

**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ**  
**ΟΔΗΓΙΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟΥ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ**  
**ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ ΣΤΙΒΟΥ**  
**ΙΩΑΝΝΙΝΑ, Εθνικό Στάδιο ΖΩΣΙΜΑΔΩΝ**

## **ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ**

### **ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ & ΣΥΝΟΔΩΝ ΣΥΛΛΟΓΟΥ**

Οι Σύλλογοι θα πρέπει να αποστείλουν στον ΣΕΓΑΣ (e-mail: [development@segas.gr](mailto:development@segas.gr)) σχετική κατάσταση που θα αναγράφονται **ΜΟΝΟ** τα ονόματα των προπονητών που συνοδεύουν τους αθλητές στο Πρωτάθλημα καθώς και του **ΕΝΟΣ** και μοναδικού εκπροσώπου τους μέχρι την **Πέμπτη 30 Ιουλίου 2020**.

### **ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΤΗΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ**

Η είσοδος αθλητών – αθλητριών και συνοδών από κάθε σύλλογο θα γίνεται **ΜΟΝΟ** από την **Κεντρική Πύλη** του Ε.Σ ΖΩΣΙΜΑΔΩΝ (θύρα 2).

### **ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΕΙΣΟΔΟΥ**

- ✓ Για τη διευκόλυνση της διαδικασίας εισόδου και προκειμένου να μην παρατηρηθούν καθυστερήσεις κατά την είσοδο, με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν και καθυστερήσεις στη διεξαγωγή των αγωνισμάτων, ο υπεύθυνος του Συλλόγου **ΥΠΟΧΡΕΟΥΤΑΙ** να καταθέσει στους υπεύθυνους του σημείου ελέγχου, στην είσοδο του σταδίου, πλήρως συμπληρωμένο και υπογεγραμμένο το έντυπο της ΓΓΑ «**Κατάλογος εισερχομένων - εξερχομένων στην εγκατάσταση**» (βλέπε συνημμένο έντυπο 1). Η μη κατάθεση του εντύπου επιφέρει αποκλεισμό του Συλλόγου από τη διοργάνωση.

**Το έντυπο αυτό κατατίθεται από τον κάθε Σύλλογο σε κάθε αγωνιστική περίοδο το Σάββατο 1 και την Κυριακή 2 Αυγούστου 2020 καθώς και κατά την επίσημη προπόνηση η οποία θα διεξαχθεί την Παρασκευή 31 Ιουλίου 2020 (17:30-20:00).**

- ✓ Όλοι οι εμπλεκόμενοι με τη διοργάνωση, αθλητές, προπονητές, κριτές, προσωπικό κ.α. θα παραδίδουν στους υπεύθυνους του σημείου ελέγχου, στην είσοδο του σταδίου, **Υπεύθυνη Δήλωση** συμπληρωμένη και υπογεγραμμένη εκ των προτέρων, στην οποία θα αναφέρουν ότι δεν έχουν κάποιο από τα συμπτώματα που χαρακτηρίζουν την COVID-19 (βλέπε συνημμένο έντυπο 2).

### **ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΣΤΙΣ ΕΞΕΔΡΕΣ ΤΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ**

Όσοι παρευρίσκονται στις εξέδρες του Σταδίου θα πρέπει απαραίτητα **να φορούν μάσκα και να τηρούν τις προβλεπόμενες αποστάσεις μεταξύ τους.**

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ

### **ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ: Παρασκευή 31 Ιουλίου 2020**

Την **Παρασκευή 31 Ιουλίου** η εγκατάσταση θα διατεθεί στους Συλλόγους για προπόνηση των αθλητών από **17:30 – 20:00**. Οι διαδικασίες που θα ακολουθηθούν θα είναι οι ίδιες με αυτές που αναφέρονται και κατά τη διάρκεια διεξαγωγής της διοργάνωσης.

### **ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ: Σάββατο 1 και Κυριακή 2 Αυγούστου 2020**

- Εισέρχονται στην εγκατάσταση φορώντας μάσκα, την οποία θα βγάλουν **ΜΕΤΑ** τη δήλωση της παρουσίας τους στην Αίθουσα Κλήσης και **ΠΡΙΝ** το ξεκίνημα της προθέρμανσης,
- Φροντίζουν κατά την είσοδό τους στο Στάδιο, να έχουν μαζί τους τα προσωπικά τους απολυμαντικά χεριών (πλέον αυτών που θα διατεθούν από τον διοργανωτή) καθώς και αριθμό масκών, τα οποία θα χρησιμοποιήσουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο Στάδιο,
- Προσέρχονται στην Αίθουσα Κλήσης σύμφωνα με το ωρολόγιο πρόγραμμα λειτουργίας της ανά αγώνισμα και φορώντας τη μάσκα τους,
- Παραδίδουν στους υπευθύνους της Αίθουσας Κλήσης (Γραφεία ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΗΠΕΙΡΟΥ - εκκίνηση 150μ), προκειμένου να ολοκληρωθεί η επιβεβαίωση της συμμετοχής τους, την **ιατρική βεβαίωση η οποία θα έχει υπογραφεί από τον γιατρό όπως ορίζει το πρωτόκολλο, 48 ώρες πριν τη διεξαγωγή του αγωνίσματος στο οποίο μετέχουν (βλέπε συνημμένο έντυπο 3)**, σε περίπτωση που μετέχουν σε αγωνίσματα που δεν διεξάγονται σε διαδρόμους (**πάνω από 400μ. και αγωνίσματα Σκυταλοδρομιών**),
- Μετά τη δήλωση της παρουσίας στην Αίθουσα Κλήσης κατευθύνονται προς τους χώρους προθέρμανσης που έχουν οριστεί από τους διοργανωτές, όπου θα μπορούν να αποθέσουν τη μάσκα τους στους ειδικούς κάδους απορριμμάτων που θα έχουν τοποθετηθεί στον χώρο για τον σκοπό αυτό και να ξεκινήσουν την προθέρμανσή τους,
  - 1. Κλειστή αίθουσα
  - 2. Πίσω από την κερκίδα στο πέταλο του τερματισμού (έχει διαμορφωθεί ειδικός χώρος)
  - 3. Κάτω από την Αίθουσα Κλήσης και πίσω από το δυτικό πέταλο
- Ακολουθούν τις οδηγίες των Κριτών για την ώρα καθώς και τη διαδικασία εισόδου στον αγωνιστικό χώρο και πάντα συνοδεία Κριτών,
- Κατά τη διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων κονίστρας οι αθλητές καθαρίζουν τα χέρια τους και τα πλένουν με αντισηπτικό πολύ συχνά,
- Οι αθλητές που μετέχουν στα ριπτικά αγωνίσματα θα πρέπει να χρησιμοποιούν την προσωπική τους μαγνησία καθώς και να μην χρησιμοποιούν το σάλιο τους, απ' ευθείας στο όργανο ή στα χέρια τους για να αποκτήσουν πιο σταθερή λαβή,
- Οι αθλητές που μετέχουν στα αγωνίσματα των Καθέτων Αλμάτων φροντίζουν για την προμήθεια προσωπικού καλύμματος επικάλυψης του στρώματος, το οποίο και θα πρέπει απαραίτητα να έχουν μαζί τους. Σε διαφορετική περίπτωση το στρώμα προσγείωσης και ο πήχης θα απολυμαίνονται από το προσωπικό της διοργάνωσης.

## ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

- Μετά την ολοκλήρωση του αγωνίσματός τους απολυμαίνουν τα χέρια τους με αντισηπτικό και αποφεύγουν τις κοινωνικές επαφές (εναγκαλισμοί κ.α.) και συζητήσεις με τους συναθλητές τους και γενικότερα με άτομα που βρίσκονται εντός ή εκτός του αγωνιστικού χώρου,
- Τοποθετούν τα χρησιμοποιημένα ρούχα τους σε ατομικό σάκο και απομακρύνονται όσο γίνεται πιο γρήγορα από τον τόπο διεξαγωγής του αγώνα,
- Μεταβαίνουν στο χώρο όπου θα πραγματοποιήσουν την αποθεραπεία τους (**ίδιοι χώροι με την προθέρμανση**) και αμέσως μετά ή αποχωρούν από το Στάδιο ή μεταβαίνουν στις εξέδρες για να παρακολουθήσουν τα υπόλοιπα αγωνίσματα κρατώντας τις αποστάσεις και φορώντας τη μάσκα τους,
- Οι τρεις πρώτοι νικητές κάθε αγώνα μετά την εκφώνηση των επίσημων αποτελεσμάτων θα πρέπει να προσέρχονται στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο που θα βρίσκεται **πίσω από την αφετηρία των 100μ.** ώστε να παραλαμβάνουν τα έπαθλά τους. Σε κάθε περίπτωση θα πρέπει να προσέρχονται φορώντας τη μάσκα τους και τηρώντας τις προβλεπόμενες αποστάσεις,
- Επιστρέφοντας στην κατοικία ή στο ξενοδοχείο διαμονής τους αερίζουν για τουλάχιστον 3 ώρες τα ρούχα τους και στη συνέχεια αν υπάρχει η δυνατότητα τα πλένουν σε θερμοκρασία 60 – 90 βαθμούς με καλό στέγνωμα.
- Φροντίζουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο Στάδιο για την τήρηση των προβλεπόμενων αποστάσεων ασφαλείας που ορίζονται από τον ΕΟΔΥ και πάντα τηρώντας την αρχή της **ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ**.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΟΥΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

Οι προπονητές και οι συνοδοί των Συλλόγων θα πρέπει να φροντίζουν για τα παρακάτω:

### ΠΡΙΝ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

- Φροντίζουν για τη συμπλήρωση του καταλόγου Εισερχομένων – Εξερχομένων με τα πλήρη στοιχεία των μελών του Συλλόγου τους (**βλέπε συνημμένο έντυπο 1**),
- Φροντίζουν όλα τα μέλη του Συλλόγου τους να συμπληρώσουν εκ των προτέρων την Υπεύθυνη Δήλωση, ατομικά ο καθένας, στην οποία θα αναφέρουν ότι δεν έχουν κάποιο από τα συμπτώματα που χαρακτηρίζουν την COVID-19 (**βλέπε συνημμένο έντυπο 2**),
- Φροντίζουν να ενημερώσουν όλα τα μέλη τους που συμμετέχουν στη διοργάνωση (με οποιαδήποτε ιδιότητα) για τις νέες διαδικασίες διεξαγωγής των αγώνων καθώς και για τα απαραίτητα υλικά που θα πρέπει να έχουν μαζί τους (π.χ. προσωπικό αντισηπτικό, μάσκες, προσωπικό κάλυμμα στρώματος κοντώ ή ύψους κ.α.).

### ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

- Φροντίζουν κατά την είσοδο στην εγκατάσταση να παραδίδουν πλήρως συμπληρωμένο και υπογεγραμμένο τον **Κατάλογο Εισερχομένων – Εξερχομένων, που ορίζει η Γ.Γ.Α. (συν. 1)** και αφορά τα μέλη του Συλλόγου τους που μετέχουν στη διοργάνωση.
- Φροντίζουν όλα τα μέλη του Συλλόγου να παραδώσουν, ξεχωριστά ο καθένας, στην είσοδο του Σταδίου την Υπεύθυνη Δήλωση (**συν. 2**).

- Εισέρχονται στην εγκατάσταση φορώντας μάσκα την οποία και διατηρούν καθ' όλη τη διάρκεια παραμονής τους στο Στάδιο,
- Κατά την είσοδό τους στο Στάδιο, φροντίζουν να έχουν μαζί τους τα προσωπικά τους απολυμαντικά χεριών καθώς και αριθμό μασκών τα οποία θα χρησιμοποιήσουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο Στάδιο,
- Καθ' όλη τη διάρκεια παραμονής τους στο Στάδιο **παραμένουν στην εξέδρα και δεν συνοδεύουν τους αθλητές τους στην Αίθουσα Κλήσης και στο προθερμαντήριο,**
- Φροντίζουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο Στάδιο για την τήρηση των προβλεπόμενων αποστάσεων ασφαλείας που ορίζονται από τον ΕΟΔΥ και πάντα τηρώντας την αρχή της **ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ.**

**ΟΛΟΙ ΟΙ ΕΜΠΛΕΚΟΜΕΝΟΙ ΜΕ ΤΗ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΑΒΟΥΝ ΥΠΟΨΗ ΤΟΥΣ ΤΙΣ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΕΙΣ ΠΟΥ ΤΥΧΟΝ ΘΑ ΠΡΟΚΥΨΟΥΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΛΕΓΧΟΥΣ ΕΙΣΟΔΟΥ ΣΤΗΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ. ΓΙΑ ΤΟΝ ΛΟΓΟ ΑΥΤΟ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΦΡΟΝΤΙΣΟΥΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΚΑΙΡΗ ΑΦΙΞΗ ΣΤΗΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΝΑ ΜΗΝ ΥΠΑΡΞΟΥΝ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΛΗ ΡΟΗ ΤΟΥ ΩΡΟΛΟΓΙΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.**

#### **Συνημμένα:**

1. Κατάλογος Εισερχομένων – Εξερχομένων
2. Υπεύθυνη Δήλωση
3. Ιατρική Βεβαίωση (για τα αγωνίσματα που απαιτείται)

**Το παρόν σημείωμα είναι περίληψη και διευκρίνηση, από το υγειονομικό πρωτόκολλο διεξαγωγής αγώνων Στίβου που ισχύει μέχρι σήμερα.**