



---

## COMPLEXO DESPORTIVO DE LOUSADA

### PROCEDIMENTOS DE ENTRADA NA PISTA E AQUECIMENTO

Todos os intervenientes neste evento desportivo devem cumprir com as orientações do Governo, DGS e IPDJ, nomeadamente no que se refere ao distanciamento social, etiqueta respiratória, higienização das mãos e demais recomendações.

**NÃO ABERTO AO PÚBLICO**

### CONFIRMAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO

- Deve ser feita no secretariado determinado para o efeito e cumprindo o horário estipulado.
- Devem também fornecer à organização os Termos de Responsabilidade assinados.

### ENTRADA E SAÍDA

- A entrada na pista é feita pelo lado norte, portão grande.
- Será medida a temperatura de todos os intervenientes, à entrada para a pista por um elemento do Staff da AAPorto.
- A saída da pista é feita pelo portão pequeno junto à Gaiola de lançamentos.
- Obrigatório o uso de máscara até ao seu local de aquecimento estipulado e nos locais destinados aos treinadores.

### AQUECIMENTO

- Inicia-se 60 minutos antes do horário da 1ª prova.
- Pode ser realizado na reta oposta à reta da meta conforme sinalética.
- No caso dos concursos, o aquecimento específico será realizado no local de competição, devendo o aquecimento geral feito no exterior do estádio.
- Devem cumprir com as regras de distanciamento estipuladas em todos os momentos da competição.
- Manter a devida distância e respeito por todos os atletas, pelos elementos do Staff e juízes responsáveis pelo desenrolar da prova.
- Após a realização da 1ª prova devem regressar ao mesmo local de aquecimento e recolher os seus pertences, saindo da pista pelo local estipulado para o efeito.

### ACOMPANHAMENTO DE ATLETAS

- Treinadores ou Dirigentes devem circular pelos topos da pista, dentro do espaço ervado, cumprindo o distanciamento definido e o uso de máscara.
- Podem também usar a bancada, cumprindo o distanciamento definido e o uso de máscara. Evitar sempre que possível a aglomeração de pessoas na bancada.
- Não estão autorizados a entrar na pista.



## CIRCULAÇÃO NAS PROVAS

### CONCURSOS

- Os atletas depois de confirmarem a participação, realizar o aquecimento geral fora do estádio, entram na pista para o local de competição, realizam aí o seu aquecimento específico.
- Cada atleta deve aguardar afastado dos restantes adversários cerca de 2 metros;
- Os treinadores devem colocar-se ao longo da bancada, ou na área relvada, assinalada no esquema, para treinadores mantendo o afastamento entre si pelo menos 2 metros;
- Após cada salto, será higienizada a caixa de areia;
- Nos lançamentos cada engenho será higienizado, após cada ensaio.

### CORRIDAS

- Os atletas depois de confirmarem a participação, realizam o aquecimento geral fora do estádio, depois terão tempo na pista para fazer o aquecimento específico dentro da pista,
- em seguida serão chamados na Câmara de Chamada, os atletas de primeira série vão para o local de partida, onde podem terminar o seu aquecimento, o bloco de partida usado no aquecimento, será o mesmo usado na competição. A serie seguinte, mantém o seu aquecimento específico, na reta oposta à reta da meta até serem chamados para o local de partida e assim sucessivamente.

## STAFF E JUIZES DE COMPETIÇÃO

### DIRETOR DE COMPETIÇÃO

1. Responsável por fazer cumprir todos os procedimentos do desenrolar da competição, desde o correto funcionamento das provas e cumprimento das medidas preventivas estipuladas para a contenção da doença COVID-19.

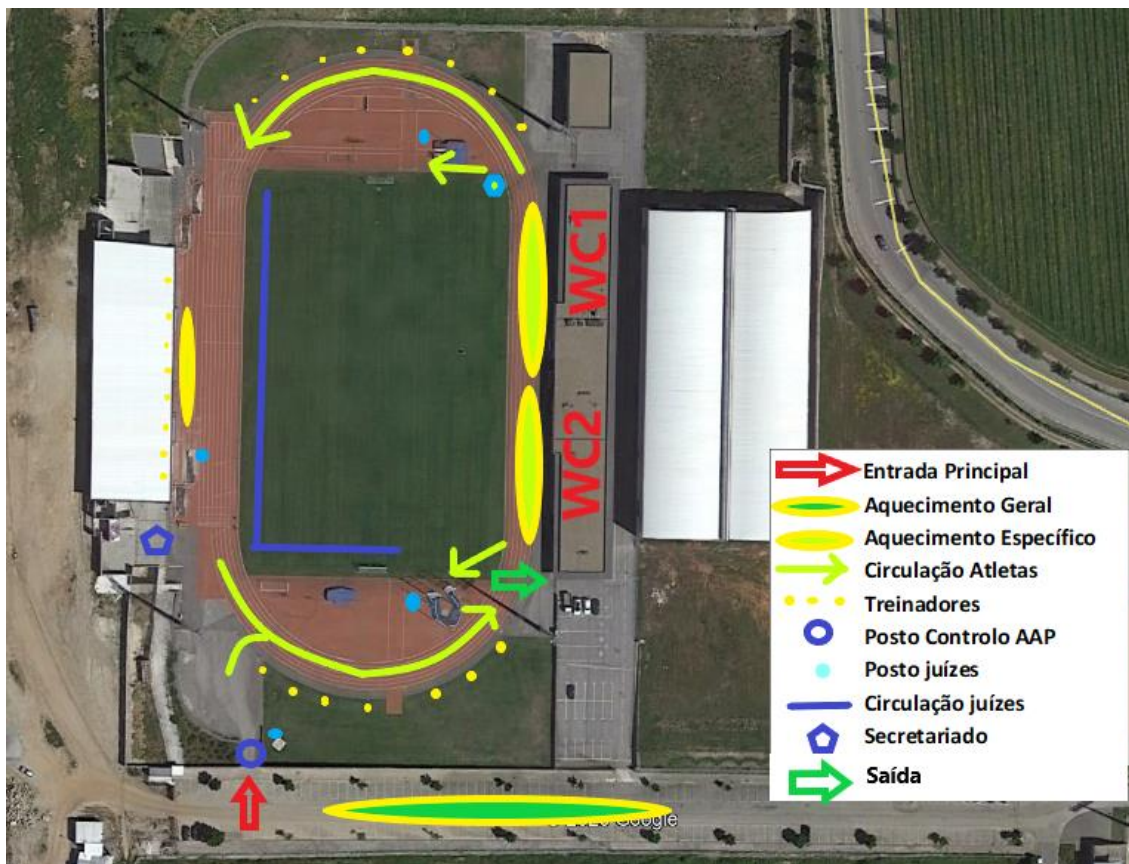
### JUÍZES

1. 1 Juiz de partidas
2. 1 colaborador de partidas
3. 1 Juiz de chegadas
4. 1 operador videofinish
5. 1 cronometrista
6. 1 operador de resultados
7. 1 para registo de confirmações de participação
8. 1 anemómetro
9. Juízes para concursos

### STAFF

1. 1 Elemento para controlar a entrada de todos os intervenientes na pista (medir temperatura, assegurar que todos os atletas desinfetam as mãos)
2. 1 Elemento confirmação de participação e recolha dos termos de responsabilidade.
3. 1 Elemento para desinfeção dos blocos de partida, e colocação de outros materiais necessários.

## ESQUEMA



### Balneários, chuveiros/cabines de duche

- Não é permitida a utilização de balneários. Apenas será encontrar disponível o WC nas instalações localizadas na reta oposta à reta de meta.



## Termo de Responsabilidade para participação em competição durante a crise COVID-19

### Atletas menores de 18 anos

Denominação da competição:

\_\_\_\_\_

Atleta: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Número de Cartão de Cidadão:

\_\_\_\_\_

### **Riscos da doença Covid-19**

Isolamento, interrupção do processo de treino

Sequelas com diminuição da função pulmonar (ou outras desconhecidas à data atual)

Transmissão secundária

Riscos para a minha comunidade

Morte

Por este instrumento, eu, \_\_\_\_\_,  
encarregado de educação do atleta \_\_\_\_\_, declaro  
que:

Fui devidamente informado/a, em linguagem clara e objetiva, que a frequência das instalações desportivas, para efeitos de competição de atletismo, resulta de uma DECISÃO TOMADA POR MIM, numa avaliação consciente e informada, em que pondero as vantagens da participação competitiva, face ao aumento de RISCO DE SAÚDE.

Fui devidamente informado/a que o conjunto de medidas de mitigação implementadas se destinam a diminuir o risco e possibilidade de infeção pelo SARS-CoV-2, mas não podem assegurar a segurança plena nas instalações desportivas e da atividade, no contexto de pandemia, sendo fundamentais o distanciamento físico, a etiqueta respiratória, a lavagem frequente das mãos, a não partilha de objetos e a permanência no domicílio.

Fui esclarecido e alertado sobre os riscos acrescidos em contrair a doença (COVID-19), bem como das consequências e eventuais sequelas que acarretam não só para minha saúde, como para a dos outros.

Neste contexto, comprometo-me cumprir e a assegurar o cumprimento das Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde, bem como as recomendações do Departamento Médico da FPA e do meu Médico Assistente.

Por fim, declaro a minha intenção de participar na competição suprarreferida.

Assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_



## Termo de Responsabilidade para participação em competição durante a crise COVID-19

### Atletas maiores de 18 anos

Denominação da competição:

\_\_\_\_\_

Atleta: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Número de Cartão de Cidadão:

\_\_\_\_\_

### **Riscos da doença Covid-19**

Isolamento, interrupção do processo  
de treino

Sequelas com diminuição da função  
pulmonar (ou outras desconhecidas  
à data atual)

Transmissão secundária

Riscos para a minha comunidade

Morte

Por este instrumento, eu, \_\_\_\_\_,  
declaro que:

Fui devidamente informado/a, em linguagem clara e objetiva, que a frequência das instalações desportivas, para efeitos de competição de atletismo, resulta de uma DECISÃO TOMADA POR MIM, numa avaliação consciente e informada, em que pondero as vantagens da participação competitiva, face ao aumento de RISCO DE SAÚDE.

Fui devidamente informado/a que o conjunto de medidas de mitigação implementadas se destinam a diminuir o risco e possibilidade de infeção pelo SARS-CoV-2, mas não podem assegurar a segurança plena nas instalações desportivas e da atividade, no contexto de pandemia, sendo fundamentais o distanciamento físico, a etiqueta respiratória, a lavagem frequente das mãos, a não partilha de objetos e a permanência no domicílio.

Fui esclarecido e alertado sobre os riscos acrescidos em contrair a doença (COVID-19), bem como das consequências e eventuais sequelas que acarretam não só para minha saúde, como para a dos outros.

Neste contexto, comprometo-me a seguir as Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde, bem como as recomendações do Departamento Médico da FPA e do meu Médico Assistente.

Por fim, declaro a minha intenção de utilizar as instalações acima referidas.

Assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_