

X MEDIA MARATÓN CALAR ALTO GÉRGAL 20 | 12 | 2020

Organizan



EXCMO AYUNTAMIENTO DE GÉRGAL

Colaboran



DIPUTACIÓN
DE ALMERÍA



GUIA DEL PARTICIPANTE



FEDERACIÓN ANDALUZA
DE MONTAÑISMO

Almericar rent a car
ALMERÍA

LA GERGALEÑA
PRODUCTOS ARTESANALES



Información e Inscripciones en:
www.mediamaratoncalaralto.com



Estimado corredor,

Como organizadores estamos realizando un esfuerzo muy importante de previsión de protocolos y procedimientos para que el evento se pueda celebrar con el estándar máximo de seguridad posible para todos. Contamos con vuestra colaboración necesaria e imprescindible para que todo se pueda desarrollar con normalidad; la hemos tenido desde la primera edición pero este año, por los condicionantes y la situación de emergencia sanitaria imperante, os pedimos, si cabe, un esfuerzo especial. Seguramente se generarán algunas incomodidades para todos, por ejemplo, esperas o colas manteniendo distancias de seguridad; es importante que todos entendamos que la situación actual comporta cambios en la vida de todos nosotros, y cualquier evento deportivo no es ajeno a esto. Todo el equipo organizativo confía en vosotros.

La presente Guía del corredor compendia y agrupa información fundamental en relación al **X MEDIA MARATON CALAR ALTO**, previsto para el próximo domingo 20 de diciembre. Es importante que dediques tiempo a su lectura y a la de los documentos anexos, especialmente a las medidas, consejos y recomendaciones relacionados con el Protocolo de seguridad anti COVID19.

Indice guía:

- 1.- PROGRAMA-HORARIO
- 2.- PROTOCOLO DE SEGURIDAD COVID
- 3.- MODIFICACIÓN HORARIOS DE SALIDA.
- 4.- ORDEN DE SALIDA .
- 5.- MODIFICACION HORARIOS DE CORTE-
- 6.- ENTREGA DE DORSALES
- 7.- DOCUMENTOS IMPRESCIDIBLES PARA RETIRADA DE DORSALES
- 8.- ACOMPAÑANTES / PUBLICO
- 9.- TRACKS RECORRIDOS



PROGRAMA

ENTREGA DE DORSALES :

**10.15 A 13.00 SÁBADO DECATHLON HUÉRCAL DE ALMERÍA
(PARQUE CEMAR)**

10:15 A 10:45 DOMINGO SALIDA

SALIDA ESCALONADA CADA MINUTO: 11.00

ENTREGA DE TROFEOS: 14:00

CIERRE DE META: 14:30



2.- Protocolo de seguridad COVID19

El protocolo viene incluido en el documento adjunto nº 1, que debéis leer en detalle. Varias cuestiones sobre el mismo que serán fundamentales y con las que seremos especialmente rigurosos:

Cajones de salida . Cada minuto saldrá un cajón con 16 corredores, los cuales mantendrán la distancia de seguridad hasta el momento de la salida efectiva. El uso de mascarilla es obligatorio en todo momento hasta después de la salida y cuando se respete la distancia de seguridad (1,5 m).

Previamente a este, habrá un **primer cajón de control de acceso** y un segundo para el **control de temperatura corporal** (+37.5 grados impedirán la salida del participante) y limpieza de manos con gel hidroalcohólico.

El **uso de mascarilla** es primordial y totalmente obligatorio durante todo el evento, salvo el momento en que el participante se encuentre corriendo con una distancia de seguridad de 1.5 metros. Los corredores portarán la mascarilla hasta el momento de la salida efectiva y se pueda establecer una distancia de seguridad (1,5 m), durante los avituallamientos y una vez se cruce el arco de meta.

Mantenimiento de la distancia de seguridad. Es obligatorio mantener la distancia de seguridad en todo momento, incluso durante la celebración de la carrera. Se deberán facilitar los adelantamientos por parte del corredor que adelanta y del corredor superado.

No existe servicio de duchas en meta.

No existe servicio de fisioterapia en meta.

No existe en meta zona de restauración-descanso tal y como la conocemos de ediciones anteriores. El objetivo es que cada uno de los participantes en el momento de entrar en meta pueda reponerse en el avituallamiento final y abandonar la zona de post-carrera de forma ordenada.

El participante debe portar un vaso o recipiente portatil durante toda la prueba para la ingesta de avituallamiento liquido.

El material obligatorio para la prueba es:

Cortavientos.

Mascarilla.

Vaso o recipiente.



3.- Modificación horarios de salida:

Como consecuencia de las restricciones derivadas del horario del toque de queda establecido por la Junta de Andalucía, se han modificado las horas de inicio a la siguiente:

MEDIA MARATON CALAR ALTO → 11.00 horas.

La hora de cierre de meta será las 14.30 horas.

4.- Orden de salida

1ª SALIDA: Categoría “ELITE” con los mejores tiempos transcritos.

2ª SALIDA: Categoría “JUNIOR/PROMESA”.

3ª SALIDA: Categoría “SENIOR”.

4ª SALIDA: Categoría “VETERANO/A”

5ª SALIDA: Categoría “VETERANO/B”

6ª SALIDA: Categoría “VETERANO/C”

Todos los cajones de salida serán de 16 participantes.

Durante la espera de las salidas, es muy importante guardar las distancias de seguridad.

Se efectuará un control de temperatura (+37,5 impedirá la salida) y se administrará gel hidroalcohólico.



5.- Modificación horarios corte

Como consecuencia de la modificación de los horarios de salida y para el cumplimiento de los horarios impuestos por el toque de queda vigente, la organización se ve en la obligación de modificar los horarios de corte, que pasan a ser los siguientes:

1º Avituallamiento → 12.00 horas.

Meta → 14.30 horas.

Nos vemos en la obligación de ser especialmente rigurosos en el cumplimiento de los tiempos de corte. Cualquier participante que llegue a los puntos de corte después de los horarios establecidos deberá abandonar la carrera de manera obligatoria. La organización proporcionará servicio de transporte a los corredores retirados hasta meta.

6.- Entrega de dorsales:

Sábado 19 de Diciembre de 2020. Decathlon Huércal de Almería (Parque comercial Cemar). De 10.15 h. a 13.00 h.

Domingo 20 de Diciembre de 2020 . Explanada Calar Alto. De 10.15 h a 10.45 h.

7.- Federación Andaluza de Montaña

Todos los corredores participantes dispondrán de licencia vigente de la Federación Andaluza de Montaña, bien licencia anual, bien licencia de 1 día. En consecuencia, el seguro médico deportivo a utilizar en caso de accidente será el ofertado por la Federación Andaluza de Montaña.



9.- Documentos imprescindibles para retirada de dorsales

Cualquier corredor inscrito podrá retirar su dorsal en el horario habilitado correspondiente acreditándose con su DNI y licencia federativa FAM-FEDME del año en curso. Se recuerda que en caso de accidente el único seguro valido es de la Federación Andaluza de Montaña o el seguro de 1 día de la organización.

El dorsal, según la normativa Covid-19, solo podrá ser retirado por el titular del mismo, bajo ninguna circunstancia se entregará a otra persona con autorización o sin ella.

Para la retirada del dorsal es imprescindible aportar original impreso firmado de los 3 documentos adjuntos, numerados del 1 al 3.

[Clausula COVID19](#)

[Declaración salud COVID19](#)

[Formulario recogida datos COVID19](#)

Cualquier participante que no proporcione original impreso y firmado de cada uno de los 3 documentos al personal de organización, no se le entregará dorsal y en consecuencia no podrá participar en el evento.



10.- Acompañantes / Público

La Junta de Andalucía prohíbe actualmente la asistencia de acompañantes y/o público a cualquier evento deportivo. Con independencia del trabajo por parte del equipo organizativo en este sentido, os solicitamos que para evitar aglomeraciones indeseadas no promováis la asistencia de conocidos, amigos, familiares a las zonas de salida, meta, avituallamientos o cualquier otra zona del recorrido de la prueba.

11.- Tracks recorridos

El recorrido estará convenientemente balizado, especialmente en la salida y/ entrada de vías, caminos o senderos. Gran parte del recorrido discurre en el interior de la Sierra de Filabres; en zonas de protección especial el balizamiento será el imprescindible, con balizas de plástico y señales de dirección plastificadas con fondo amarillo.

PUNTOS DE CONTROL

RECORRIDO

PROGRAMA

ENTREGA DE DORSALES :

10.15 A 13.00 SÁBADO DECATHLON HUÉRCAL DE ALMERÍA(PARQUE CEMAR)

10:15 A 10:45 DOMINGO SALIDA

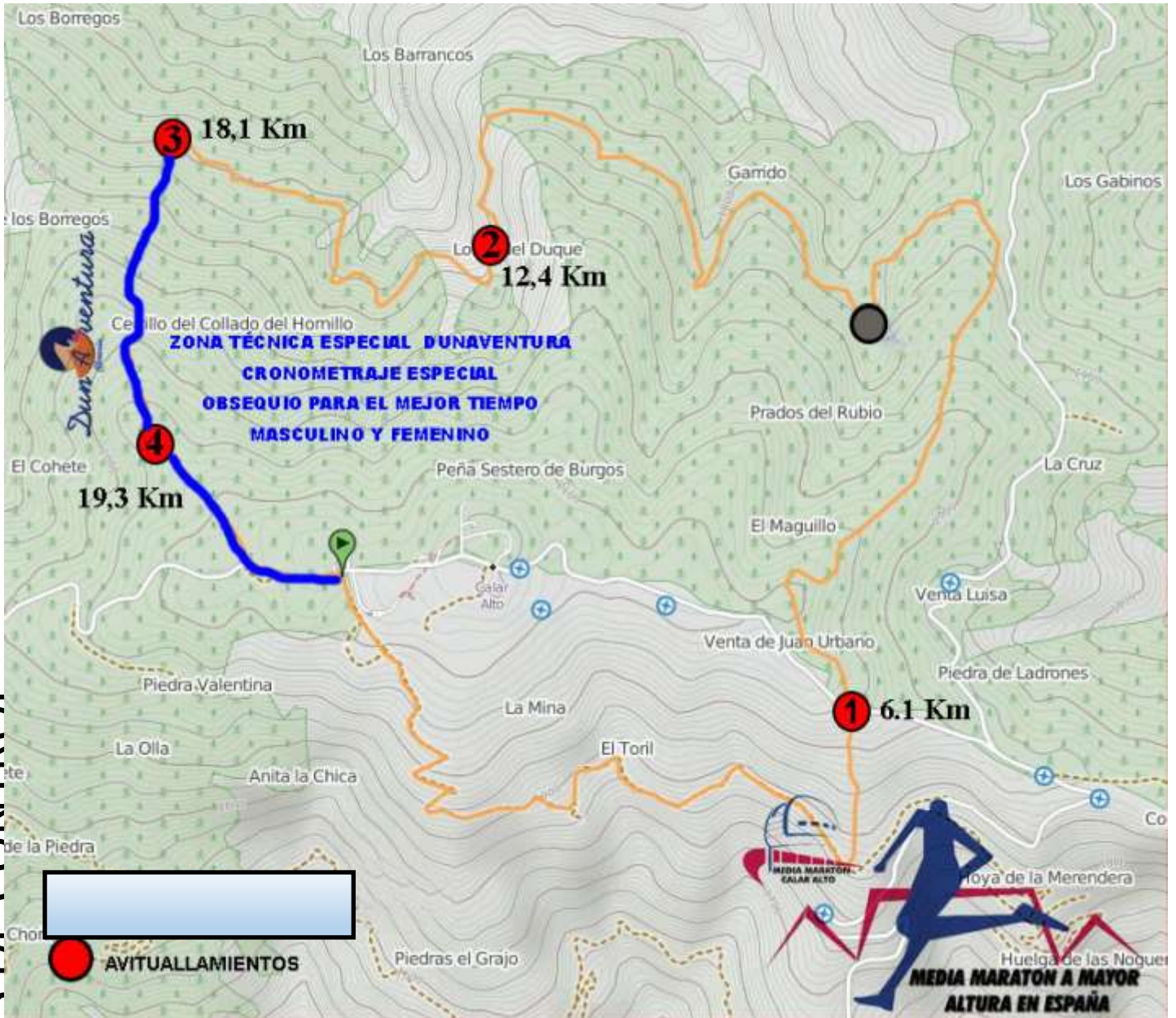
SALIDA ESCALONADA CADA MINUTO: 11.00

ENTREGA DE TROFEOS: 14:00

CIERRE DE META: 14:30



RECORRIDO



OS DE CONTROL





EXCMO. AYUNTAMIENTO DE GÉRGAL



Calar Alto



DIPUTACIÓN DE ALMERÍA



LA GERGALEÑA
PRODUCTOS ARTESANALES



FEDERACIÓN ANDALUZA
DE MONTAÑISMO



EVENTOS CON
BUEN
AMBIENTE
Coca-Cola