

## ORGANIZACIÓN Y NORMATIVA DESAFIO ISLASCIES 2021

### 1.-RECOGIDA DE DORSALES

**Por motivos de protocolo Covid, este año NO hay Briefing presencial.**

El viernes por la tarde a partir de las 17.00 realizaremos la entrega de documentación y material en el Hotel Ciudad de Vigo.

Dirección: Concepción Arenal, 5 CP 36208

Telf: 986 22 78 20

Para garantizar la seguridad de todos vamos a hacer la entrega por turnos, por orden de dorsales:

- Del 1 al 25 a las 17.00 hasta las 17.30
- Del 26 al 50 del 17.30 a 18.00
- Del 51 al 100 de 18.30 a 19.00
- Del 101 al 125 de 19 a 19.30
- Del 126 al 150 de 19.30 a 20.00

**Solamente podrán subir los nadadores SIN ACOMPAÑANTES. Obligatorio el uso de mascarilla en todo momento y manteniendo la distancia de seguridad. (Tanto dentro como en el acceso del Hotel. MUY IMPORTANTE)**

**OBLIGATORIO LA RECOGIDA DE CREDENCIALES EL VIERNES. SI ALGUIEN NO APARECE SE DARA POR DESCALIFICADO. Si alguien quiere recoger la bolsa de otro nadador, entregando su hoja de responsabilidad firmada es suficiente**

Tendréis que entregar la hoja de Responsabilidad QUE PODREIS DESCARGAR DE LA PAGINA WEB DESAFIOISLASCIES.COM (al final de este documento tenéis el enlace) y se os hará entrega de las credenciales. Rellenar bien todos los datos de interés que os pedimos, son muy importantes para vuestra seguridad y nuestra organización (*son dos hojas, por favor imprimir a dos caras*)

El paso por las mesas debe ser lo más rápido posible.

Yo estaré al final de la sala para saludaros y ver las dudas que podáis tener

Por favor intentar ser lo más ágiles posibles

### 2.-Organización SABADO DIA 28:

Como siempre hay autobuses en la playa del Vao para los que seáis de aquí o tengáis coche, para llevaros al muelle de la Estación Marítima, el resto de nadadores sin coche deben aparecer directamente en los muelles de la estación marítima de Vigo según el siguiente Horario.

- 07.15 Reunión en el Aparcamiento del Coruxo FC en la Playa de O Vao para la gente que tenga coche propio
- 07.30 Salida Puntual de los Autobuses hacia la estación Marítima de Vigo (ver plano adjunto)
- 08.15 Todo el mundo en la estación Marítima de Vigo Pantalán N3 para Check IN
- 9.00 Salida Barco a Cíes
- 09:45 Llegada A Cíes
- SALIDAS NATACION:
  - 10.15 GRUPO LENTO Color NARANJA
  - 10.30 GRUPO MEDIO2 LENTO Color AMARILLO
  - 10.45 GRUPO MEDIO1 RAPIDO Color ROJO
  - 11.00 GRUPO RAPIDO Color BLANCO
- 11.00 Vuelta del Barco de la Naviera hacia Vigo.

Llegadas estimadas de los nadadores a partir 13.30

#### Localización Muelle Estación Marítima.



Para subir al barco habrá una cola organizada para nadadores y voluntarios y otra para el pasaje con billete. **(OBLIGATORIO MANTENER LA DISTANCIA DE SEGURIDAD EN LA COLA PARA SUBIR AL BARCO)**

En el interior del mismo habrá que seguir todas las indicaciones del personal de la naviera Mar de Ons. (Se adjunta hoja con normas básicas de la Naviera)

**A BORDO DEL BARCO ESTA COMPLETAMENTE PROHIBIDO COMER O BEBER A BORDO. TANTO EN EL INTERIOR COMO EN EL EXTERIOR (NORMAS COVID NAVIERA)**

Si alguien estuviera indispuerto tendrá que comunicarlo a la organización y esta a la tripulación

## Llegada a la Isla

La llegada a la isla se estima sobre las 09.45 por lo que el primer grupo tiene poco tiempo para organizarse.

Hay que respetar en todo momento la distancia de seguridad y los que utilicen mesas del bar del muelle deberán respetar en todo momento la normativa del mismo.

Una vez puestos los neoprenos, las bolsas de cada uno con su numeración se dejarán en el muelle en un lugar que os indicaremos. **Únicamente la bolsa que os hemos dado para meter vuestra ropa seca. De otras bolsas no nos hacemos responsables.**

Vuestra bolsa de ropa seca debe ir con **lo MINIMO INDIPENSABLE** (TOALLA Y LA ROPA SECA QUE LLEVAIS PUESTA EN EL BARCO)

La mascarilla debe permanecer puesta hasta el momento de bajar a la playa, habrá personal para recogerlas

Al llegar al punto de salida de la playa según los grupos de llamada se os volverá a pasar lista al pie de agua. **POR FAVOR MANTENER LA DISTANCIA**

**HABRA ALFOBRA DE CRONOMETRAJE ASI QUE LOS TIEMPOS NO OS EMPEZARAN A CONTAR HASTA QUE NO PASEIS POR ENCIMA DE LA MISMA.**

Se os pondrá en línea de 10 en 10, por favor la salida no es necesario correr al igual que tampoco está permitido correr en la llegada a la playa

### **GRUPOS DE SALIDA, Colores Grupos y Avituallamientos.**

Cada grupo va identificado con un color que llevaran los gorros de natación y las embarcaciones de cada grupo.

Cada grupo ira formado por embarcaciones encargadas de vigilar a los nadadores, acompañarlos y a las que os deberéis acercar a recibir el avituallamiento como se os indique.

Hay un color de gorro para identificará cada grupo, este color lo llevaran además las embarcaciones de referencia con banderas

10.15. GRUPO LENTO Color NARANJA

10.30 GRUPO MEDIO2 LENTO Color ROJO

10.45 GRUPO MEDIO1 RAPIDO Color AMARILLO

11.00 GRUPO RAPIDO Color BLANCO

No están permitidos los cambios de grupo en el agua

**LA PRUEBA ES NO COMPETITIVA, por lo que se podrá neutralizar en cualquier momento si así lo estima la organización.**

**IMPORTANTE. SI UN NADADOR RETRASA REITERADAMENTE EL GRUPO Y SE QUEDA DESCOLGADO SIN PODER SEGUIR EL RITMO, PODRA SE RRETIRADO POR LA ORGANIZACIÓN.**

**IGUALMENTE LOS MAS RAPIDOS NO PUEDEN SEGUIR EL RITMO QUE LES APETEZCA, SERAN NEUTRALIZADOS POR LAS EMBARCACIONES**

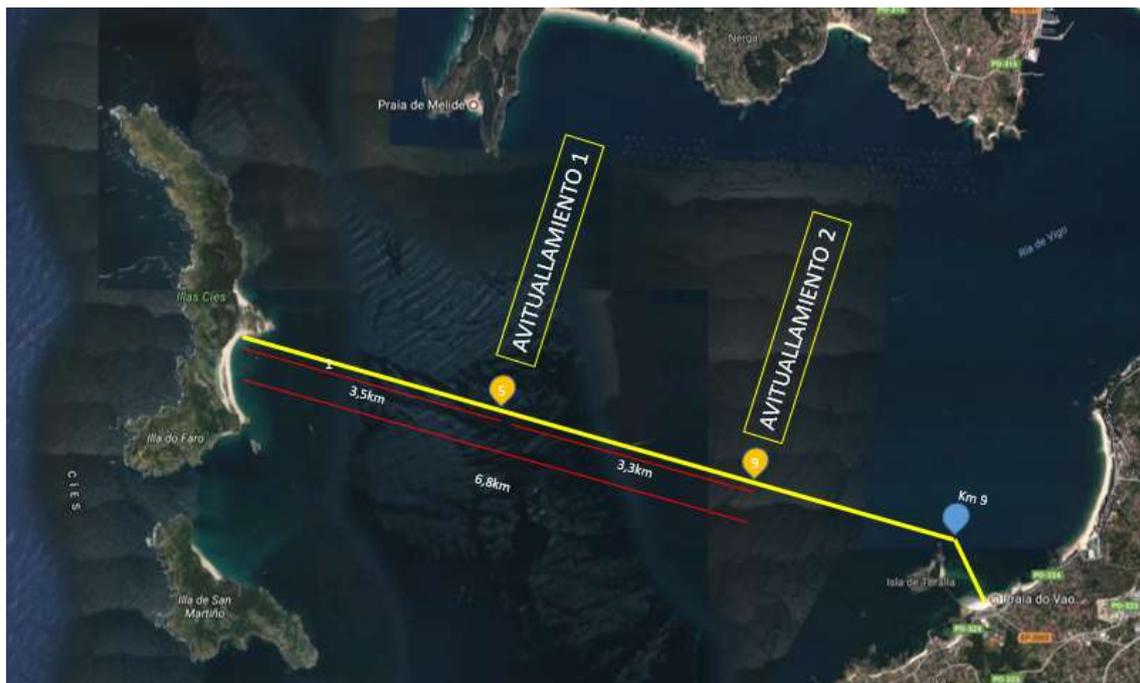
Es obligatorio parar en los avituallamientos, que nos valdrán para reagrupar a los grupos.

### **NEOPRENO Y BOYA DE SEÑALIACION OBLIGATORIO**

La parada del avituallamiento debe ser rápida, rogamos no detenerse a “comentar las jugadas” y tampoco salir antes de que lo indiquen las embarcaciones

Los avituallamientos son a base de Aquarius Powerade y agua además de geles y barritas marca Aptonia de Decathlon además de plátanos.

**Como sabéis todos haréis dos paradas para recibir el avituallamiento, entorno al km 3,5 y km 7**



Como veis en el grafico una vez llegamos a la Isla de Toralla muy reconocida por el edificio que tiene que nos servirá de guía a partir de media carrera, aún queda un km, lo comentamos para que seáis conscientes de ello.

**NO SE PUEDE TIRAR NADA AL AGUA POR FAVOR, SEAMOS ESTRUCTOS.**

## LLEGADA A LA PLAYA

La entrada en la playa se hará por el canal de Navegación indicados por una boya verde y una Roja. La meta estará señalizada con un arco de meta y personal de la organización.

Recordar pasar por la alfombra de cronometraje para registrar los tiempos...si os paráis a haceros fotos o saludar a familiares el tiempo seguirá corriendo.

**Tras pasar por dicha alfombra, se os entregara una MASCARILLA, y deberéis seguir andando para recoger la bebida, bolsa de comida y vuestra bolsa de guardarropa como se os indicará.**

Dichas carpas de Guardarropa y comida este año no están en la Playa, si no casi llegando al aparcamiento en una explanada bien visible.

Por motivos Covid este año la carpa de comidas del interior del campo de futbol no la podemos utilizar, la COMIDA FINAL de carrera se os dará en bolsa, en unas carpas antes descritas, junto con vuestra bolsa de ropa seca.

Por favor una vez terminada la prueba y recogido vuestro material os rogamos os disperséis siendo conscientes de la situación en la que nos encontramos, respetando las distancias y demás normas de seguridad.

**LOS AUTOBUSES DE VUELTA DESDE LA PLAYA AL HOTEL CIUDAD DE VIGO SALDRAN ENTRE LAS 15. 00 Y LAS 15.30**

## NADADORES RETIRADOS.

Los nadadores que bien por voluntad propia o por ser descalificados por la organización, serán llevados al barco médico, desde el cual en el momento que se estime oportuno se les acercará a la playa.

En la hoja de responsabilidad rellenar el apartado sanitario al completo y persona de contacto a quien queráis avisar si ocurre cualquier percance.

Esperamos que no sea el caso

Os deseamos mucha suerte a todos

## VER ANEXOS SIGUIENTE PAGINA

# IMPORTANTE

## Anexo 1: Hoja exención responsabilidad (TRAER FIRMADA)

Acceder al enlace para su descarga:

<https://www.desafioislascies.com/documentos-travesia-2021/>

## Anexo 2: Protocolo Covid Travesía a nado (CONSULTA)

Acceder al enlace para su consulta:

<https://www.desafioislascies.com/documentos-travesia-2021/>

Si el enlace no funciona, accede a nuestra web:

[www.desafioislascies.com](http://www.desafioislascies.com)

Menú: Nuestras Pruebas / Travesía Nado / Documentos

## Anexo 3: Protocolo naviera

**MEDIDAS ANTI COVID-19**  
**IMPORTANTE PARA VIAJAR EN BARCO**

- 1** Es **OBLIGATORIO** uso de mascarilla a bordo. Está **PROHIBIDO** consumir alimentos. Se debe evitar consumir bebidas, conversar o mantener cualquier contacto directo con otras personas ocupantes de la embarcación.
- 2** Recuerda que es imprescindible una buena higiene de manos, lávate con frecuencia las manos, utiliza los geles desinfectantes.
- 3** Recomendable el pago con TMG o tarjeta bancaria.
- 4** De acuerdo con las medidas vigentes se podrá ocupar la totalidad de los asientos. En todo caso, se recomienda mantener la máxima separación entre las personas usuarias cuando el nivel de ocupación lo permita.
- 5** Las personas que presenten síntomas respiratorios o que crean que tienen probabilidad de infección deberán abstenerse de emplear los servicios de transporte.
- 6** Se debe mantener una distancia de seguridad de 1,5 m durante las operaciones de entrada y salida de las embarcaciones, por favor cuando no sea posible guardar la máxima distancia.

¡GRACIAS POR VUESTRA COLABORACIÓN!

naviera  
Mar de Ons

