho Técnico.
- 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

Prémios

- Serão entregues prémios aos três primeiros de cada escalão. No caso dos veteranos haverá medalhas para os três primeiros de cada categoria (Master35, Master40, Master45, etc.)