

## CURSA POPULAR 2020

### Mesures de PREVENCIÓ COVID 19

1. Les mesures generals de prevenció COVID 19 seran les adequades, en compliment a les obligacions que imposin les autoritats competents i les recomanacions de sanitat.
2. S'adverteix a tots els corredors que NO HI PODRAN PARTICIPAR si són persones "de risc", ni si en els 14 dies abans de la cursa han tingut algun símptoma de Covid 19, o han estat en contacte amb persones malaltes de Covid 19 o han viatjat en llocs en que la transmissió està activa.
3. Es consideren "persones de risc", les que tenen un historial mèdic que les determina amb problemes d'asma, diabetis, obesitat severa, malalties cròniques de ronyó, cor, fetge, i les persones immunodeprimides o bé que convisquin amb elles. També ho són les que tenen més de 60 anys i les que pateixen malalties pulmonars, diabetis o són immunodeprimides.
4. Tots els participants tindran l'obligatorietat i el compromís signat de complir amb les mesures de prevenció proposades per l'organització.
5. Sobre l'ús de la mascareta protectora:
  - Obligatori portar-la a sobre i disponible durant tot el recorregut.
  - Obligatori portar-la posada abans de la sortida i fins a tenir distància suficient, també per a la recollida del dorsal i en distàncies inferiors a 1,5 m.
6. La sortida de corredors es farà escalonada depenent del nombre total de corredors. En qualsevol cas, el nombre de corredors agrupats serà sempre inferior als 50.
7. Els avituallaments mantindran les mesures d'higiene i prevenció adequades a la situació. L'avituellament de líquid a mitja cursa no disposarà d'envasos, cadascú s'haurà de portar el seu got o cantimplora. I l'avituellament a l'arribada, en aquesta ocasió, serà més senzill que habitualment.
8. Els serveis higiènics del Casal s'aniran netejant per una persona del servei de neteja, per a complir amb les mesures d'higiene i desinfecció recomanades per sanitat.
9. L'Organització NO disposarà de servei de dutxes.
10. Els participants abandonaran la zona d'arribada un cop s'hagin avituallat.
11. Els podis es faran públics a través de les xarxes socials i no hi haurà entrega de premis.