

CARTA DEL CORREO – ALBI 24H 24 ET 25 OCTOBRE 2020 COMPROMISO POST COVID-19

Consciente de que la participación en cualquier evento debe realizarse respetando estrictamente las normas sanitarias transmitidas por el Gobierno y nuestros valores medioambientales, como corredor del evento me comprometo a

.....

.....

.....

- 1/ Respetar los gestos de barrera en vigor, en particular en los espacios cerrados, semiabiertos o con alta densidad de personas durante el evento (uso de mascarillas, lavado de manos, distanciamiento físico).
- 2/ Cumplir estrictamente las normas de carrera y las medidas adoptadas por la organización para reducir al mínimo los riesgos sanitarios:
 - > Uso de mascarilla en la zona de partida que llevo conmigo durante la carrera y ponerlo de nuevo después de la llegada a la cola del recorrido de salida
 - > Correr respetando al máximo la distancia social en vigor con los otros participantes y utilizando toda la anchura de la calzada
 - > No escupir en el suelo
 - > Limpiarse la nariz en un pañuelo de solo uso que tiro en una basura
 - > No tirar basura en la vía pública
 - > Respetar y dejar espacios públicos limpios
 - > Estar equipado y utilizar mi propio recipiente de repostaje líquido (bolsillo de agua, bidon, cantimplora, charco, botella, vaso de papel o de plástico), ...
- 3/ No entrar físicamente en contacto con otros participantes.
- 4/ Entender que al participar en el evento, participo en una concentración de personas potencialmente generadora de la propagación de la epidemia de coronavirus si no se aplican todas las medidas barreras.
- 5/ Aceptar, participando en el evento, que este riesgo para la salud es potencialmente grave para los más frágiles (más de 65 años, con enfermedad crónica, embarazada).
- 6/ Si he presentado la Covid-19 en las semanas y meses anteriores a la carrera, consultar a un médico previamente a mi participación para saber si es posible la práctica de intensos esfuerzos y mi participación en la competición, especialmente las carreras con desniveles importantes y a fortiori en altitud.
- 7/ No correr si llevo síntomas de Covid-19 desde menos de 14 días.
- 8/ Ser civismo al comprometerme a avisar al Referente Covid-19 de la organización en caso de declaración de la enfermedad después de la carrera.
- 9/ Descargar si es posible y registrarme en la aplicación "StopCovid" antes de que vaya al evento.
- 10/ Elegir pruebas cercanas a su lugar de residencia que requieran pocos desplazamientos y transporte.

Nombre, apellido

Fecha y Firma