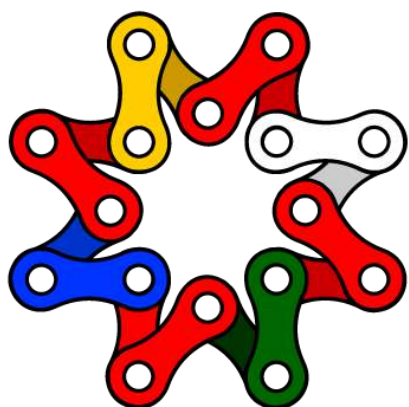


ASSOCIAÇÃO DE  
**CICLISMO**  
DA MADEIRA

**COVID-19**

MANUAL DE BOAS  
PRÁTICAS  
REGRESSO COMPETIÇÃO

Junho 2020



ASSOCIAÇÃO DE  
**CICLISMO**  
DA MADEIRA

**COVID-19**

Enduro e Downhill

Tendo em conta o panorama atual nacional e internacional causado pelo novo coronavírus COVID-19, este manual pretende estabelecer um conjunto de recomendações e normas de boas práticas a ter em conta no retorno da atividade competitiva no âmbito da modalidade velocipédica.

Este Manual de Boas Práticas, elaborado por esta associação após reunião de trabalho com representante de comissários, clubes, atletas e departamento médico da Associação de Ciclismo da Madeira, fornece informações sobre as medidas de prevenção e procedimentos a adotar.

Todos os procedimentos foram estabelecidos com base nas orientações da Direção Geral de Saúde em colaboração com a Federação Portuguesa de Ciclismo.

Com as diretrizes deste documento pretendemos que não se descure a segurança dos atletas e dos agentes desportivos, assim como dos colaboradores que contactem com a modalidade.

## **I - ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA MADEIRA**

Obrigatório uso de máscara para staff; comissários; secretariado; público; marshalls e outros elementos de apoio enquanto o evento se desenrolar.

### **STAFF E SECRETARIADO**

Os elementos de staff e secretariado devem estar sempre com máscara colocada e luvas e serem portadores de gel desinfetante.

Devem desinfetar todo o material por eles utilizado antes e após a sua utilização.

O transporte dos elementos deve ser realizado respeitando as normas das autoridades (2/3 da capacidade da viatura com distanciamento social).

### **COMISSÁRIOS**

Os comissários devem estar sempre com máscara colocada, viseira e luvas no manuseamento do material utilizado e serem portadores de gel desinfetante.

Devem desinfetar todo o material por eles utilizado antes e após a sua utilização.

O transporte dos elementos deve ser realizado respeitando as normas das autoridades (2/3 da capacidade da viatura com distanciamento social).

## **SECRETARIADO DA PROVA**

Nesta área será mantido o distanciamento social (2 metros) que está devidamente sinalizado. Preferencialmente deverá ser o diretor desportivo de cada equipa a dirigir-se a esta zona. Os atletas individuais devem cumprir as regras de segurança. O uso de máscara é obrigatório e deve estar sempre colocada.

## **II – CLUBES**

Base de respeito e obrigatoriedade no cumprimento das normas sanitárias: distanciamento social, uso de máscara, desinfeção das mãos.

Transporte dos atletas e restante staff com limitação da lotação dos veículos a 2/3 da sua capacidade.

Responsabilidade atribuída às equipas em garantirem o transporte dos seus atletas para as zonas de partida.

Transporte de kit individual de desinfetante e máscara como parte integrante da indumentária/equipamento considerado obrigatório para realizar a prova. Todos os atletas e demais dirigentes dos clubes devem ter este kit.

Desinfecção do volante, selim e quadro antes do transporte da respetiva bicicleta para a zona de partida. (Downhill).

Obrigatório uso de máscara para os atletas que não estejam a treinar/competir.

Distanciamento de pelo menos 5 metros entre os atletas que circulam nas ligações entre PECs sem obrigatoriedade do uso de máscara (Enduro).

Distanciamento entre atletas a definir pelo grupo de comissários na zona de partida.

No final de cada PEC, o atleta prossegue o trajeto definido evitando o risco de ajuntamentos.

Permitida montagem dos paddock das respetivas equipas, salvaguardando o cumprimento das regras sanitárias: distanciamento social, uso de máscara, desinfecção das mãos.

Cada atleta deve ter um kit individual (máscara e álcool gel) sempre consigo desde o início ao fim da prova.

Em caso de avaria/queda/outra ocorrência durante o trajeto em treino ou prova, o atleta (se estiver em condições de autonomia) deverá colocar máscara.

### **III – PROVA**

Reunião antes da prova realizada com o comissário, autoridades, representante da equipa de resgate e diretores desportivos, respeitando as regras sanitárias distanciamento social, uso de máscara, desinfecção das mãos.

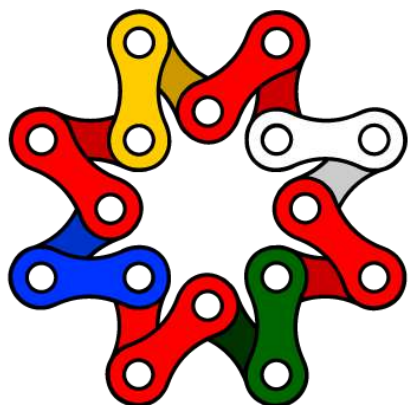
No Downhill e após cada descida o atleta deve manter-se sempre junto da sua bicicleta e manter o afastamento social.

Zona(s) de abastecimento (Enduro) providas de kits individuais para cada atleta devidamente embalados em sacos de forma a evitar manipulação de produtos alimentares.

Proibição da presença de cenário de final de prova, incluindo pódio, cerimónia de entrega de prémios, estruturas ambulantes de venda de comida e/ou bebida, prevenindo o risco de ajuntamentos.

Não será afixada classificação. Classificação será entregue a cada diretor desportivo e posteriormente publicada na página da associação.

Atletas individuais responsabilizam-se pelo seu transporte respeitando a regra dos 2/3 de lotação.



ASSOCIAÇÃO DE  
**CICLISMO**  
DA MADEIRA

**COVID-19**

Estrada e Crosscountry



Tendo em conta o panorama atual nacional e internacional causado pelo novo coronavírus COVID-19, este manual pretende estabelecer um conjunto de recomendações e normas de boas práticas a ter em conta no retorno da atividade competitiva no âmbito da modalidade velocipédica.

Este Manual de Boas Práticas, elaborado por esta associação após reunião de trabalho com representante de comissários, clubes, atletas e departamento médico da Associação de Ciclismo da Madeira, fornece informações sobre as medidas de prevenção e procedimentos a adotar.

Todos os procedimentos foram estabelecidos com base nas orientações da Direção Geral de Saúde em colaboração com a Federação Portuguesa de Ciclismo.

Com as diretrizes deste documento pretendemos que não se descure a segurança dos atletas e dos agentes desportivos, assim como dos colaboradores que contactem com a modalidade.

## **I - ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA MADEIRA**

Obrigatório uso de máscara para staff; comissários; secretariado; público e outros elementos de apoio enquanto o evento se desenrolar.

### **STAFF E SECRETARIADO**

Os elementos de staff e secretariado devem estar sempre com máscara colocada e luvas e serem portadores de gel desinfetante.

Devem desinfetar todo o material por eles utilizado antes e após a sua utilização.

O transporte dos elementos deve ser realizado respeitando as normas das autoridades (2/3 da capacidade da viatura com distanciamento social).

### **COMISSÁRIOS**

Os comissários devem estar sempre com máscara colocada, viseira e luvas no manuseamento do material utilizado e serem portadores de gel desinfetante.

Devem desinfetar todo o material por eles utilizado antes e após a sua utilização.

O transporte dos elementos deve ser realizado respeitando as normas das autoridades (2/3 da capacidade da viatura com distanciamento social).

## **SECRETARIADO DA PROVA**

Nesta área será mantido o distanciamento social (2 metros) que está devidamente sinalizado. Preferencialmente deverá ser o diretor desportivo de cada equipa a dirigir-se a esta zona. Os atletas individuais devem cumprir as regras de segurança. O uso de máscara é obrigatório e deve estar sempre colocada.

## **II – CLUBES**

Base de respeito e obrigatoriedade no cumprimento das normas sanitárias: distanciamento social, uso de máscara, desinfeção das mãos.

Transporte dos atletas e restante staff com limitação da lotação dos veículos a 2/3 da sua capacidade.

Responsabilidade atribuída às equipas em garantirem o transporte dos seus atletas para as zonas de partida.

Transporte de kit individual de desinfetante e máscara como parte integrante da indumentária/equipamento considerado obrigatório para realizar a prova. Todos os atletas e demais dirigentes dos clubes devem ter este kit.

Obrigatório uso de máscara para os atletas enquanto não estejam a competir.

Distanciamento entre atletas a definir pelo grupo de comissários na zona de partida.

Permitida montagem dos paddock das respetivas equipas, salvaguardando o cumprimento das regras sanitárias: distanciamento social, uso de máscara, desinfeção das mãos.

Cada atleta deve ter um kit individual (máscara e álcool gel) sempre consigo desde o início ao fim da prova.

Em caso de avaria/queda/outra ocorrência durante a prova, o atleta (se estiver em condições de autonomia) deverá colocar máscara.

### III – PROVA

#### ESTRADA E CROSSCOUNTRY

Não haverá assinatura de livro de ponto. Cada diretor desportivo compromete-se a atestar que os atletas estão devidamente equipados cumprindo todas as normas de segurança (bicicleta e capacete).

O equipamento desportivo (capacete, bicicleta e seus componentes) é para uso exclusivo de cada atleta não podendo ser partilhado ou cedido.

Em caso e avaria durante a competição o atleta avariado não poderá trocar bicicleta/material com outro colega da equipa. A assistência só poderá ser dada pela viatura da equipa devidamente credenciada no caso da vertente de **ESTRADA**, ou nas boxes autorizadas para o **CROSSCOUNTRY**.

A partida para a prova será por linhas com os atletas lado a lado (aproveitando a largura da via) e mantendo 1 metro de distância com o atleta que está ao seu lado.

Nas provas de estrada cada equipa só poderá ter um carro de apoio com um máximo de dois ocupantes devidamente credenciados pela Associação de Ciclismo da Madeira que deverão estar sempre com a máscara colocada e mantendo a distância social.

Os bidons de água para fornecer aos atletas durante a prova, devem ser desinfetados e estar devidamente identificados com o nome do atleta. Cada bidon é individual e não pode em qualquer situação ser partilhado.

Cada atleta é responsável pelo seu abastecimento líquido e sólido durante a competição de estrada. Caso necessite deste tipo de apoio e depois deste estar aberto, deverá solicitar ao Presidente do Comissário o apoio da sua viatura de modo a ser abastecido.

Proibição da presença de cenário de final de prova, incluindo pódio, cerimónia de entrega de prémios, estruturas ambulantes de venda de comida e/ou bebida, prevenindo o risco de ajuntamentos.

Não será afixada classificação. Classificação será entregue a cada diretor desportivo e posteriormente publicada na página da associação.

## **CONTRARRELÓGIO E CRONO ESCALADA**

Cada diretor desportivo compromete-se a atestar que os atletas estão devidamente equipados cumprindo todas as normas de segurança (bicicleta e capacete).

O equipamento desportivo (capacete, bicicleta e seus componentes) é para uso exclusivo de cada atleta não podendo ser partilhado ou cedido.

A partida para cada prova é individual e os atletas deverão permanecer na zona de partida, mantendo o distanciamento social e ter sempre a máscara colocada.

Após cada prova o atleta deve manter-se sempre junto da sua bicicleta e manter o afastamento social. Deve também colocar a máscara.

Proibição da presença de cenário de final de prova, incluindo pódio, cerimónia de entrega de prémios, estruturas ambulantes de venda de comida e/ou bebida, prevenindo o risco de ajuntamentos.

Não será afixada classificação. Classificação será entregue a cada diretor desportivo e posteriormente publicada na página da associação.