

# GUÍA DE ATLETA

MOPA TΩN TEPONON-ΓPΩN



# TRAIL

# TLAXCALA 2020



Michelob  
**ULTRA**

TODO CON MEDIDA



Santander



**ACTIVE**  
ELECTROLITOS • SIN CALORÍAS

by



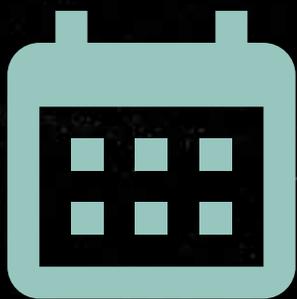
ASDEPORTE

# NUESTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD

En SPARTAN RACE MÉXICO/ASDEPORTE nos preocupamos siempre por priorizar la salud, seguridad e integridad de todas las personas que pertenecen a la comunidad: competidores, staff, socios comerciales y público en general que están involucrados en nuestras competencias.

Es por ello que te detallaremos ciertos lineamientos, protocolos y recomendaciones elaborados bajo los estándares de la industria para la organización de eventos deportivos masivos al aire libre; siguiendo las recomendaciones emitidas por la OMS y otros organismos nacionales internacionales.

## SPARTAN TRAIL TLAXCALA 2020



### ¿CUÁNDO?

SÁBADO 7 Y DOMINGO 8 DE NOVIEMBRE DEL 2020

### ¿DÓNDE?

AKAN "ESPACIO DE ENCUENTRO" TLAXCO, TLAXCALA.

### UBICACIÓN:

km. 35, México 119, Tlaxco.

<https://goo.gl/maps/gHXNvFDiZDPAJpeG7>

### ¿QUÉ DISTANCIAS?

TRAIL 10K Y TRAIL HALF MARATHON

## ESTACIONAMIENTO



El estacionamiento será operado completamente por Akan "espacio de encuentro".

El cobro del estacionamiento será únicamente en efectivo. Favor de traer cambio.

El comité organizador no se hace responsable por daños parciales o totales del vehículo, ni por objetos extraviados.

No contaremos con guardarropa, por lo que es muy importante que no traigas contigo cosas de valor, te recomendamos venir con lo necesario para tu competencia.

## MEDIDAS COVID:

Antes de bajar de tu automóvil, recuerda traer puesto el cubre bocas, todos los documentos solicitados y tus pertenencias para tu competencia.

No se permitirá el acceso a acompañantes.

# REGISTRO

Durante ambos días (sábado 7 y domingo 8) estará abierto de las 07:30 a las 11:30 hrs.

Únicamente permitiendo la entrada en el horario asignado, deberás llegar de 30 a 45 minutos antes de tu arranque, en caso de que llegues antes o después del horario señalado no se te permitirá el ingreso.



## ¿QUÉ DEBES LLEVAR?

### PASO 1:

Exoneración impresa o digital firmada. Puedes descargarla en el siguiente link:

[https://d3cnkhyiyh0ve2.cloudfront.net/upload/09/2020/file\\_1601494434912.pdf](https://d3cnkhyiyh0ve2.cloudfront.net/upload/09/2020/file_1601494434912.pdf)

### PASO 2:

Confirmación de inscripción con código de barras (impresa o digital).

### PASO 3:

Identificación oficial vigente (IFE, INE, PASAPORTE).

## MEDIDAS COVID:

- No habrá hojas de exoneración en el evento por lo que deberás descargarla con anterioridad o llevarla impresa.
- Solo se permitirá el acceso a competidores
- Deberás llegar 30 o 45 minutos antes de tu horario de arranque

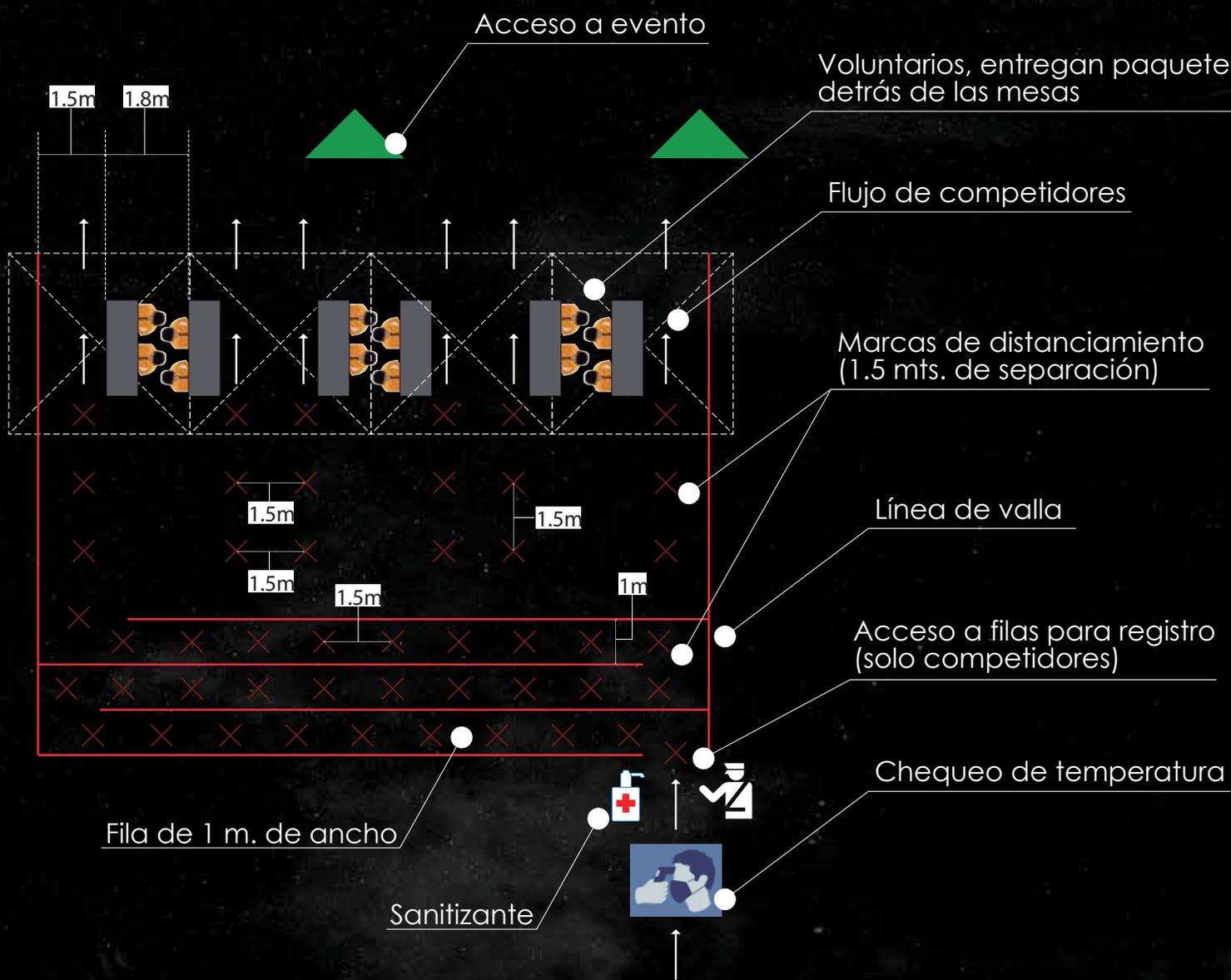
Será obligatorio que todas las personas que acudan al registro cumplan con las medidas de protección sanitaria:

- **USO DE CUBREBOCAS OBLIGATORIO**, en caso de no portarlo, serás invitado a abandonar el evento.
- Antes de ingresar al evento te tomaremos la temperatura y te proporcionaremos gel antibacterial.
- No se permitirá el acceso sin carta de confirmación y/o exoneración. Te solicitamos tener tus documentos a la mano y listos para mostrarlos al voluntario. El flujo de acceso deberá ser lo más ágil posible y con la debida distancia.
- Se restringirá el acceso a todo acompañante que no vaya a participar como corredores en el evento.
- Respetar en todo momento la sana distancia.

- No contaremos con guardarropa, por lo tanto, si el personal que está a cargo del ingreso de los participantes nota una mochila o pertenencias no aptas para correr, te solicitará que regreses a tu vehículo a dejarlas.
- Los miembros del staff, colaboradores y voluntarios que interactúen en esta zona, contarán con cubrebocas, guantes y careta de protección.

## FLUJO DEL REGISTRO

Te solicitamos respetar el flujo de la competencia indicado, así como seguir las indicaciones del personal capacitado.



# SOBRE DE COMPETIDOR



## ENCONTRARÁS

- Bandana con número de competidor.
- Chip para colocar en el tobillo
- Brazaletes de arranque (que necesitarás para obtener tu playera de finisher)

**NOTA:** Tu número de competidor será asignado el día de tu competencia al momento de registrarte.

# ARRANQUES

Las oleadas de arranque serán de máximo 120 personas y se asignarán de acuerdo a la distancia y tu fecha de inscripción al evento.

Se competirá bajo el sistema rolling start por lo contará tu tiempo chip (tiempo que tardaste en completar la ruta desde la línea de salida hasta cruzar la meta) y no el lugar en el que llegaste.

## HORA

## CATEGORÍAS

## DISTANCIAS

### SÁBADO

8:30 A.M.	MIXTA 21K	21K
9:30 A.M.	MIXTA 21K	21K
10:15 A.M.	ELITE VARONIL 10K	10K
10:30 A.M.	ELITE FEMENIL 10K	10K

### DOMINGO

8:30 A.M.	MIXTA 10K	10K
9:15 A.M.	MIXTA 10K	10K
10:00 A.M.	MIXTA 10K	10K
10:45 A.M.	MIXTA 10K	10K
11:30 A.M.	MIXTA 10K	10K

## MEDIDAS COVID:

Mientras no estés compitiendo es importante usar la mascarilla de protección todo el tiempo. Antes de tu arranque habrá botes de basura especiales para la recolección de las mismas. (no se devolverán)

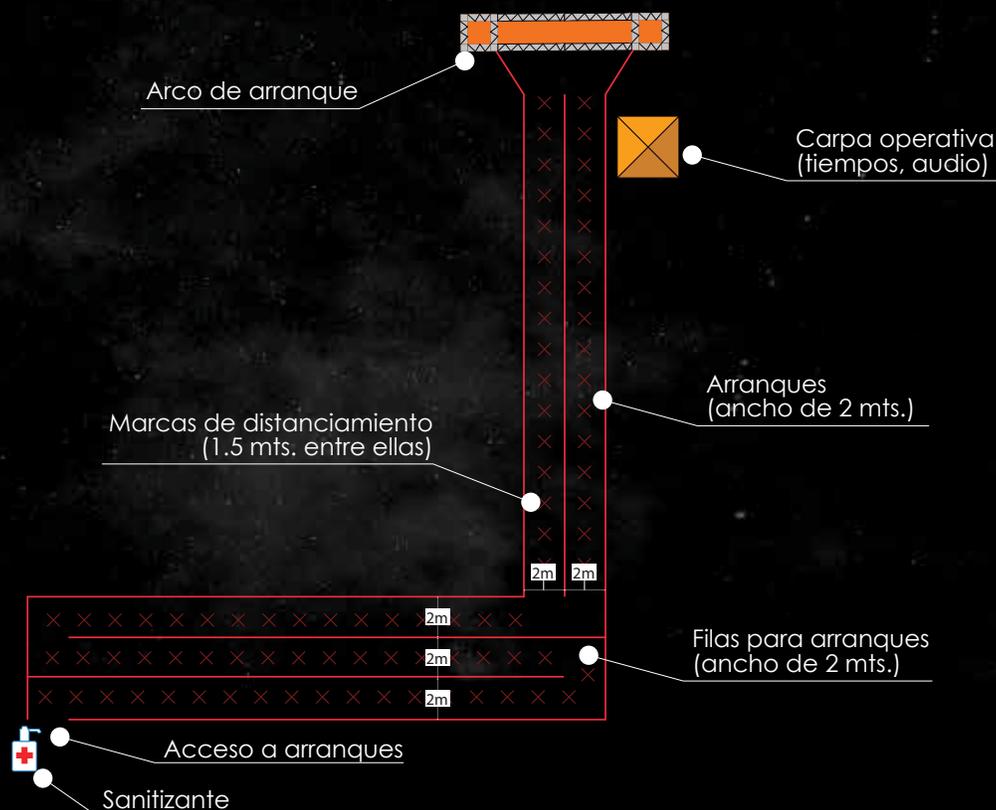
Al llegar a la meta, se te proporcionará otro cubre bocas, el cual es obligatorio ponértelo inmediatamente que te lo den.

- Todo los colaboradores y los voluntarios que interactúen en esta zona contarán con cubrebocas, guantes y careta de protección.
- Limpiaremos todas las instalaciones antes, durante y después de cada arranque.
- Reduciremos el número de participantes en cada arranque para garantizar que todos los competidores cuenten con el espacio necesario para mantener el distanciamiento social.
- Los participantes deberán mostrar su horario de arranque con su brazalete.
- Habrá marcas en el suelo para separar adecuadamente a los competidores, de manera que se mantenga un distanciamiento de por lo menos metro y medio mientras se alinean.
- Contaremos con personal en áreas típicas de congestión para monitorear y en su caso dispersar a los participantes, provocando se cumpla el distanciamiento social.

### TE SOLICITAMOS DE LA MANERA MÁS ATENTA QUE SIGAS LAS REGLAS Y RESPETES LAS INSTRUCCIONES DEL PERSONAL CAPACITADO

- Recuerda que se premiará de acuerdo al tiempo marcado con tu chip.

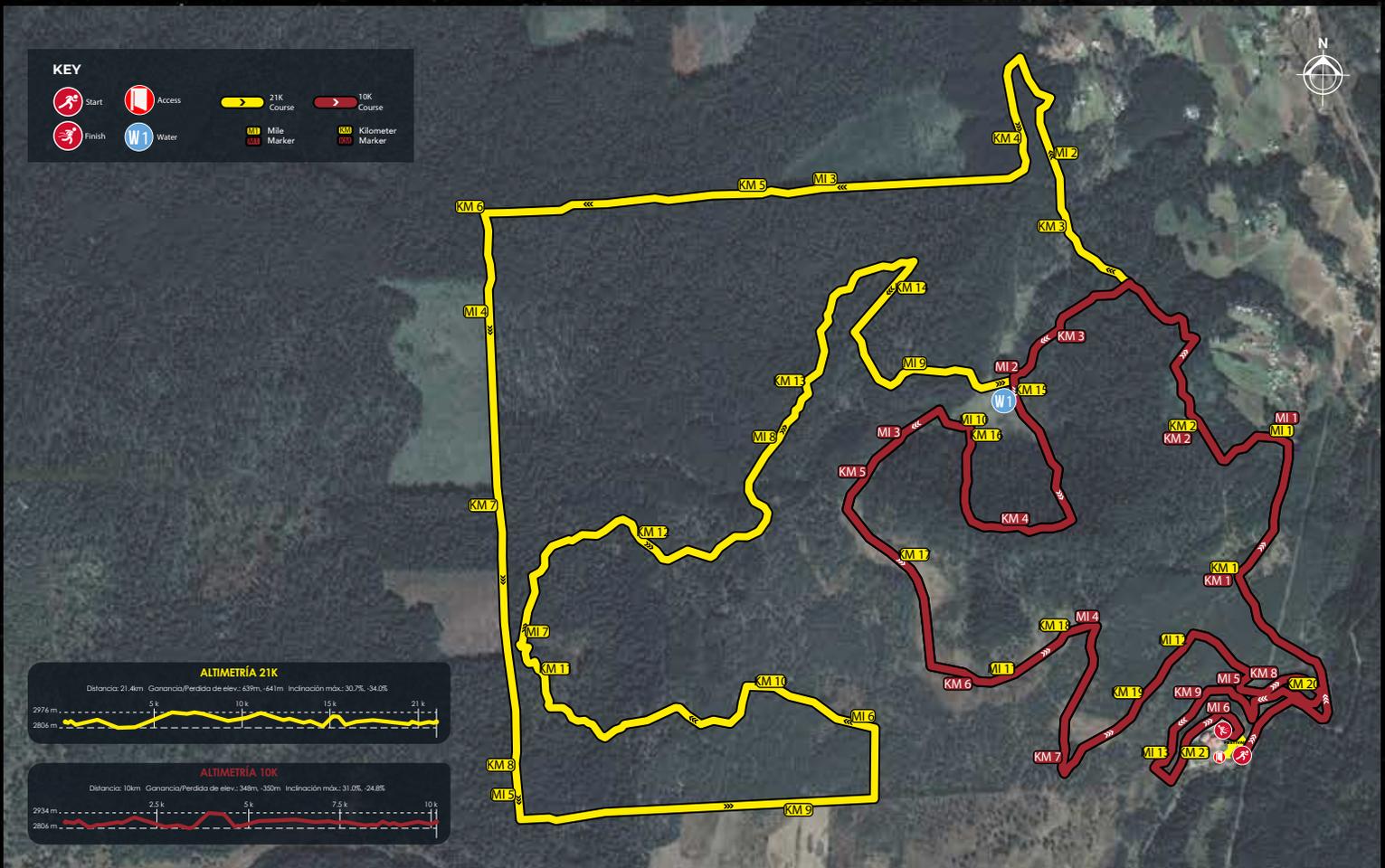
## ARRANQUE



# RUTAS TRAIL10K y TRAIL HALF MARATHON



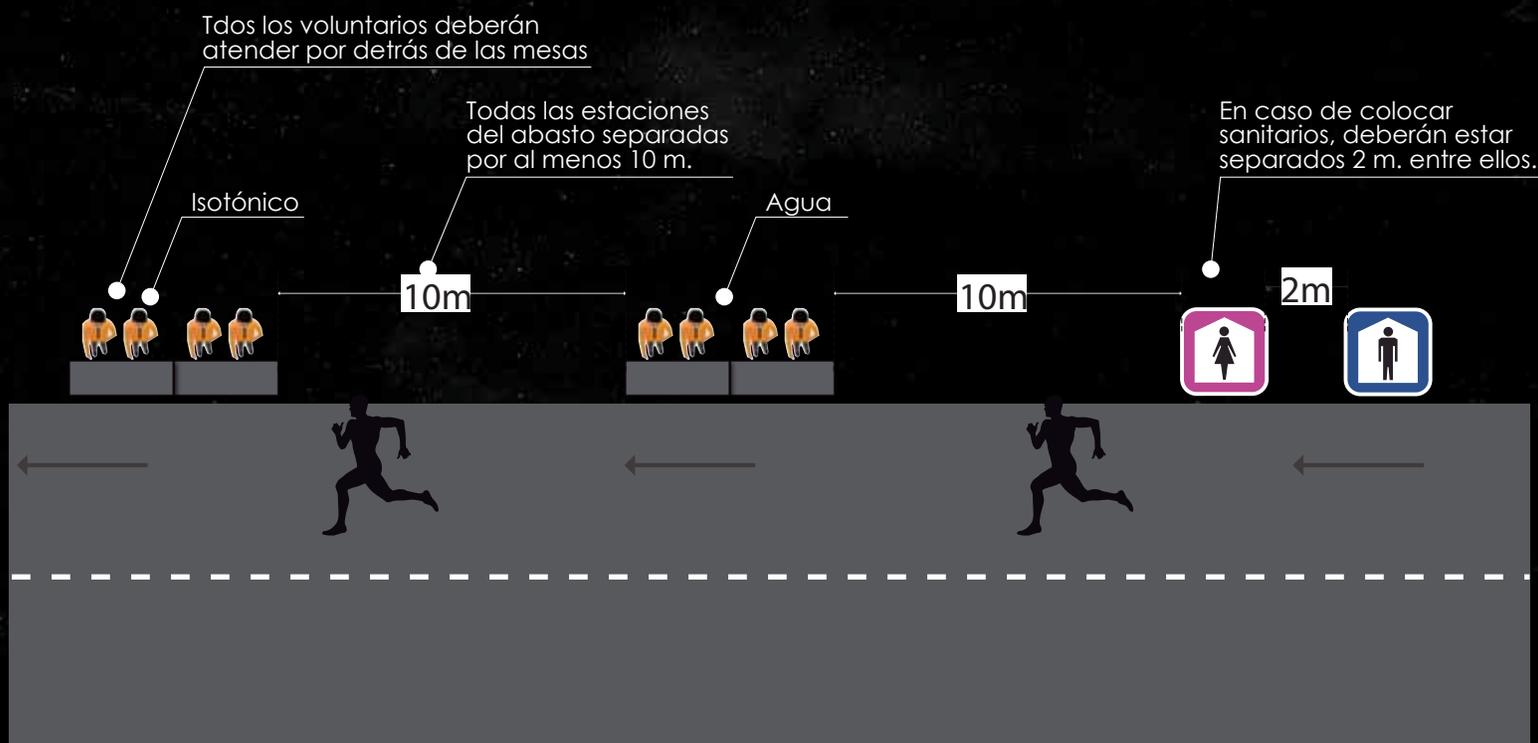
## TRAIL COURSE MAP SPARTAN TLAXCALA



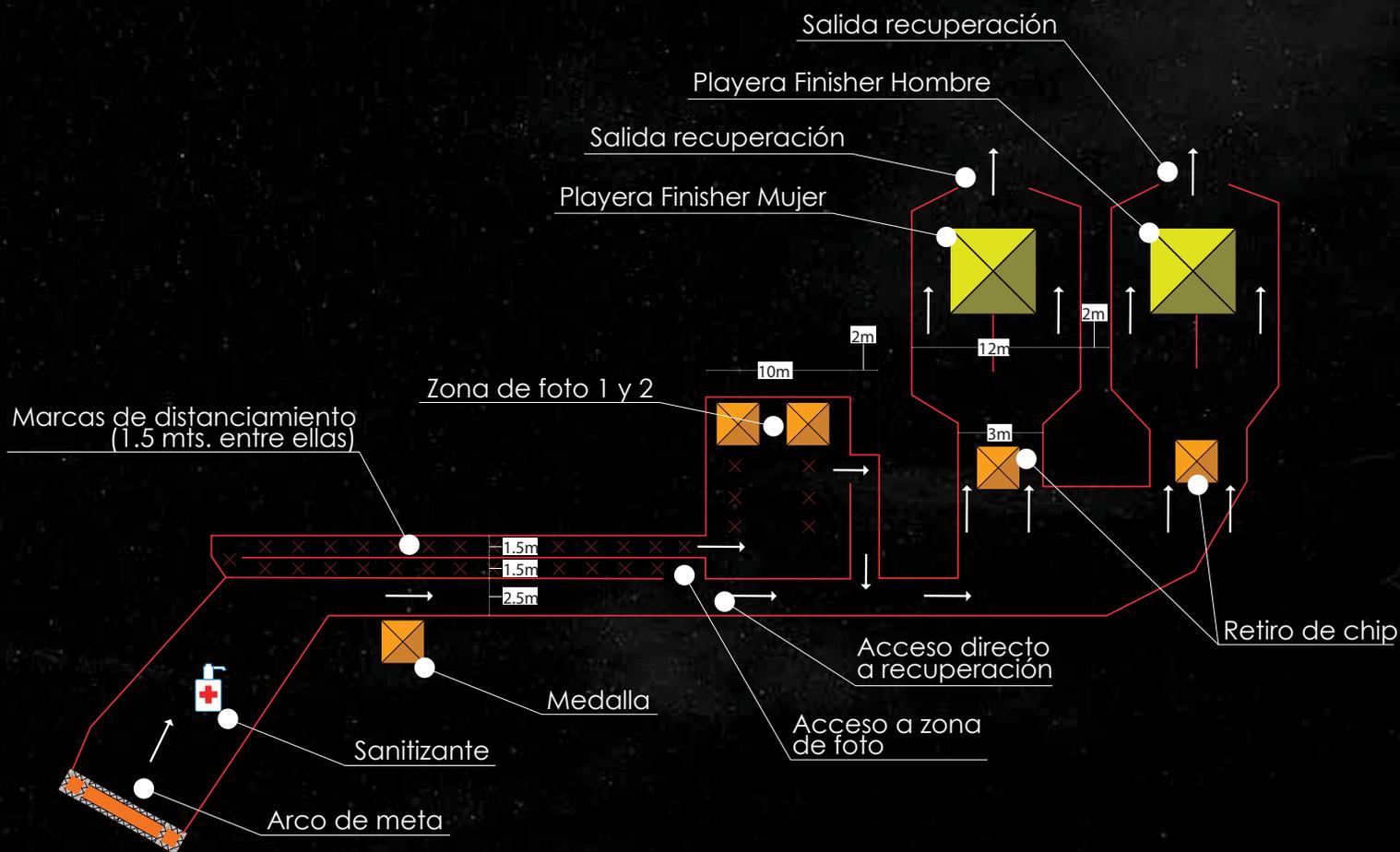
- Por recomendaciones de Spartan Global y la OMS reduciremos la ruta a un mínimo del 75% de su afluencia habitual.
- En los senderos no tendremos ida y vuelta, para evitar acercamiento entre corredores.
- Contaremos con personal en áreas típicas de congestión para monitorear y en su caso dispersar a los participantes, garantizando que se cumpla el distanciamiento social.
- Evitaremos en la medida de lo posible zonas con presencia de lodo ya que no contaremos con área de regaderas.
- Recuerda que los resultados se darán de acuerdo al tiempo Chip.

# HIDRATACIÓN

- Los productos de la zona de abastecimiento serán organizados y reabastecidos por personal o voluntarios que obligatoriamente deberán utilizar el equipo de protección adecuado.
- Minimizaremos el número de voluntarios que entregan productos a los participantes.
- Entregaremos botellas de plástico selladas que serán manipuladas únicamente por el competidor.
- Es estrictamente obligatorio desechar las botellas de plástico vacías en los botes de basura colocados en el abastecimiento.
- Los atletas deberán ser autosuficientes en sus necesidades de abastecimiento.
- En caso de querer llevar el líquido rehidratante contigo, deberás contar con los recursos necesarios para hacerlo.
- Te recomendamos llevar CAMELBACK y/o VASO REUTILIZABLE PARA RELLENARLO.



# META



- Al cruzar la meta te proporcionaremos un cubrebocas, el cual tendrás que ponértelo antes de ingresar a la zona de recuperación.
- Proporcionaremos estaciones adicionales de desinfección de manos en áreas de meta .
- La presentación de los artículos entregados en la zona de meta y área de recuperación, se te entregarán envasados de forma individual. El cual contendrá varios artículos como: agua, isotónico y medalla que serán previamente desinfectados y colocados en bolsas biodegradables, mismas que estarán colocadas en mesas para que las recojas, el staff solo supervisará la actividad.
- Deberás retirarte tu chip y depositarlo en el lugar que se te indica
- Te proporcionaremos tu playera de acuerdo a la talla que nos indiques y **NO PODRÁS REALIZAR CAMBIOS DE LA MISMA.**
- Habrá espacio adicional para que tomes tu foto de finalista en un área amplia y segura.
- Las celebraciones por parte del participante al cruzar la meta deberán seguir un protocolo de “cero contacto” con otros participantes, staff, prensa, voluntarios, etc. El único contacto permitido es el requerido por condición médica y personal autorizado.
- Recuerda que **NO** habrá regaderas en la zona de festival.

# EXPO



## SPARTAN EXPO

- Se tendrá un flujo general para mantener el tráfico pedestre de manera unidireccional.
- Se colocarán estaciones de sanitización de manos en la entrada y salida de la zona de expo.
- Contaremos con basureros adicionales en el área de Expo, especialmente cerca de entradas y salidas.
- Los expositores reducirán y supervisarán el número de clientes en las áreas de su espacio para permitir un distanciamiento físico adecuado.
- NO habrá venta de alimentos dentro del evento.

### **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO A ACOMPAÑANTES**

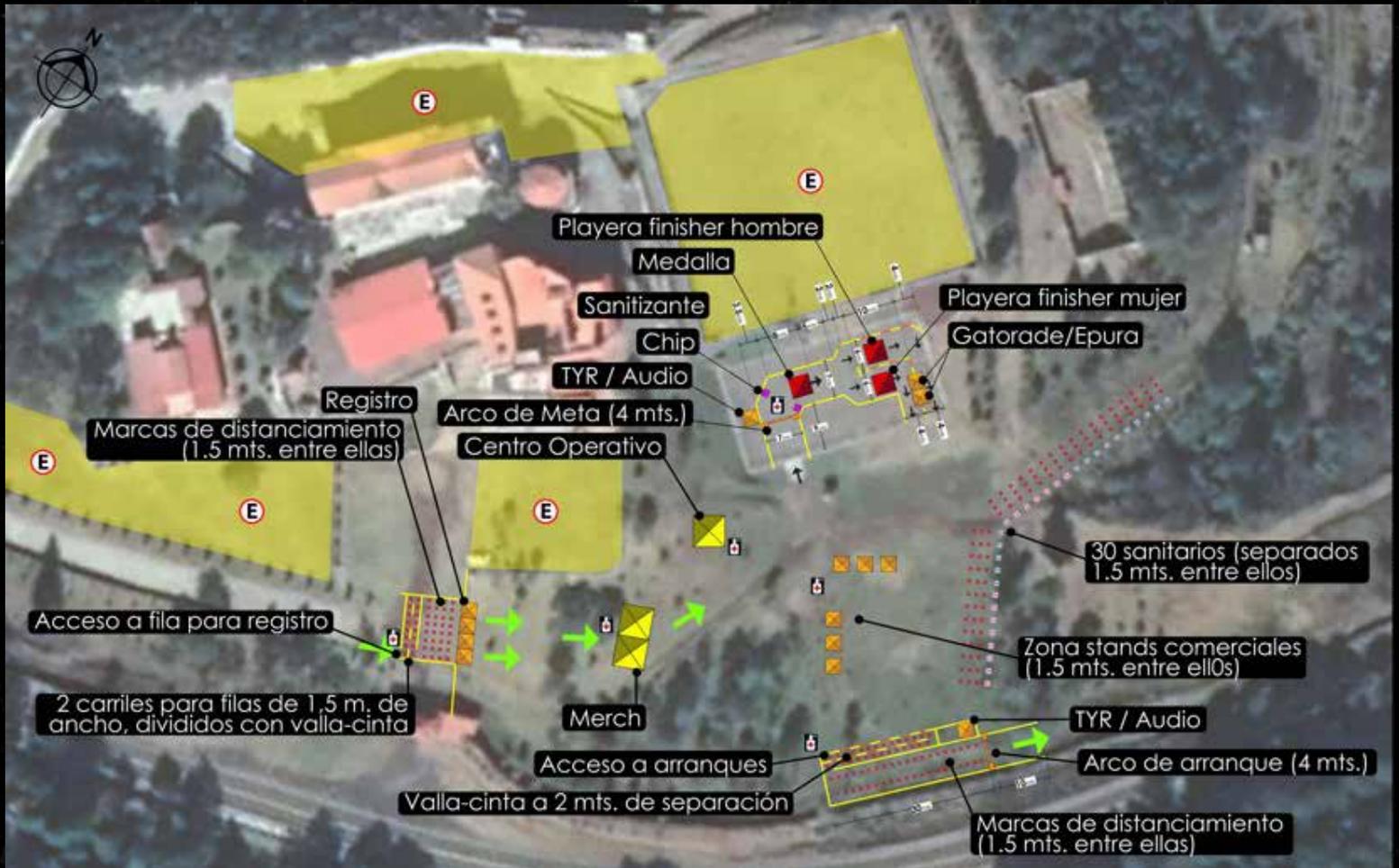
No habrá acceso a acompañantes, únicamente los atletas podrán ingresar al evento. Del mismo modo se restringirá la entrada a visitantes, esto significa que nadie que no compita podrá estar dentro del evento.

Es muy importante que llegues solo o con atletas que compitan en el mismo día y/o horario, en caso de que hagas caso omiso a esta indicación, es importante que sepas que habrá retenes antes del ingreso a la comunidad donde será el evento, en donde se restringirá el acceso en caso de que detecten acompañantes.

# FESTIVAL / EXPO

- Los expositores priorizarán los métodos de pago sin contacto, ven preparado.
- Los expositores contarán con protección personal y protocolos de higiene en sus stands y áreas de interacción antes y durante el evento
- Los expositores llevarán a cabo la desinfección del área de manera regular a lo largo del evento.
- El uso de cubrebocas será obligatorio para todos los atletas que se encuentren en la zona de expo.
- El miércoles 4 de noviembre realizaremos a las 7pm la junta previa virtual del evento a través de las redes sociales de Spartan México (Facebook y Youtube).

# EXPO



# PREMIACIÓN



- NO habrá premiación presencial
- Recuerda que los ganadores de cada categoría se definirán por tiempo Chip
- La premiación será virtual y deberás recoger tu trofeo/medalla en las oficinas de Asdeporte.
- Se te indicará que día y a qué hora se realizará la premiación virtual a través de las redes sociales de Spartan Race México.

## **No contaremos con:**

- Zona de alimentos y bebidas.
- Zona Vip.
- Activaciones.
- Puntos de reencuentro.

# DERECHOS DEL ATLETA



## **BENEFICIOS**

- Número de competidor.
- Abastecimientos en ruta y meta.
- Préstamo de Chip del sistema de Cronometraje de TYR..
- Playera de Finisher (Solo para finalistas).
- Medalla (Solo para finalistas al entregar chip de competidor).

# DE CRONOMETRAJE



- Se coloca en el tobillo.
- Ningún competidor podrá arrancar sin chip o con chip desactivado
- Al llegar a la meta deberás retirar tu chip y depositarlo en el lugar que se te indica
- En caso de extraviar el chip, se cobrará una reposición de 50 USD
- La medalla se entregará únicamente al regresar chip de competidor o, en dado caso, después de haber pagado la reposición del mismo

# RECOMENDACIONES AL CORREDOR



## RECOMENDACIONES

- Traer mascarilla de protección.
- Traer ropa adecuada
- Traer y usar bloqueador solar.
- Utilizar todo el tiempo tu banda con número de corredor
- Llegar 30 a 45 minutos antes de tu horario de salida. En caso de llegar antes del horario indicado deberás esperar en tu automóvil, cuidando todas las medidas de seguridad.
- Trae contigo dinero en efectivo para el estacionamiento.
- Prohibido traer mascotas.
- Estará prohibido acompañar a los corredores, y no tendrán acceso al lugar de competencia, festival y ruta por recomendaciones de la Secretaría de salud.

## NO PODRAS LLEVAR ACOMPAÑANTES

## SERVICIO MÉDICO



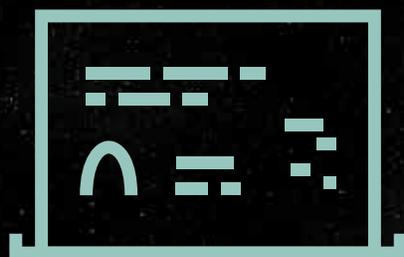
- El servicio médico estará ubicado en el área de festival.
- Se contará con paramédicos y personal especializado a lo largo de la ruta.

## REGLAMENTO



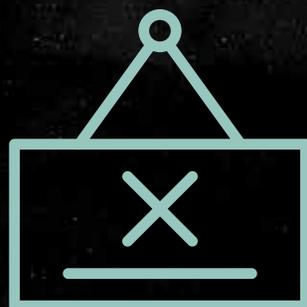
El reglamento se utilizará conforme al de Spartan Race 2020. Puedes descargarlo desde nuestro sitio web [www.spartanrace.mx](http://www.spartanrace.mx) en la sección correspondiente al evento.

# CAMBIOS EN INSCRIPCIÓN



EL DÍA DEL EVENTO NO SE REALIZARÁN CAMBIOS DE NINGÚN TIPO.

# AL FINALIZAR EL EVENTO



El Atleta tendrá 30 minutos para abandonar la zona del evento.



# TRAIL

# TLAXCALA 2020

*Michelob*  
**ULTRA**

 **TODO CON MEDIDA**



# Santander



**ACTIVE**  
ELECTROLITOS • SIN CALORÍAS

# ¿Qué es el nuevo Coronavirus “COVID-19”?

Es un virus con la capacidad de transmitirse de animales a humanos y entre personas.

Se puede manifestar como un resfriado común hasta insuficiencia respiratoria severa, e incluso la muerte.

La OMS declaró Emergencia Internacional de Salud Pública.

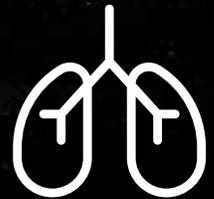
## ¿Cuáles son los síntomas?



**Fiebre**



**Tos**

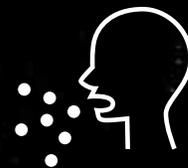


**Dificultad respiratoria**

## Medidas Preventivas



**Lávate las manos frecuentemente**



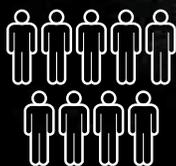
**Evita el contacto con personas enfermas**



**Come alimentos BIEN cocinados**



**Evita tocar tus ojos, nariz y boca ya que tus manos pueden estar contaminadas**



**Evita lugares concurridos**



**Si tienes algún síntoma, solicita atención médica y quédate en casa**