

# Reglamento IX Carrera Popular PAU Vallecas

## **Artículo 1.** Descripción y fecha.

El domingo 18 de abril de 2021 se celebrará la novena edición de la Carrera Popular PAU de Vallecas, de 10 km, cuyo recorrido se iniciará, a las 10 horas, en la calle Peñaranda de Bracamonte 60, esquina con C/ Granja de San Ildefonso (a la altura de la IDB Peñaranda de Bracamonte) para continuar por diversas vías urbanas del barrio, finalizando en el mismo punto.

## **Artículo 2.** Organización y dirección técnica.

La carrera está organizada por la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas y la JMD de Villa de Vallecas.

## **Artículo 3.** Participantes.

Podrán tomar parte en la prueba de 10 km todas aquellas personas mayores de 16 años (16 años incluidos) que lo deseen, siempre y cuando estén correctamente inscritas, tanto en tiempo como en forma, y hasta un máximo de 500 corredores/as

## **Artículo 4.** Categorías y trofeos.

Se establecen las siguientes categorías conforme al año natural de nacimiento:

Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia	Horario Salida
Veterana B	Desde 1966 en adelante	10.000 m	10:00h
Veterana A	Desde 1967 hasta 1986		
Senior	Desde 1987 hasta 1998		
Promesa	Desde 1999 hasta 2001		
Junior	2002 y 2003		
Juvenil	2004 y 2005		

Obtendrán trofeo el ganador y la ganadora absoluta, los/las tres primeros/as de las categorías Juvenil, Junior, Promesa, Senior y Veterana A y B (tanto masculino como femenino en todos los casos) y el primer y la primera atleta que residan en el Ensanche de Vallecas.

La entrega de trofeos tendrá lugar a las 11.15 horas, en el pódium habilitado a tal fin en la pista deportiva cubierta de la IDB Peñaranda de Bracamonte. En caso de no poder recogerlo personalmente el/la participante, deberá comunicarlo a la Organización antes de la entrega, autorizando a la persona correspondiente.

# Reglamento IX Carrera Popular PAU Vallecas

Todos/as los/as participantes recibirán una camiseta que, en esta edición, se corresponderá con la elaborada para la edición del año 2020, que no pudo celebrarse con motivo de la pandemia.

## **Artículo 5.** Inscripciones.

Se podrán realizar a través de internet en el portal habilitado a tal efecto y que se difundirá por los canales oficiales de la A.V. del PAU del Ensanche de Vallecas. El plazo para inscribirse comenzará el 15 de febrero de 2021 y finalizará el 12 de abril de 2021 o hasta agotar las plazas disponibles.

Se ha fijado en 500 el número máximo total de inscripciones para las categorías adultas. No se admitirán inscripciones el día de la carrera.

**El precio de la inscripción será de 8 euros.**

## **Artículo 6.** Entrega de dorsales

La recogida del dorsal, que incluye el chip, y la camiseta se realizará en el local de la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas (Cl. Baños de Valdearados, 15), bajo cita previa que se obtendrá en el momento de la inscripción, debiendo presentar el justificante de ingreso/transferencia realizado junto con un documento acreditativo de identidad.

En caso de tener que ser recogidos por una persona diferente a la inscrita, se tendrá que presentar una autorización firmada por la persona inscrita, y en la que aparezcan los datos de ambas personas.

No se permitirá la recogida del dorsal el mismo día de la carrera.

## **Artículo 7.** Servicios a Corredores.

**Servicio de ropero**, que se abrirá el mismo día de la competición, a las 9:00 y recogerá ropa de los participantes hasta las 9:45. Será reabierto para la retirada de ropa de los participantes al finalizar la carrera.

Cada participante recibirá una bolsa en la que deberá introducir todas sus pertenencias y cerrarla, de manera que el/la corredor/a será el único que toque su material, evitando así la interacción con el personal de la organización. Deberá colocar la bolsa en el guardarropa según le indiquen los/as voluntarios/as. Al finalizar la prueba cada participantes cogerá su bolsa siguiendo las indicaciones de los/as voluntarios/as.

# Reglamento IX Carrera Popular PAU Vallecas

**Puesto de avituallamiento** al traspasar la línea de meta. Al finalizar la carrera se repartirá una botella de agua y un plátano a cada participante. Los/as corredores/as deberán mantener la distancia de seguridad durante la recogida. Se establecerá una zona de eliminación de residuos, obligatoria, siendo importante que los/as participantes hagan uso de la misma, al objeto de evitar que el personal de la organización tenga que recoger residuos del suelo.

**Baños.** Se instalarán 3 aseos con separación lateral al objeto de que las posibles colas para su uso faciliten el distanciamiento longitudinal y lateral. Rogamos a los/as asistentes que hagan un uso adecuado de los aseos, con la idea de respeto al resto de usuarios/as. Habrá gel hidroalcohólico a la entrada/salida de los mismos. Junto con los aseos se contará con un mecanismo de limpieza y desinfección automático después de cada uso.

## **Artículo 7.** Cronometraje.

La carrera contará con un servicio de cronometraje con chip. El chip será desechable.

Con el fin de evitar aglomeraciones, no se publicarán listados en papel con las clasificaciones, la empresa encargada del cronometraje sacará las clasificaciones por internet y en directo. Con anterioridad a la celebración de la prueba, se divulgará el enlace donde, a través de cualquier dispositivo móvil o de sobremesa, los/as participantes podrán ver los tiempos y clasificación según van llegando los/as corredores/as.

En ese mismo enlace, cada corredor/a podrá ver un vídeo con su entrada en meta, las fotografías realizadas por la organización y descargar un diploma conmemorativo.

Importante para identificar al corredor y pueda verse en fotografía y vídeo es llevar el dorsal en el pecho, a la vista, que no esté tapado por ninguna prenda.

## **Artículo 8.** Asistencia Médica.

La Organización contará con una unidad móvil de SAMUR desde media hora antes del inicio y hasta media hora después de la finalización. La prueba cuenta con un seguro de responsabilidad civil y seguro de accidente para actividades deportivas. La participación en el evento está bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes.

Todos/as los/as participantes deberán pasar por un control de temperatura, de manera que si excede los 37,2°C, no podrá participar en la prueba. Se instalará una carpa, que estará exclusivamente destinada para aquellos/as participantes que al acceder a boxes se les detectara temperatura superior a 37,2° o que en algún momento puedan presentar síntomas compatibles con la COVID19, así como el personal de organización que hubiera estado en contacto con ellos/as.

# Reglamento IX Carrera Popular PAU Vallecas

## **Artículo 9.** Clasificaciones.

La clasificación general y por categorías se publicará al día siguiente de la carrera en la página web y redes sociales de la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas [www.paudevallecas.org](http://www.paudevallecas.org)

## **Artículo 10.** Descalificaciones.

Será descalificado todo participante cuyo comportamiento sea antideportivo; no cumpla el recorrido completo correspondiente a su categoría o a su distancia; incumpla las normas que dictamine la Organización, y todo aquél que no lleve el dorsal visible en el pecho o entre en META sin el CHIP.

## **Artículo 11.** Vehículos

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba son los designados por la Organización. Queda totalmente prohibido seguir a los corredores/as en vehículos particulares de cualquier tipo, por el peligro que pudiera suponer para los/as atletas.

## **Artículo 12.** I Circuito de Carreras de Barrio de Madrid.

La inscripción en la IX Carrera Popular del PAU de Vallecas (10k), implica la inclusión automática del/a corredor/a en el I Primer Circuito de Carreras de Barrio. El atleta que no quiera participar en el Circuito, deberá indicarlo expresamente en el momento de realizar la inscripción o enviando un correo electrónico a [administracion@paudevallecas.org](mailto:administracion@paudevallecas.org)

Toda la información en: [www.carrerasdebarrio.es](http://www.carrerasdebarrio.es)

## **Artículo 13.** Cancelación

Si la Carrera tuviera que cancelarse por motivos ajenos a la organización, se ofrecerá a los/as corredores/as la posibilidad de realizar la carrera de manera virtual y, en caso de no existir interés por parte del/la participante se devolverá el importe de inscripción restándole los gastos bancarios ocasionados.

## **Artículo 14.** Medidas de prevención ante el Covid19. [Protocolo COVID completo.](#)

Todas las personas participantes deberán llevar mascarilla puesta, cubriendo nariz y boca, antes y después de la prueba. Habrá mascarillas y gel hidroalcohólico a disposición de los/as corredores/as.

**Procedimiento de salida.** La salida se efectuará por el sistema Rolling Start de cuatro en



# Reglamento IX Carrera Popular PAU Vallecas

cuatro. Los/as corredores/as se colocarán en 4 columnas manteniendo la distancia interpersonal en todas las direcciones. Cuando el responsable de la organización dé la salida, los/as primeros/as cuatro corredores/as se quitarán la mascarilla y comenzarán la prueba. Pasados 5 segundos, repetirán esta misma acción y comenzará los/as siguientes cuatro participantes, repitiéndose hasta que hayan salido todos/as los/as corredores/as.

**Entrada en meta.** Los/as participantes no se detendrán en la línea de meta a esperar a otros/as participantes y las felicitaciones se harán de forma verbal y guardando la distancia de seguridad. Una vez lleguen a meta, los/as corredores/as deberán volver a ponerse la mascarilla.

**Toma de temperatura.** Al llegar a la zona de salida, todos/as los/as corredores/as tendrán que pasar por el control de temperatura, no pudiendo participar en la prueba, si excede de 37,2°C.

**Público.** Se recomienda la no asistencia de público al evento, pero en caso de asistir, deberán mantener la distancia de seguridad.

Todos/as los/as participantes, por el hecho de inscribirse, **aceptan el presente reglamento** y en caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, se atenderá a lo que disponga el Comité Organizador.



## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN APLICADAS EN LA IX CARRERA POPULAR PAU DE VALLECAS (18/04/2021)**

**Introducción.** - La IX Carrera Popular del PAU de Vallecas se ha diseñado bajo la premisa de evitar la masificación de participantes y con un formato de prueba que nos permita de manera muy amplia el mantener el distanciamiento social, aplicando máximas normas de higiene y prevención.

Hemos establecido el límite de participantes en 500, suprimiendo para esta edición las carreras infantiles y la de 5 kilómetros.

### **1.- PERSONAL DE ORGANIZACIÓN**

Tanto el personal de organización como los/as voluntarios/as, van a estar informados de todas las medidas que se tomarán en la prueba y que serán de obligado cumplimiento. La Organización dotará de los epis necesarios (si lo fueran), así como de todo el material de prevención y desinfección preciso, para el correcto cumplimiento de estas medidas y programará las tareas de montaje y desmontaje, así como las diferentes tareas durante el evento, de modo que se cumplan estas medidas. A todo el personal de Organización incluidos/as los/as Voluntarios/as se les medirá la temperatura corporal antes de comenzar con sus funciones.

### **2.- PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN**

En el procedimiento de inscripción, que será exclusivamente on-line, los/as participantes deberán firmar obligatoriamente el documento de exención de responsabilidades, en el que, entre otras cosas, se comprometen a no asistir a la prueba en caso haber estado contagiado, salvo que tenga resultados negativos en un test PCR, así como que conocen y aceptan las medidas que se indican en el presente documento.

### **3.- ENTREGA DE DORSALES Y CAMISETAS**

La entrega de dorsales y camisetas se realizará con anterioridad a la carrera en el local de la Asociación Vecinal del PAU del Ensanche de Vallecas (Cl. Baños de Valdearados, 15). Se programará con cita previa, solapándose con el periodo de inscripción para poder realizar una entrega escalonada de los mismos. El último día para recoger dorsal y camiseta será el 15 de abril, de manera que el último participante en recogerlo podrá mantenerlo 48 horas en "aislamiento".

El personal de la organización utilizará mascarilla, así como gel de desinfección que se utilizará antes y después de atender a cada participante.

Los participantes estarán separados en la fila para recoger el dorsal, se les tomará la temperatura y deberán llevar obligatoriamente mascarilla. Si un participante registrara una temperatura superior a 37,2º C, no podrá retirar el dorsal.

No se entregarán dorsales y camisetas el día de la prueba.

### **4.- ÁREAS DE LA COMPETICIÓN**

Todas las áreas de la Competición se diseñan de modo que se facilite permanentemente el distanciamiento de los participantes, el cumplimiento de las medidas de prevención, así como un movimiento fluido del público asistente.



Los/as voluntarios/as informarán a los participantes y público asistente de las características de la prueba, así como de los movimientos que deberán hacerse o evitarse en determinados momentos.

En todo el recinto de la prueba habrá señalización visible con indicaciones y recomendaciones sobre las medidas higiénicas y de prevención aplicables en el momento actual. Igualmente habrá señalización horizontal en los lugares susceptibles de que se formen colas de espera, poniendo los recursos necesarios para minimizar dicha espera.

**ASEOS.-** Se van a reforzar el número de aseos, situándolos con separación lateral al objeto de que las posibles colas para su uso faciliten el distanciamiento longitudinal y lateral. Rogamos a los/as asistentes que hagan un uso adecuado de los aseos, con la idea de respeto al resto de usuarios/as. Habrá gel hidroalcohólico a la entrada y salida de los mismos. Junto con los aseos se contratará un mecanismo de limpieza y desinfección automático después de cada uso.

**ROPERO.-** Los/as participantes recibirán una bolsa en la que deberán introducir todas sus pertenencias y cerrarla, evitando así la interacción con el personal de la organización y únicamente el/la corredor/a toca su material. Deberá colocar la bolsa en el guardarropa según le indiquen los/as voluntarios/as. Al finalizar la prueba cada participante cogerá su bolsa siguiendo las indicaciones de los/as voluntarios/as que serán quienes controlen y sean los responsables del área.

**SERVICIO MÉDICO.-** El Servicio Médico estará dotado de ambulancias acorde a las previsiones de SAMUR.

Igualmente se instalará una carpa, que estará exclusivamente destinada para aquellos/as participantes que al acceder a boxes se les detectara temperatura superior a 37,2º o que en algún momento puedan presentar síntomas compatibles con la COVID19, así como el personal de organización que hubiera estado en contacto con ellos/as.

**5.- RECORRIDO.-** El circuito es de 10 km y discurre por las calles del Ensanche de Vallecas, que son lo suficientemente anchas para permitir adelantamientos sin invadir el espacio interpersonal.

**6.- PROCEDIMIENTO DE SALIDA.-** El arco de salida/meta tendrá una anchura de 6m, lo que permitirá que se pueda disputar un sprint en caso de ser necesario, manteniendo la distancia de seguridad. El pasillo de desahogo final tendrá longitud suficiente para evitar agrupamientos de los/as participantes.

La salida se efectuará por el sistema Rolling Start de cuatro en cuatro. Los/as corredores/as se colocarán en 4 columnas manteniendo la distancia interpersonal en todas las direcciones. Cuando el responsable de la organización dé la salida, los/as primeros/as cuatro corredores/as se quitarán la mascarilla y comenzarán la prueba. Pasados 5 segundos, repetirán esta misma acción comenzando la carrera los/as siguientes cuatro participantes, repitiéndose hasta que hayan salido todos/as los/as corredores/as.

**7.- ENTRADA EN META .-** No se utilizará cinta de meta, con lo que eliminamos un material que necesitaría desinfección continua, además de acumulación de personas en la meta. Los/as participantes no se detendrán en la línea de meta a esperar a otros/as participantes y las felicitaciones se harán de forma verbal y guardando la distancia de seguridad.

Una vez lleguen a meta, los/as corredores/as deberán volver a ponerse la mascarilla.

**8.- AVITUALLAMIENTO FINAL .-** Al finalizar la carrera se repartirá una botella de agua y un plátano a cada participante. El personal de organización en este punto llevará las medidas de protección



adecuadas y se mantendrá suficientemente separado de los/as participantes. Se establecerá una zona de eliminación de residuos, obligatoria, siendo importante que los/as participantes hagan uso de la misma, al objeto de evitar que el personal de la organización tenga que recoger residuos del suelo.

**9.- CLASIFICACIONES, ENTREGA DE PREMIOS.-** Se elimina el punto de publicación física de los listados, por ser un lugar de concentración de personas. Las clasificaciones se publicarán directamente en la web al finalizar el evento.

-Habrá pódium el primer hombre y la primera mujer de la clasificación general, el primer hombre y la primera mujer de la clasificación general vecino/a del Ensanche de Vallecas, así como para los/as 3 primeros/as hombres y mujeres de cada categoría. La entrega tendrá lugar a las 11.15 horas.

El protocolo de Seguridad para la entrega de premios será el siguiente:

- Los cajones de pódium están separados, de modo que entre cada cajón haya 1,5 m. de separación.
- Los/as participantes subirán al pódium con la mascarilla puesta y sólo se la quitarán para hacer la fotografía. No se felicitarán dándose la mano, de la forma que hasta ahora era habitual.
- Los trofeos serán depositados en una bandeja que portará la persona que nos acompañe en la entrega y el/la participante la recogerá de la bandeja. La autoridad que entregue los trofeos igualmente llevará la mascarilla puesta, y sólo se la quitará para la foto. En la mesa de los trofeos habrá un envase con gel hidroalcohólico y guantes a disposición de las personas que realicen la entrega. El personal de organización que prepare los trofeos en la bandeja se desinfectará las manos antes y después de cada colocación e igualmente desinfectará la bandeja.
- Se habilitará una zona de espera para todos los/as premiados/as para evitar la acumulación que suele ser habitual en la espera para subir al pódium.
- Se solicitará al público asistente que mantengan la distancia de seguridad.

**10.- RESPONSABILIDAD PERSONAL.-** De todos/as es sabido que la nueva situación nos llevará a alcanzar la normalidad en la medida en que seamos capaces de asumir nuestra responsabilidad personal. Es necesario que tanto participantes como público, actúen dentro y fuera de la competición de forma ejemplar. Además de las medidas de distanciamiento y uso de mascarillas, hacemos especial hincapié en evitar vertidos, no queremos que cuando finalice la prueba tengamos el suelo sembrado de mascarillas, guantes, botellines de plástico etc.

Estamos seguros de contar con vuestra colaboración.

**11.-PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES.-** Las tomas de temperatura mediante pistolas u otros dispositivos térmicos, no viola la Ley de Protección de datos, ya que no genera registros con datos personales, ni almacena ningún tipo de información, salvo en el caso de que se requiera asistencia médica, siguiendo entonces los procedimientos legalmente previstos.