

## Regulamin uczestnictwa w zawodach organizowanych przez Polski Związek Biathlonu w czasie pandemii COVID-19

Dotyczy: wszystkich uczestników zawodów (zawodnicy, sędziowie, trenerzy, serwisanci, kierowcy, personel towarzyszący)

1. Uczestnictwo w zawodach jest możliwe jedynie pod warunkiem uzyskania negatywnego wyniku testu na obecność wirusa COVID-19 (Test antygenowy - kasetkowy - w dniu treningu oficjalnego przed jego rozpoczęciem). Koszty Testów pokrywa PZBiathlonu.
2. Każdy z uczestników jest zobligowany do wysłania ankiety stanu zdrowia, będącej załącznikiem do niniejszego regulaminu, do 2 dni przed rozpoczęciem zawodów na adres Lekarza PZB ([h.zakliczynska@biathlon.com.pl](mailto:h.zakliczynska@biathlon.com.pl)), będącej podstawą do wstępnej zdrowotnej kwalifikacji do udziału w zawodach.
3. Weryfikacja stanu zdrowia będzie przeprowadzona w pierwszym dniu zawodów, przed zakwaterowaniem. Osoby z objawami infekcji nie będą dopuszczone do startu i będą musiały opuścić obiekt.
4. Każdy z uczestników zawodów jest zaopatrzony we własne maseczki (optymalnie jednorazowego użytku) oraz środek do dezynfekcji rąk w małym opakowaniu, który może mieć stale przy sobie.
5. W zawodach nie mogą uczestniczyć kibice, w tym rodziny i bliscy zawodników.
6. Osoby zamieszkałe na stałe w pobliżu obiektu sportowego, na którym rozgrywane są zawody są zobligowane do mieszkania w hotelu na czas zawodów.
7. Każdy z uczestników zawodów będzie poddawany pomiarom temperatury ciała przynajmniej 2 razy dziennie.
8. Zasady przebywania w hotelu:
  - a. Poruszanie się po obiekcie w maksymalnie ograniczonym zakresie, zawsze z założoną na usta i nos maseczką ochronną, w tym przechodzenie do stołówki,
  - b. Poruszanie po stołówce tylko w założonej maseczce, która może być zdjęta na czas spożywania posiłku
  - c. Poszczególne grupy zawodników (kobiety/mężczyźni) powinni spożywać posiłki w różnych godzinach (np. 13.00 i 13.30)
  - d. W miarę możliwości poszczególne grupy zawodników (z jednego klubu sportowego) powinny być zakwaterowane na jednym piętrze
9. Podczas przebywania na obiekcie sportowym, poza wykonywaną aktywnością fizyczną, obowiązują:
  - a. noszenie maseczki zakrywającą usta i nos (chusty, kominy nie są uznawane jako maski)
  - b. - częste mycie i dezynfekcja rąk

- c. - utrzymywanie dystansu min. 1,5 m
  - d. - niepodawanie dłoni (ani innych gestów) podczas powitań
10. Podczas wykonywanej aktywności fizycznej zawodnicy nie muszą nosić maseczek.
11. Podczas ceremonii dekoracji każdy jej uczestnik:
- a. musi mieć założoną maseczkę zakrywającą usta i nos,
  - b. nie może podawać ręki ani wykonywać innych gestów związanych z gratulacjami
  - c. musi zachować dystans na podium (jedna osoba na każdym stopniu)
12. Poza obiektem rekomendowane jest przebywanie w swoich grupach (klub, grupa treningowa).
13. Rekomendowane jest odkażanie broni, zwłaszcza w miejscach styku z dłońmi i twarzą.
14. Wszelkie objawy infekcji (wzrost temperatury ciała, osłabienie, bóle kostno-mięśniowe, katar, kaszel, bóle głowy, bóle brzucha, nudności, wymioty, luźne stolce, zapalenie spojówek, utrata węchu, utrata smaku, wysypka) należy zgłaszać do Sztabu Medycznego zawodów.
15. Wszelkie odprawy i spotkania zostaną skrócone do minimum. Informacje będą przekazywane w formie komunikatów w aplikacji np. WhatsApp.

## Ankieta dla osób biorących udział w zawodach Polskiego Związku Biathlonu

.....

Imię i nazwisko

PESEL

adres zamieszkania

telefon

### Dotyczy osób niepełnoletnich

Imię i nazwisko rodzica/przedstawiciela ustawowego

telefon

adres zamieszkania

### **Dotyczy ostatnich 2 tygodni!**

	tak	nie
<b>Czy miałas/miałeś wykonywany jakikolwiek test na obecność COVID 19?</b>		
Jeżeli tak, jaki był wynik tego testu ..... (słownie)		
<b>Czy ktoś z Twoich najbliższych (rodzina, znajomi) miał (+) test COVID 19?</b>		
<b>Czy miałas/miałeś świadomy kontakt z osobą COVID 19 (+)</b>		
<b>Czy stosowałaś/stosowałeś środki ochrony osobistej?</b>		
maseczka ochronna		
dezynfekcja rąk		
zachowanie dystansu od innych osób w miejscach publicznych min. 1,5 m		
<b>Czy występował, którykolwiek z niżej wymienionych objawów?</b>		
stan podgorączkowy/gorączka		
osłabienie		
ból głowy		
ból brzucha		
kaszel		
duszność		
katar		
ból gardła		
utrata węchu		
utrata smaku		
bóle kostno-mięśniowe		
zaczerwienienie oczu (zapalenie spojówek)		
wysypka		
<b>Czy zastosowałaś/zastosowałeś jakikolwiek z wymienionych niżej leków?</b>		
syrop na kaszel		

tabletki do ssania na gardło		
tabletki przeciwgorączkowe/przeciwbólowe		
preparat do nosa na katar		
inhalacje		
inne (proszę wpisać)		
<b>Czy konsultowałeś się z lekarzem z powodu objawów przeziębienia/infekcji?</b>		