



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## **PROTOCOLO Y GUÍA DE ACTUACIÓN PARA EL XXXIV GRAN PREMIO INTERNACIONAL DE MARCHA CANTONES A CORUÑA**

El protocolo y la guía de actuación que se incluyen en el presente documento se han desarrollado utilizando la mejor información disponible y considerando la normativa vigente en el momento de su redacción, siendo esta de obligado cumplimiento. Las recomendaciones han sido adaptadas a la particularidad del atletismo y de su complejo sistema organizativo y competitivo.

El presente documento es una «herramienta viva» abierta a cambios normativos, mejoras y actualizaciones, por tanto, su contenido puede estar sujeto a futuras modificaciones.



## 1. Índice

INTRODUCCIÓN .....	3
1. CONSIDERACIONES GENERALES .....	4
1.1 Objetivos concretos del documento .....	4
1.2 Medidas de prevención general .....	4
1.3 Responsabilidad Individual .....	5
1.4 Recursos materiales .....	6
1.5 Medidas informativas .....	6
2. EVALUACIÓN Y REDUCCION DE RIESGOS .....	6
2.1 Reducción de riesgos .....	6
3. CONTROLES DE SALUD .....	7
Medidas generales de control .....	7
4. DISPOSICIONES Y MEDIDAS SANITARIAS .....	8
5. COMUNICACIÓN Y CONCIENCIACIÓN .....	8
6. FASES DE LA ORGANIZACIÓN .....	9
Fase I: Precompetición .....	9
Fase II Competición .....	10
Fase III. POST COMPETICIÓN .....	16
7. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL GP MARCHA CANTONES .....	17
8. REGLAMENTO DE LA PRUEBA .....	20
9. REFERENCIAS .....	22



## INTRODUCCIÓN

El presente documento muestra una serie de medidas preventivas y guías de actuación para la organización segura del XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha. Las medidas aportadas en este documento, no exime en ningún caso del estricto cumplimiento de las medidas establecidas por las autoridades sanitarias competentes.

Este recoge directrices y medidas a aplicar en el XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha para minimizar los riesgos de contagio del virus COVID-19.

Esto implicará necesariamente que la conducta de todas las personas involucradas en la organización, incluidos los participantes, no podrá ser igual a las pautas de conductas anteriores a la pandemia.

Por ello la organización presenta el "Protocolo y la guía de Actuación para la Organización del XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha en el entorno del COVID-19" dentro de los principios de prudencia, responsabilidad y compromiso cívico que están alineados con las medidas de obligado cumplimiento establecidas por el estado de alarma y el protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional (temporada 2020-2021) del CSD, cuyo ámbito de aplicación abarca las competiciones oficiales de ámbito internacional que se celebren en el territorio del Estado, incluidas en el calendario de la Federación internacional correspondientes, así como las Órdenes Ministeriales en las que se establecen las condiciones para la práctica y la competición del deporte profesional y federado.

Desde la organización se considera la conveniencia y necesidad de que toda la actividad del atletismo; entrenamientos al aire libre o en instalaciones cubiertas, eventos deportivos y competiciones (estos últimos cuando se autorice su celebración) estén dotados de todas las medidas de seguridad para evitar posibles contagios y propagación del virus, tanto a los atletas, como a todos los miembros implicados en el desarrollo del evento.

El "Protocolo y la guía de Actuación para la Organización del XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha en el entorno del COVID-19" podrá ser adaptado en nuevas versiones en relación a las sucesivas órdenes ministeriales u otras normas, instrucciones y recomendaciones específicas que pueda emitir el Ministerio de Sanidad, la Xunta de Galicia y el Ayuntamiento de A Coruña. Las medidas estarán sujetas a las directrices y nuevos datos que se vayan aportando por parte de la comunidad científica y, por lo tanto, sujetas a cambios y modificaciones.

Se apela, por tanto, a la responsabilidad individual de cada uno de los participantes y personas involucradas en la organización siendo estos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando la organización cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas en éste.

En relación con la adquisición y disponibilidad de material médico y de desinfección, así como de equipos para realizar pruebas o test, en todo momento se estará a lo dispuesto por el Ministerio de Sanidad y a la debida observancia de la orden SND/344/2020, de 13 de abril, por la que se establecen medidas excepcionales para el refuerzo del sistema nacional de salud y la contención de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

Las siguientes medidas han sido emitidas por la organización utilizando la retroalimentación colectiva de diferentes partes interesadas del atletismo.



Estas medidas son aplicables para el XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha. El principal objetivo de la organización es priorizar la protección de la salud y la seguridad de todos los atletas, entrenadores, jueces, voluntarios y personal de la organización. Por ello un equipo destinado velará por el cumplimiento de todas las medidas con un coordinador general en materia de COVID.

Estas medidas se actualizarán continuamente de acuerdo con la información más reciente de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes.

## 1. CONSIDERACIONES GENERALES

### 1.1 Objetivos concretos del documento

Informar al personal de la organización, atletas, entrenadores y resto de personas relacionadas con la actividad de las medidas que se van a llevar a cabo, para que se minimicen las posibilidades de infección por COVID-19.

### 1.2 Medidas de prevención general

- Los atletas, entrenadores, jueces y resto de personal de organización han de mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.
- Es obligatorio del uso de mascarilla quirúrgica siempre que sea posible (los atletas no la llevarán cuando estén compitiendo). No se autorizan las mascarillas de tela.
- Las personas diagnosticadas por COVID-19, aún asintomáticos, que no hayan superado la enfermedad y que no cuenten con el alta médica, no podrán participar en el campeonato.
- Separación física (al menos 1,5 metros) de atletas, entrenadores, jueces, y personal de apoyo.
- No habrá espectadores en el XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha, las personas acreditadas asistentes deben seguir las reglas de distanciamiento social que solicitan las autoridades de salud pública competentes.
- Para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo se les recomienda extremar las medidas preventivas y/o no acudir al evento.
- Se hará a todos los participantes (atletas, entrenadores, jueces y resto de personal) una medición de temperatura corporal cada vez que accedan al circuito.
- Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Se deberá hacer uso en todo momento de la mascarilla. Se debe retirar solo cuando sea imposible llevarlos para la realización de la actividad deportiva por parte de los atletas (Durante la realización del calentamiento se llevará puesta y correctamente colocada).
- Antes y después de cada actuación en la competición o actividad organizativa es muy importante la desinfección de las manos con gel hidro-alcohólico.



- Usar gel hidro-alcohólico, y productos para la limpieza y desinfección del material que se ha utilizado. En Cámara de Llamadas los atletas al entrar deberán usar el gel hidro-alcohólico.
- Los atletas han de responsabilizarse individualmente de portar mascarilla, recomendando el uso de gel hidroalcohólico personal.
- Se insiste en una hidratación más frecuente. Botellas de uso individual y personalizadas.
- Los atletas no compartirán material (incluyendo cronómetros, pulsómetros, artefactos, o cualquier otro tipo de material), en caso de ser así, han de ser desinfectados previamente.
- Los atletas no compartirán bebidas, otros alimentos, linimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios. Han de utilizar botellas de uso individual.
- Se han de respetar en todo momento los horarios, circulaciones y espacios de entrenamiento, calentamiento y/o competición asignados para cada atleta.
- Durante la actividad se mantendrán en todo momento las distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.
- Se deben respetar y cumplir todas las medidas de seguridad indicadas por las autoridades sanitarias competentes.

## 1.3 Responsabilidad Individual

- Los participantes deben tratar de mantener al menos 1,5 metros de distancia con otras personas, particularmente aquellos que se sienten mal y tienen tos o estornudos o pueden tener fiebre.
- Evite dar la mano o abrazarse.
- Como recordatorio general, también es importante que cada atleta, entrenador y oficial de equipo conozca las indicaciones y recomendaciones de la organización.
- Es imprescindible para los atletas rellenar y aceptar la cláusula de participación (Declaración Responsable). En el caso de las personas acreditadas también deberán aceptar la cláusula de participación.

### Recomendaciones básicas de higiene y seguridad de la OMS



Si tienes síntomas, quédate en casa y sídate en tu habitación



Mantén 2 metros de distancia entre



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser



## 1.4 Recursos materiales

La organización llevará a cabo los procedimientos necesarios para aprovisionarse de los recursos materiales que sean necesarios, de acuerdo con el resultado de la evaluación de riesgos y el plan de contingencia diseñado, y teniendo en cuenta en todo caso las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

La organización hará que los voluntarios, personal de la organización, jueces y resto de personas acreditadas que estén en contacto con los atletas utilicen mascarillas.

La organización solo es responsable de proporcionar mascarillas a los/as atletas, a su personal y voluntarios junto con una cantidad de contingencia para necesidades médicas. Todos los demás participantes y personas acreditadas deben traer su propio equipo.

## 1.5 Medidas informativas

La organización debe informar a todas las personas involucradas de las medidas de prevención establecidas para cada competición.

Se realizarán las siguientes medidas informativas:

- Información in situ. Colocar cartelería con medidas preventivas implantadas y pautas a seguir por cada grupo de usuarios.
- Utilizar la megafonía para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- Facilitar información a los participantes sobre los centros de asistencia sanitaria en la zona, con horarios y teléfonos de atención de emergencia.
- Información a través de todas las plataformas (Web, RRSS, medios asociados)

## 2. EVALUACIÓN Y REDUCCIÓN DE RIESGOS

### 2.1 Reducción de riesgos

- Reducir el número de personas expuestas.
- Tomar las medidas de prevención adecuadas.
- Establecer las medidas de higiene que eviten o dificulten la dispersión del virus.
- Identificar posibles personas portadoras para tomar las medidas pertinentes.
- Establecer planes de actuación ante posibles incidencias.
- Señalizar posibles zonas de alto riesgo donde el tiempo de permanencia sea el indispensable.



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## 3. CONTROLES DE SALUD

### Medidas generales de control

- Los atletas que compiten en una competición de atletismo deben controlar su estado de salud de manera continua (incluyendo tomar su temperatura y controlar cualquier síntoma) desde 14 días antes y durante la competición.
- Se recomienda que el personal médico del club o el particular de cada atleta que vaya a participar en una competición nacional o internacional, controle diariamente el estado de salud de sus atletas.
- Se realizarán controles de temperatura a la entrada del recinto para todos los atletas inscritos, entrenadores y el personal de la organización a fin de garantizar la identificación de aquellas personas con posibles riesgos adicionales.
- Se elaborará un listado de las personas que han accedido al circuito para poder localizar y poder comunicarse en caso de detección de algún positivo.





## 4. DISPOSICIONES Y MEDIDAS SANITARIAS

- Los geles hidro-alcohólicos serán accesibles en todas las áreas comunes y especialmente en las áreas de tratamiento médico y/o fisioterapia.
- Se asegurará la disponibilidad de termómetros (infrarrojos) para verificar todas las temperaturas de las personas acreditadas en los accesos.
- En el caso que se localice a una persona que enferme o se sospeche que está enferma durante la competición o el evento:
  - Con anterioridad a la celebración de la competición, se dispondrá una sala o zona de aislamiento para su valoración y atención por el responsable médico.
  - Para ello se establecerá un protocolo junto con las autoridades sanitarias, para determinar el lugar más adecuado para atender y aislar a una persona diagnosticada con posibles síntomas de COVID-19.
  - El área de aislamiento estará equipada con los suministros necesarios para facilitar las medidas de protección y de higiene requerida.
  - Se determinará cómo se notificará a todas las autoridades competentes y partes implicadas en el caso de que una persona presente síntomas compatibles con el COVID-19.
  - Se predeterminará los contactos de emergencias sanitarias con las autoridades locales.
  -

## 5. COMUNICACIÓN Y CONCIENCIACIÓN

- Se comunicará previamente a todo el personal de la organización, participantes y asistentes todas las disposiciones vigentes a través de las redes sociales, sitios web y los canales de comunicación de la organización.
- Se mostrarán avisos y advertencias sanitarias en el circuito de competición, hotel, etc, informando y recomendando que se extremen las medidas de higiene personal, incluyendo consejos sobre el lavado de manos y minimizando el contacto físico.
- Se utilizará la megafonía para la difusión de las medidas de obligado cumplimiento y recomendaciones.
- Se desarrollará una estrategia de comunicación de riesgos para COVID-19 antes de la competición.





## 6. FASES DE LA ORGANIZACIÓN

### Fase I: Precompetición

La página web oficial mostrará información acerca del protocolo preventivo COVID-19 en competición y pautas a seguir antes, durante y después de la competición.

La página web oficial también mostrará información directa o derivada de los síntomas COVID-19:

- Tos seca, fiebre, cefalea, gastroenteritis, anosmia, astenia, etc.

La página web oficial también mostrará información gráfica sobre las medidas:

- Cómo realizar la higiene de manos
- El manejo de la tos, no tocarse ojos, nariz y boca
- El uso de mascarilla

En caso de realizarse Test de Antígenos también deberá ser leído y firmado por cada participante para poder realizar la prueba conveniente.

- La responsabilidad de cada participante en el evento, siendo consciente cada participante de las condiciones de salud requeridas en el protocolo publicado por la organización.
- Conocimiento y compromiso de cumplimiento del protocolo en competición publicado por la organización.
- Compromiso de no acudir a competir en el caso de sufrir síntomas compatibles con COVID-19, extensivo, igualmente, a aquellos casos en que los síntomas hayan sido sufridos por terceros con los que la persona participante haya estado en contacto.
- Haberse realizado las pruebas que requieran las autoridades competentes en ese momento para competir.
- Asunción de posibles riesgos de contagio, exonerando a la organización de los posibles daños de ese contagio.
- El competidor podrá ser entrevistado en cualquier momento por los Servicios Médicos de la competición con el fin de realizar una encuesta de salud COVID19.

#### Sede de competición

- Limpieza y desinfección del área de competición constante y previo a la jornada. veces al día. Carpas, (carpas de zona de calentamiento, cámara de llamadas, zonas de Servicios Médicos, zona de recogida de participantes y de ropa, jueces u otras funciones).

#### Requisitos para atletas participantes

- Llevar mascarillas personales quirúrgicas o FFP2 no autorizándose las de tela.



- Se recomienda la utilización de gel hidro-alcohólico personal.
- Se pedirá llevar la declaración responsable para la entrega del dorsal de competición, al igual que la autorización para la realización del test de antígenos (que se llevará a cabo el mismo día antes de la competición).

Presentación y rueda de prensa previas al evento:

- Siempre que se pueda realizar, cumpliendo medidas de higiene y distanciamiento social vigentes.
- Mascarillas desechables.
- Limpieza y desinfección previa del recinto y tras cada intervención.

## Fase II Competición

### 1. Sede e instalaciones

#### 1.1. Disposiciones Generales:

- Todos los espacios de trabajo y las instalaciones provistas se organizarán de manera que se respete el distanciamiento social y uso de mascarilla.
- En las entradas de los diferentes espacios habrá disponible gel hidro-alcohólico.
- Se proporcionarán contenedores cerrados con apertura de pedal para la eliminación segura de materiales higiénicos (por ejemplo, pañuelos de papel, toallas, productos sanitarios) en todas las salas.
- Se realizarán marcas en el suelo que facilite el mantenimiento de las distancias de seguridad, así como las circulaciones.
- Existirá una zona de aislamiento para un posible positivo.

Se establecerán una Zona 0: se define esta zona como el área donde solo tiene acceso personal que va a competir o tiene relación directa en la competición cumpliendo todas las medidas higiénicas y de desinfección establecidas.

#### 1.2 Zonas Técnicas

Presentación del Evento, Cronometraje, Gestión de Resultados.

- Todos los montajes y desmontajes de las zonas técnicas de la competición se registrarán por las mismas directrices en cuanto a medidas de higiene y seguridad establecidas.
- Obligatoriedad de uso de mascarillas en todas las zonas.
- Disposición de geles y soluciones hidro-alcohólicas.
- Limpieza y desinfección regular de todas las áreas y zonas técnicas.
- Separación mínima 1,5 metros entre cada posición de trabajo.



- Deben ser zonas amplias, a ser posible abiertas y de fácil acceso.
- La comunicación debe ser telemática o por teléfono.

## 2. Acreditaciones

- Se restringirá el número de personas dentro del área de competición. Las personas con acceso serán únicamente los responsables del avituallamiento personal, siempre estarán manteniendo la distancia social en relación con el espacio dispuesto para la recogida de acreditaciones y dorsales.
- Se realizarán marcas visibles en el suelo para que ayuden a respetar las distancias de seguridad a las personas que están esperando.
- En el caso de que las personas acreditadas no sigan los procedimientos de prevención establecidos en torno al COVID-19, se les podrá retirar su acreditación y se les pedirá que abandonen el lugar.
- Cualquier participante que no cumpla con los procedimientos de prevención establecidos en torno al COVID-19 no podrá participar en la competición y se le pedirá que abandone el lugar.

## 3. Personal y voluntarios

### 3.1. Personal

- Las reuniones colectivas del equipo de organización y sus voluntarios se reducirán al mínimo y las previas se harán de forma telemática.
- Todas las sesiones de formación o capacitación se realizarán a través de plataformas online. En caso contrario, se respetará el distanciamiento social exigido.
- Las condiciones de trabajo seguirán las recomendaciones vigentes de las autoridades sanitarias.
- Todo el personal implicado en el evento seguirá los criterios estipulados por las autoridades competentes.
- El personal de montaje seguirá los criterios estipulados para el personal de organización los días del evento. Se establece un plan para las tareas para no crear aglomeraciones inadecuadas en las zonas de trabajo.

### 3.2. Voluntarios

- Todos los voluntarios deben usar mascarillas.
- La organización asignará una función a cada voluntario, evitando en todo momento la rotación de funciones.
- Se habilitará una zona de voluntarios, donde se establecerán las mismas medidas de seguridad, higiene y alimentación que al resto de personal.



#### 4. Medios de Comunicación

- El número de representantes de los medios de comunicación acreditados será limitado para el evento, teniendo en cuenta el distanciamiento social y el espacio disponible.
- El número de medios a acreditar vendrá determinado en función de los espacios disponibles y la posibilidad de mantener la distancia social recomendada.
- No se entregará ninguna acreditación de prensa sin solicitud previa en los plazos establecidos.
- Se establece el uso obligatorio de mascarillas en todo momento.
- La zona de meta para fotógrafos estará situada a una distancia mínima de 5 m de la zona de llegada, se determinará un responsable de la organización para el control de los movimientos de los medios acreditados durante la celebración de la competición.
- En la Zona 0, los representantes de los medios deben mantener una distancia de 1,5m con los atletas en todo momento.
- Los representantes de los medios de comunicación deben pasar por el mismo proceso de evaluación de salud que el resto de los grupos acreditados.

#### 5. Jueces y oficiales técnicos

- La FGA reducirá el número del equipo de jueces y oficiales técnicos en la medida de lo posible.
- El uso de mascarilla será obligatorio.
- Distancia de, al menos, 1,5 m entre jueces antes, durante y después de la prueba.
- Los criterios de los nombramientos se realizarán en base a:

#### 6. Atletas

- Los atletas deben de llevar mascarillas obligatoriamente siempre que no estén compitiendo y pasar el test correspondiente (test de antígenos el mismo día de la prueba).
- Es obligatorio el uso de mascarillas durante el calentamiento y al finalizar la competición. La organización facilitará una mascarilla tras la entrada en meta.
- En zona de calentamiento, cámara de llamadas y desarrollo de la competición, deberá extremar las medidas de distanciamiento.
- Se recomienda tener un bote gel hidro-alcohólico personal.
- Será obligatorio la entrega de la declaración responsable.
- Se recomienda seguir todas las normas de higiene: Cubrirse la boca y nariz con el codo



antes de toser o estornudar. Nunca al suelo. O utilizar pañuelos de papel desechables.

- Se insiste en una hidratación más frecuente. Botellas de uso individual.
- Se evitará en lo posible cualquier otro tipo de contacto (choques de manos, saludos, abrazos)
- Se mantendrán los parámetros de distancia social vigentes (mínimo 1,5 metros de distancia).

## 7. Reuniones Técnicas

- Se organizarán el mínimo de reuniones técnicas previas a la competición, siendo recomendable la forma telemática, o bien el uso de espacios abiertos.
- Toda la información de la competición se proporcionará a los atletas vía online.

## 8. Inscripciones

- Todas las inscripciones se deben hacer de forma telemática.
- Se informará a los deportistas de las posibles medidas a tomar sobre toma de temperatura, pruebas de diagnóstico y posible comunicación de datos personales a las autoridades competentes si se detectasen infectados.

### 8.1. Otros servicios

- Servicio de fisioterapia: se facilitará servicios de fisioterapia para tratamientos de urgencias única y exclusivamente, en cuyo caso el atleta siempre deberá llevar puesta la mascarilla.

## 9. Competición

### 9.1. Cámara de llamadas

- El objetivo es que los atletas pasen el menor tiempo posible en el lugar.
- Los voluntarios, jueces y oficiales técnicos usarán mascarillas de forma obligatoria y guantes desechables donde se crea necesario.
- Se respetará la distancia de 1,5 m entre los atletas dentro de la cámara de llamadas y en el área de espera previo a la cámara (si existiera). Se pondrán marcas en el suelo para definir los espacios y distancias.
- Todos los controles de uniformidad y equipamiento deben realizarse de forma visual manteniendo una distancia de al menos 1,5 metros.
- Los jueces pueden necesitar realizar un control físico. En este caso, se facilitarán los medios para la desinfección para limpiar su equipamiento después de que los jueces hayan revisado su equipamiento.
- La cámara de llamadas sólo habrá un flujo de circulación y en una sola dirección. Se señalará de forma adecuada la entrada y salida.



- Se ubicará en un espacio amplio y abierto y con muy buena ventilación pudiendo ser al aire libre.
- Publicación de los horarios de cámara de llamadas para evitar aglomeraciones.
- La identificación de atletas se realizará mediante la presentación del documento acreditativo, se depositará sobre una mesa sin que haya contacto físico manteniendo una distancia de 1,5 metros entre atletas y jueces.
- La recogida de ropa se hará con bolsas desechables personalizadas con pegatina u otro elemento suficientemente visible.
- En la cámara de llamadas habrá dispensadores de gel y soluciones hidro-alcohólicas para la higiene de manos.

## 9.2. Servicios médicos

- Las zonas de atención médica deben de cumplir todas las normativas vigentes.
- Se situará cerca de la zona de competición.
- Uso de guantes y mascarilla apropiada, con protocolo adecuado de puesta y retirada.
- Se debe considerar el posible uso de pantallas, gorros, polainas desechables.
- Las camillas deben estar recubiertas con papel desechable, que se reemplazara en cada uso.

## 9.3. Control antidopaje

- Hay que cumplir todas las indicaciones y protocolos establecidos por la AEPSAD para la recogida de muestras.
- Será obligatorio que todas las personas que accedan a esta zona lo hagan con mascarilla.
- Se evitarán aglomeraciones dentro de la zona de Antidopaje, por lo que se deberá coordinar con los Servicios Médicos y equipo de asistente.
- La zona de recogida de muestras debe ser amplia y apartada de los flujos de circulación más utilizados.
- En la zona de espera se colocarán sillas individuales separas con una distancia mínima de 1,5 metros, procurando en todo momento que haya el menor número de personas que sea posible en el interior en sillas.
- Los puestos de recogida de información tendrán una separación mínima de 1,5 metros. En caso de que no sea posible se instalará mamparas de separación entre los mismos.
- Se dispondrán dispensadores de gel o soluciones hidro-alcohólicas.





## 10. Ceremonia de premiación

Entrega de trofeos a las 19:15 horas para la categoría femenina (después de la salida de 20Km masculina) y a las 20:45 la entrega de trofeos de la categoría masculina.

Se realizará de la siguiente manera:

- El pódium debe proporcionar una distancia de 1,5m entre los medallistas.
- Los atletas subirán al pódium y recogerán ellos mismos su medalla de la bandeja.
- Los atletas y autoridades utilizarán mascarillas durante la premiación.
- Solo se permitirá un VIP en el escenario para cada ceremonia y no tendrá contacto físico con los atletas.
- Se marcarán en el suelo las zonas de espera, con una distancia de 1,5 metros.
- Solo un voluntario participa en las ceremonias que prepara los trofeos en bandejas separadas para cada atleta.
- El voluntario deberá utilizar mascarilla y guantes desechables.
- El voluntario debe desinfectar las bandejas después de cada entrega.
- Deben evitarse los saludos de manos o los abrazos entre los atletas en todo momento.

## 11. Zona de autoridades

- Será obligatorio que se acceda a esta zona, con mascarilla y mantener una distancia de seguridad mínima de 1,5 metros.
- Habrá un solo flujo de entrada y salida a la zona.

## 12. Logística y montajes

- El responsable COVID velará por que se cumplan todas las medidas tanto en el ámbito sanitario como el laboral de todas las personas que conforman el equipo de organización.
- Si se provee comida o bebida, esta debe servirse en envases individualizados y cerrados.

## 13. Producción de streaming

- Obligatorio el uso de mascarilla el personal involucrado en la producción de la señal que este evento, así como mantener la distancia de seguridad de 1,5m.
- Las reuniones presenciales de coordinación en la sede con otros proveedores y la organización se harán al aire libre y manteniendo la distancia mínima de seguridad exigida.





Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## FASE III. POST COMPETICIÓN

- La salida de todos los grupos acreditados se hará de forma escalonada.
- Se anunciará por megafonía cómo debe hacerse la salida, y se recordarán todas las medidas de protección.
- Mantener todas las medidas de protección a la salida.
- Mantener las distancias de protección 1,5 metros en la salida.
- El plan de desmontaje se hará con las mismas medidas y parámetro que el plan de montaje.



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## 7. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL GRAN PREMIO INTERNACIONAL DE MARCHA CANTONES A CORUÑA

Los participantes deben conocer y asumir el riesgo inherente a la práctica deportiva en cuanto a un posible contagio y ello aun cuando la organización adopta toda una serie de medidas para que ello no se produzca.

En algunos casos la adopción de tales medidas por parte de la organización podrá llegar a alterar o modificar la dinámica habitual de desarrollo de las competiciones.

Será obligatorio que todo aquel atleta que quiera tomar parte en el evento, deberá ser sometido a un test de antígenos que será realizado por los servicios médicos de la organización el mismo día de la prueba, debiendo ser este negativo para competir. Para ello es obligatorio que el atleta formalice y entregue en el momento de la realización el documento de autorización.

El día de realización será el sábado 05/06/2021 por la mañana, los horarios de realización le serán comunicados a los atletas y sus responsables, siendo el lugar de realización en el Hotel Riazor

Personal encargado de la realización de los test:

Coordinador - Logística:

Médico: MARIA DEL MAR BARCÓN SÁNCHEZ

Colegiada: 151507535

Técnica de Laboratorio: MARTA CASTAÑO

La organización de la prueba no se hará responsable del coste que suponga para el atleta o entrenador la realización de ningún test que pudiese establecer las autoridades competentes para el contraste de posibles positivos, del mismo modo que tampoco correrá con gasto alguno que pudiese ocasionar la posible cuarentena que las autoridades sanitarias competentes pudieran imponer.

La participación en la competición implica la libre y voluntaria asunción por los atletas y entrenadores del riesgo de contagio o de sufrir los perjuicios derivados de restricciones en aplicación de las medidas sanitarias que puedan obligar a permanecer un determinado periodo en la localidad sede de la prueba o a retrasar el viaje de regreso a los lugares de residencia de los inscritos. Todos los gastos de alojamiento en cuarentena, hospitalización, pruebas, repatriación, pérdidas de billetes de regreso y similares serán siempre por cuenta y riesgo de los participantes. En el marco de la evolución de la situación epidemiológica del COVID-19 todo participante debe contar con la eventualidad de verse afectado por restricciones que impidan o alteren su periodo de estancia o medios de regreso, responsabilizándose de las eventuales consecuencias de su libre decisión de participar, por lo que la organización recomienda contar con un seguro que cubra dichas eventualidades.

La organización informa de que aquellas pruebas para los/as atletas, para cumplimentar las necesidades sanitarias que le fuesen impuestas para el regreso a sus lugares de origen o de residencia. No serán abonados por la organización, ni tampoco los posibles desplazamientos que se pudiesen derivar.



## Consideraciones generales

- Es necesario el uso de mascarillas antes y después de cada prueba.
- El contacto entre atleta y juez en cualquier momento de la prueba se realizará verbalmente y manteniendo, al menos, 1,5 m de distancia.
- Esta distancia, en la secretaría, se señalará en el suelo mediante una marca.
- No se podrá saludar al finalizar la prueba y se abandonará inmediatamente la zona de competición.
- El contacto con secretaría de competición será el mínimo imprescindible.

## Calentamiento

Tanto en el reconocimiento del circuito, como en el calentamiento previo a la competición se tendrá que realizar de manera individual, evitando que se creen grupos y siendo obligatorio el uso de la mascarilla.

## Control Previo a Cámara de Llamadas

Previo a la cámara de llamadas se creará un espacio acotado con una única entrada controlada por personal de la organización. En este punto se llevará a cabo el control de acceso, toma de temperatura, revisión de la mascarilla y uso del gel hidroalcohólico.

Con una temperatura superior a 37,5° grados o cualquier sintomatología asociada a la COVID-19 detectada por el equipo médico de la prueba, no se permitirá la participación.

## Cámara de llamadas

Los atletas deberán presentarse en cámara de llamadas a la hora establecida con todo el material necesario a mano para evitar retrasos y aglomeraciones en el acceso. En cámara de llamadas mantendrán la distancia de seguridad, llevarán la mascarilla colocada de forma correcta y harán uso de los dispensadores de gel hidroalcohólicos.

## Zona 0

Tanto la zona de salida como de meta, estará situado en un espacio acotado y denominado como Zona 0. A este espacio únicamente podrán acceder los atletas para competir, 1 delegado acreditado únicamente en caso de reclamación o asistencia a algún atleta, jueces, personal de organización, y medios de comunicación acreditados.

La solicitud de acreditación se deberá realizar los días previos a la prueba a través del formulario facilitado por la Organización.

La acreditación de los atletas será el propio dorsal y/o pulsera. El resto de personal contará con una acreditación específica.

El control de acceso a esta zona lo llevará a cabo personal de organización.



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

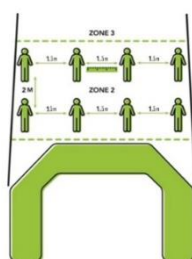
A Coruña 5 de junio de 2021



## Salida

Los atletas permanecerán con la mascarilla puesta desde el momento de entrada en cámara de llamadas.

En el momento de la salida serán situados en sus puestos de salida por las personas designadas por la organización. Dichos puestos estarán marcados en el suelo de forma que se garantice una distancia de 1.5m entre atletas. La organización se encargará de la recogida de las mascarillas. Cuando el juez de salidas haga la indicación de a sus puestos, los atletas podrán aproximarse a la línea de salida.



## Desarrollo de la prueba

Los atletas podrán correr sin mascarilla,

No se permitirá ningún contacto ya sea entre atletas, entrenadores o acompañantes que se encuentren durante el recorrido.

Únicamente podrán prestar la atención necesaria el personal acreditado por la organización.

## Meta

La zona de meta, tal y como se ha detallado en el punto de salida, estará totalmente acotada y cerrada con valla, pudiendo acceder únicamente personal acreditado. En ningún momento podrá acceder público.

El personal acreditado localizado en la meta mantendrá en todo momento la distancia de seguridad y llevará correctamente colocada la mascarilla.

Los atletas tras cruzar la línea de meta tendrán que colocarse la mascarilla facilitada por la organización y estará totalmente prohibido cualquier tipo de contacto con otro corredor o personal de organización.

Para controlar las medidas anteriormente destacadas, existirán voluntarios propuestos por la organización que controlen y recuerden estas acciones.

Desde este punto a través de voluntarios de la organización, se les invitará a abandonar la zona no permitiéndose de nuevo la entrada.

## AVITUALLAMIENTO

Habrà una zona habilitada para la entrega de agua a los participantes, organizada en mesas separadas entre sí.

La entrega se hará por personal de la Organización con todas las garantías sanitarias.

No se suministrarán esponjas refrescantes.



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## AVITUALLAMIENTO PERSONALIZADO.

Se habilitará una zona con parcelas separadas entre sí 1'50 metros para la ubicación de una única persona por parcela para la entrega de los avituallamientos personales. A esta zona sólo se podrá acceder con acreditación facilitada por la Organización.

Para acreditar a la persona que pueda acceder a la zona de avituallamiento y poder hacer entrega de éste al atleta será necesario que se rellene con sus datos la solicitud de acreditación: <https://forms.gle/f5q5Ewff7JGb6QZBA>. Aquellos atletas que deseen tener su avituallamiento personalizado, aunque no tengan nadie que se lo entregue, podrán acceder con el producto a la salida y colocarlo ellos en la mesa de avituallamientos antes de tomar la salida.

La situación exacta del puesto que corresponde a cada avituallador se comunicará a los acreditados antes de cada prueba y estará indicada en cada puesto.

## 8. REGLAMENTO DE LA PRUEBA

**ORGANIZADOR:** El XXXIV Gran Premio Cantones de La Coruña de Marcha Atlética es una prueba integrada en el Calendario de la World Athletics, siendo organizada por la Federación Gallega de Atletismo, con el apoyo del Ayuntamiento de A Coruña.

**FECHA Y CIRCUITO** La prueba se celebrará el sábado **5 de Junio de 2021**, en el circuito urbano de Los Cantones de A Coruña de 1 Km, (ida y vuelta) con salida y llegada en la Zona del Obelisco, en el Cantón Grande (ver plano).

### HORARIO PROVISIONAL

**17.00** 20 Km Mujeres

**19:00** 20 Km Hombres

### INSCRIPCIONES

Los atletas interesados en participar en las pruebas de la Challenge deberán enviar una inscripción a la F.G.A. [xestion@atletismo.gal](mailto:xestion@atletismo.gal), para su aceptación o no por parte de la organización.

Deberán acreditar una marca mínima realizada durante los años 2019, 2020 o 2021 de :

<b>Hombres</b>	<b>1.30.00</b>	<b>Máximo 80</b>
<b>Mujeres</b>	<b>1.40.00</b>	<b>Máximo 80</b>

### SISTEMA DE AYUDAS GRAN PREMIO:

La participación de atletas extranjeros y nacionales en las Pruebas de 20 km, será por invitación. La organización comunicará la existencia de ayudas de viaje y alojamiento, si la hubiere, a cada uno de los atletas que presenten su petición. **Este año estarán supeditadas a la adaptación a la normativa nacional y autonómica sobre el COVID, siempre que se requiera. (VER INFORMACION PARA ATLETAS ESPAÑOLES)**

**RECOGIDA Y TRASLADO AL HOTEL OFICIAL.** Esta edición, debido a las especiales circunstancias, la organización sólo gestionará el traslado al y desde el aeropuerto de los atletas con ayudas de alojamiento.

Enlaces COVID ESPAÑA/ <https://www.spth.gob.es/>





Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



<http://www.exteriores.gob.es/Portal/en/ServiciosAlCiudadano/InformacionParaExtranjeros/Paginas/RequisitosDeEntrada.aspx>

## PREMIOS

### HOMBRES Y MUJERES

<b>1º:</b>	\$4.000	<b>4º:</b>	\$1.000
<b>2º:</b>	\$2.500	<b>5º:</b>	\$ 800
<b>3º:</b>	\$1.500	<b>6º:</b>	\$ 700

A los premios se les descontará la cantidad establecida según la normativa tributaria española.

## JURADO

Delegado Técnico:	Maurizio DAMILANO	ITALIA
Juez Jefe de Marcha	Luis SALADIE LAFUENTE	España
Jueces Internacionales	Mara BALEANI	Italia
	Vasco GUEDES	Portugal
	Jean Pierre DAHM	Francia
	Ian RICHARDS	Reino Unido
	Dolores ROJAS SUAREZ	España
	Anna VESALOVA	Israel
Secretario	Guillermo SANDINO LEIRA	España

**CHALLENGE 2021.-** La Challenge WA de Marcha 2021 está integrada por las siguientes pruebas

## CATEGORIA A

Agosto	The XXXII Olympic Games (Athletics)	Sapporo	JAPÓN
--------	-------------------------------------	---------	-------

## CATEGORIA B

Abril 6	Grande Premio Internacional	Río Maior (Cancelado)	PORTUGAL
Junio 5	Gran Premio Cantones-Trofeo Sergio Vázquez	La Coruña	ESPAÑA
Octubre 9	Race Walking Permit Meeting Challenge	Ciudad de Mexico	MEXICO
Octubre 16	Invitational Race Walking Meeting	Coatzacoalcos	MEXICO

## HOTEL OFICIAL

**HOTEL RIAZOR.-** Avda Barrié de la Maza 29, 15004 A Coruña.-  
Teléfono reservas 981 253400 <https://www.riazorhotel.com/>



## MAPA DEL CIRCUITO





## 9. REFERENCIAS

Preguntas frecuentes sobre reuniones masivas y COVID-19, incluidas las preguntas frecuentes sobre eventos deportivos.

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-on-mass-gatherings-and-covid-19>

Recomendaciones clave de planificación para reuniones masivas durante COVID-19.

<https://www.who.int/publications-detail/key-planning-recommendations-for-mass-gatherings-in-the-context-of-the-current-covid-19-outbreak>

Guía provisional de la OMS sobre cómo utilizar la lista de verificación de mitigación y evaluación de riesgos.

<https://www.who.int/publications-detail/how-to-use-who-risk-assessment-and-mitigation-checklist-for-mass-gatherings-in-the-context-of-covid-19>

Diagrama de flujo del árbol de decisiones para reuniones masivas en el contexto de COVID-19.

<https://www.who.int/publications-detail/how-to-use-who-risk-assessment-and-mitigation-checklist-for-mass-gatherings-in-the-context-of-covid-19>

Apéndice deportivo evaluación de riesgos y lista de verificación de mitigación. [Anexos 4 y 5](#)

Pautas internacionales de salud itinerante. <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Consejos sobre el uso de mascarillas.

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas\\_higienicas\\_COVID-19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas_higienicas_COVID-19.pdf)

Orientación provisional de la OMS: "Consideraciones para ajustar las medidas sociales y de salud pública en el contexto de COVID-19"

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la

exposición al SARS-CoV-2 en <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/>  
[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL\\_COVID-19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL_COVID-19.pdf)

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en Trabajo. Prevención de riesgos laborales vs. COVID-19: compendio no exhaustivo de fuentes de información. INSST 2020. Disponible en: [www.insst.es](http://www.insst.es)

World Triathlon COVID-19 prevention guidelines for Event Organisers document

[https://www.triathlon.org/uploads/docs/20200430\\_Covid19\\_Guidelines.pdf](https://www.triathlon.org/uploads/docs/20200430_Covid19_Guidelines.pdf)

RFEA Guía de actuación y recomendaciones para un entrenamiento responsable

[https://www.rfea.es/noticias/RFEA\\_Guia\\_y\\_recomendacionesFase1.pdf](https://www.rfea.es/noticias/RFEA_Guia_y_recomendacionesFase1.pdf)

FAQs para deportistas profesionales en la Fase 0 COVID-19

[https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-05/FAQs%20Deporte%20%28Fase%200%29\\_0.pdf](https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-05/FAQs%20Deporte%20%28Fase%200%29_0.pdf)





Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



FAQs para deportistas profesionales en la Fase I COVID-19 <https://www.csd.gob.es/es/faqs-para-deportistas-profesionales-durante-la-fase-1>

Protocolo sanitario para el reinicio de la competición deportiva.

<https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-05/CSD.%20GTID.%20Protocolo%20sanitario%20para%20el%20deporte..pdf>

CAPÍTULO XII Condiciones en las que debe desarrollarse la actividad deportiva profesional y federada.

[https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4911](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4911)

Orden SND/414/2020, de 16 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 2 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.

[https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-5088](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-5088)

Resolución de 4 de mayo de 2020, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se aprueba y publica el Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones federadas y profesionales.

[https://www.boe.es/eli/es/res/2020/05/04/\(1\)](https://www.boe.es/eli/es/res/2020/05/04/(1))

Orden SND/388/2020, de 3 de mayo, por la que se establecen las condiciones para la apertura al público de determinados comercios y servicios, y la apertura de archivos, así como para la práctica del deporte profesional y federado.

[https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4793](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4793)

Plan para la Transición hacia una nueva normalidad

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/planDesescalada.htm>

Orden SND/380/2020, de 30 de abril, sobre las condiciones en las que se puede realizar actividad física no profesional al aire libre durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

[https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4767](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4767)

ORDEN 997/2020, de 7 de agosto, de la Consejería de Sanidad, por la que se modifica la Orden 668/2020, de 19 de junio, por la que se establecen medidas preventivas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 una vez finalizada la prórroga del estado de alarma establecida por el Real Decreto 555/2020, de 5 de junio (Orden 668/2020, apartado 48.2).

[http://www.bocm.es/boletin/CM\\_Orden\\_BOCM/2020/08/11/BOCM-20200811-1.PDF](http://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2020/08/11/BOCM-20200811-1.PDF)

## Contacto CSD

[desescalada@csd.gob.es](mailto:desescalada@csd.gob.es)

En el caso de que alguna entidad quiera redactar un protocolo específico, debe remitirlo al buzón [gtid@csd.gob.es](mailto:gtid@csd.gob.es)

Contacto RFEA

[rfea@rfea.es](mailto:rfea@rfea.es)



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



Federación  
Galega de  
Atletismo  
MARCHA

¿Cómo debo saludar a otra  
persona para evitar contraer  
el nuevo coronavirus?

Para prevenir la infección por  
la COVID-19, lo más seguro es  
evitar el contacto físico.

Estarás más seguro si  
saludas de lejos,  
alzando la mano o con  
una leve inclinación.



**OPS**



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
REPUBLICAS AMERICAS

#COVID19



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## RECOMENDACIONES DE LA OMS

Protégete y protege a otros de enfermarse

### Lava tus manos



- Después de toser o estornudar
- Cuando cuidas a alguien enfermo
- Antes, durante y después de preparar la comida
- Antes de comer
- Después de usar el baño
- Cuando las manos están visiblemente sucias
- Después de tocar animales o desechos de animales



Organización  
Mundial de la Salud



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



Federación  
Galega de  
Atletismo  
MARCHA

¿Debo evitar saludar con la mano a causa del nuevo coronavirus?

Sí. Los virus respiratorios se pueden transmitir si das la mano y luego te tocas los ojos, la nariz o la boca.

Saluda de lejos, alzando la mano o con una leve inclinación.



**OPS**



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
OFICINA REGIONAL DE LAS  
AMÉRICAS

#COVID19



## PREPÁRATE.



Infórmate a través de fuentes confiables.



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón o usa un gel a base de alcohol.

**OPS**



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
OFICINA REGIONAL DE LAS  
AMÉRICAS

Conócelo. Prepárate. Actúa.

[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)





Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



## PREPÁRATE.



Cúbrete la boca con el antebrazo cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo a la basura y límpiarte las manos.

**OPS**



Conócelo. Prepárate. Actúa.

[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez

A Coruña 5 de junio de 2021



**ACTÚA.**



**Evita el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe.**



**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**

**OPS**



**Conócelo. Prepárate. Actúa.**

[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

# XXXIV Gran Premio Internacional de Marcha Cantones de A Coruña

Trofeo Sergio Vázquez



Federación  
Galega de  
Atletismo  
MARCHA

# COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

## CUBRA SU TOS

EVITE QUE LAS PERSONAS A SU ALREDEDOR SE ENFERMEN



Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.

Deseche el pañuelo usado en un basurero y lávese las manos con agua y jabón, o use un gel para manos a base de alcohol.



Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en el pliegue interno del codo, no en las manos.



Si está enfermo y hay mascarillas disponibles, úselas para proteger a los demás.

**OPS**



**Conócelo. Prepárate. Actúa.**

[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)