



MANUAL DEL CORREDOR

Fecha: 06 de febrero de 2021

Lugar largada/llegada: Municipalidad de Caviahue

Horario: Distinta para cada distancia

LARGADAS

Cada distancia tiene su horario específico. Solicitamos no concurrir si no les corresponde. Cada distancia entrará en calor en la zona destinada a tal fin (calle Av. Ricardo Bealous). La organización comenzará a partir de un determinado momento a ingresar al sector de pre largada a grupos reducidos. Se tomará temperatura, colocará alcohol en gel en manos y verificará uso de tapabocas. Luego ingresarán al arco de largada. En ese sector se utilizará el scanner en el tyvek para asignar horario de salida y comenzará su carrera. En ese punto irán saliendo de a uno, mientras se realiza este procedimiento. Mientras tanto se irá preparando a otro grupo reducido en la zona de pre largada. Si salen si ser escaneados no tendrán registro y quedarán sin clasificación.

30km: Entrada en calor en zona delimitada: 7.45hs

Largadas comienzan: 8.00hs aprox.

15km: Entrada en calor en zona delimitada: 9.15hs

Largadas comienzan: 9.30hs aprox.

5km: Entrada en calor en zona delimitada: 11.30hs.

Largadas comienzan: 12.00hs aprox

ADAPTACIONES POR PANDEMIA

Entendiendo que seguimos transcurriendo la Pandemia por COVID- 19 es que tendremos algunas adaptaciones con respecto a la modalidad original de este tipos de competencias.

Sabemos que **TODOS DEBEMOS CUIDARNOS y SER RESPONSABLES EN TODO MOMENTO.**

La utilización de Barbijos/Tapabocas deber ser constante en la estadía en Caviahue. La distancia social es primordial también para poder disminuir los riesgos de contagios.

Aquellas personas que presenten síntomas compatibles no deben viajar para no exponer al resto de los participantes ni los habitantes de Caviahue. Solicitamos leer toda la información para que entre todos nos cuidemos.

Acreditaciones: será en forma presencial en el Gimnasio Polideportivo. Tendremos un ingreso por una puerta y la salida por otra. La distancia de separación entre cada uno debe ser de 1.5mts. (Demarcaremos el piso). **TODOS Y EN TODO MOMENTO** deberán tener barbijo/tapaboca colocado correctamente. En caso de incumplir serán comunicados por personal abocado al control de protocolos. En caso de reiterarse serán descalificados y no podrán participar.

Charla Técnica: no se realizará en forma presencial y se reemplazará con este MANUAL DEL CORREDOR.



Entrada en Calor (zona amarilla): cada distancia (5k-15k y 30k) tendrán horarios diferentes para presentarse en el sector demarcado para la entrada en calor. Es imprescindible que no asistan si no les corresponde. Tendremos personal con alcohol en gel para los corredores. Es obligatorio el Barbijo/tapabocas colocado correctamente. En caso de incumplir serán comunicados por personal abocado al control de protocolos. En caso de reiterarse serán descalificados y no podrán participar.

Largada: Cada distancia tendrá su horario de entrada en calor. En estas franjas horarias la organización irá realizando los llamados por pequeños grupos de corredores, los cuales deberán pasar al sector de pre-largada. El barbijo/tapabocas debe ser utilizado obligatoriamente. Tendremos a 400mt de la largada (zona 3), un cartel que indicará que el uso del barbijo/tapaboca es opcional, siempre y cuando no tengan a otro corredor a menos de 10mt.

Pre-largada (zona 2): será un sector delimitado para pequeños grupos que serán los próximos a largar. La organización realizará el escaneo del dorsal y comenzará a correr su tiempo de carrera.

Llegada: tendremos un cartel que indicará el inicio del «sector seguro» previo al arco de llegada (zona 4). Desde ahí hasta el cruce de meta es obligatorio el uso del barbijo/tapabocas. Tendremos personal con alcohol en gel para los corredores.

Puestos de abastecimiento: tanto en los puestos del recorrido como en la llegada, nuestro personal tendrá en forma constante elementos de bioseguridad. Es obligatorio para los participantes utilizar barbijos/tapabocas. Los rociadores será manipulados por personal de la organización y ofrecerán a todos alcohol en gel o diluido al 70% antes de recibir botellas de Powerade, Bon Aqua o frutas.

Durante el recorrido: la utilización del barbijo/tapabocas puede no ser utilizado a menos que los corredores estén a menos de 10mt de otra persona (ya sea corredor o personal de la organización).

Clasificación: modificamos nuestro sistema de clasificación, donde a cada corredor le otorgaremos en la largada una «Hora de Inicio» y al finalizar le otorgaremos una «Hora de finalización». La clasificación tendrá en cuenta la diferencia de estas, para otorgar el tiempo de carrera. De esta manera no tendremos corredores apurados y amontonados por largar ya que cada uno tendrá su tiempo neto. Sabremos los ganadores cuando el último corredor cruce el arco de meta.

Premiación: la premiación se realizará en cercanías al sector de largada, al aire libre donde todos deberán utilizar en carácter de Obligatorio el uso de barbijos/tapabocas correctamente. Solicitamos que todos tengan precaución de mantener la mayor distancia social posible.

IMPORTANTE: estamos trabajando con los gastronómicos de Caviahue para que estén con su stand en las acreditaciones. Nuestra intención es que todos los que puedan contraten el servicio de viandas para las comidas que quieran. Esto permitirá que las comidas no sean un momento de riesgo y amontonamiento de personas en locales. También permitirá organizar mejor a los comercios y respetar ciertos horarios para corredores. Recuerden que la pandemia no terminó, pero si podemos adaptarnos para evitar riesgos.



Responsabilidad individual

Reconozco los riesgos que implica mi participación en el evento. Entiendo mis responsabilidades frente a respetar los protocolos Covid19. Declaro bajo juramento no tener síntomas compatibles con Covid19 ni haber tenido contacto estrecho en los últimos 10 días con un caso positivo. La organización trabajará para hacer respetar los protocolos, pero el cuidado y responsabilidad para con la salud de cada corredor es individual. La organización no se responsabiliza en caso de contagios.



RECONOCIMIENTOS:

Queremos agradecer a la Municipalidad de Caviahue Copahue por el apoyo y confianza brindada en este contexto de Pandemia para llevar adelante la 5° Edición de Caviahue Trail.

Destacamos al Gobierno Provincial por permitirnos presentar el proyecto en un momento muy complejo por el Coronavirus y respaldar los protocolos.

Especial agradecimiento a los sponsors, que a pesar de un año muy difícil a nivel económico para todos los rubros, aun así nos siguen acompañando y permitiendo generar esta edición a pesar de todo.

MUCHÍSIMAS GRACIAS!!!

ENTREGA DE KITS

Los kits se entregarán el viernes 05 de febrero de 14.30hs a 19.30hs en El Gimnasio Polideportivo Municipal ubicado atrás del Hospital camino al Cerro de Ski. Deberán presentarse con Constancia de Pago y Apto Médico. Al ingresar deben tener el Tapaboca bien colocado, respetar la distancia social y utilizar alcohol (diluido o en gel) en las manos. En caso de no respetar las medidas de bioseguridad, será avisado y en caso de repetirse es pasible de descalificación.

Aquellos que hayan coordinado con la organización, retirar kits de otras personas, deberán aparte presentar Fotocopia de DNI del titular.

Estos serán los Kits de corredor..

5km:

- Remera oficial
- Dorsal (debe ir siempre al frente)
- Alfileres de gancho
- Buff BPN
- Cinta llavero Caviahue Trail

15km:

- Remera oficial
- Dorsal (debe ir siempre al frente)
- Alfileres
- Buff BPN
- Cinta llavero BPN
- Cinta llavero Caviahue Trail
- Sobre gomitas
- Alcohol en gel (debe llevarse durante la competencia)

30km:

- Remera oficial
- Dorsal (debe ir siempre al frente)
- Alfileres
- Buff BPN
- Cantimplora Metálica BPN
- Cinta llavero Caviahue Trail
- Sobre de gomitas
- Alcohol en gel (debe llevarse durante la competencia)



CHARLA TÉCNICA:

Esta instancia de suma importancia para los organizadores para explicar bien los recorridos y temas técnicos, se reemplaza por este manual del corredor. Queremos evitar a toda costa las reuniones. Por favor leer todos los ítems y releer en caso de ser necesario. Trataremos de ser lo más claros posibles para que no hayan dudas.

NÚMERO DE CORREDOR:

Los números son identificados por colores según la distancia y poseen un código identificador en la parte inferior que se utilizará para otorgar tiempo de largada y luego que la clasificación sea más ágil en llegada. El mismo debe estar siempre visible al frente, y se colocará de tal manera que no se deteriore el código con roce de prendas, ni se debe romper. La organización les entregará en el Kits alfileres para ser colocados desde las 4 puntas.

RECORRIDOS

Todos los recorridos estarán transitando caminos, senderos y huellas dentro del Área Natural Protegida Copahue.

El diseño de los mismos fue teniendo en cuenta el menor impacto ambiental posible, el mayor atractivo paisajístico y lo más accesible para emergencias.

Todos largarán desde la Municipalidad y llegarán al mismo punto. Recuerden que la altura aprox de inicio es de 1600msnm, y desde ese punto se correrá aumentando las alturas. En promedio se estará transitando senderos sobre los 1900msnm llegando a puntos altos de 2350mm aprox.

CAVIAHUE TRAIL



www.caviahuetrail.com.ar

06 DE FEBRERO
2021



Datos Relevantes de los 5km

Los 5km largan desde La Municipalidad de Caviahue ubicada aproximadamente a 1600msnm. Recorrerán calle hasta cruzar el puente del Rio Agrio para comenzar a recorrer senderos por el bosque de Araucarias.

Todo este sector está cubiertos por piedras de todo tipo y tamaño, con lo que solicitamos especial atención para evitar torceduras.

En el punto más alto tomarán un desvío hacia la izquierda para bajar hasta la ruta y llegarán al pueblo por banquina. Luego tomarán por la calle "Del Lago" para subir hasta la llegada. Recuerden que el tapaboca debe ser colocado nuevamente para cruzar el arco de meta. Solicitamos respeten los protocolos o serán pasibles de descalificación.

Tanto el control vehicular como todas las calles transitadas por corredores estará la Policía local colaborando con la organización. Es obligatorio que todos los participantes lleven hidratación propia. En esta distancia tendrán en llegada su puesto de abastecimiento.



Datos Relevantes de los 15km

Los 15km también largan desde La Municipalidad de Caviahue ubicada aproximadamente a 1600msnm. Recorrerán calle hasta cruzar el puente del Rio Agrio para comenzar a recorrer senderos por el bosque de Araucarias.

Todo este sector está cubiertos por piedras de todo tipo y tamaño, con lo que solicitamos especial atención para evitar torceduras. Luego tomarán hacia la derecha para empezar a ver el Volcán Copahue en frente. En el "Puesto Abandonado" comenzarán una travesía hacia la derecha para recorrer senderos, piedras, arroyos, arbustos, etc. Obviamente seguimos subiendo hasta llegar al desvío de la "Confitería Pehuén" donde comenzarán a bajar. En ese punto tendrán el puesto de abastecimiento. Seguirán descendiendo hasta el punto donde nuevamente comienzan a compartir con los 30km. En la base del Centro de Ski, cuando parece que todo está por finalizar, doblarán a la derecha para comenzar a subir entre cañaverales, senderos y piedras. El momento donde las piernas comienzan a arder, es donde se encontrarán con la Laguna Escondida. Este punto es de mucho riesgo de lesión, son lo que pedimos que comiencen el descenso hasta la orilla con mucha atención. Luego comienza un descenso muy técnico y riesgoso hasta que comenzarán a escuchar la música en la llegada. Deberán colocarse el tapaboca nuevamente para cruzar la meta. Solicitamos atención a los protocolos y que la elongación final sea en zonas del pueblo donde puedan respetar la distancia social.

CAVIAHUE TRAIL



www.caviahuetrail.com.ar

06 DE FEBRERO
2021



Datos Relevantes de los 30km

Los 30km también largan desde La Municipalidad de Caviahue ubicada aproximadamente a 1600msnm. Recorrerán calle hasta cruzar el puente del Rio Agrio para comenzar a recorrer senderos por el bosque de Araucarias.

Todo este sector está cubiertos por piedras de todo tipo y tamaño, con lo que solicitamos especial atención para evitar torceduras. Luego tomarán hacia la derecha para empezar a ver el Volcán Copahue en frente. En el "Puesto Abandonado" comenzarán una travesía hacia la derecha nuevamente para recorrer senderos, piedras, arroyos, arbustos, etc. Obviamente seguimos subiendo hasta llegar al desvío de la "Confitería Pehuén" donde ustedes seguirán subiendo hasta el Cerro Mesa que tendrá banderas color flúo para que puedan identificar cuando las piernas tendrán un pequeño descanso. En ese punto tendrán el puesto de abastecimiento, solicitamos se coloquen el tapabocas utilizar desinfección que tienen en su kit. En ese punto doblarán a la izquierda y comenzarán a recorrer un camino de servicio del cerro obviamente en subida hasta el punto más alto de la carrera. Podrán disfrutar de paisajes increíbles, kilómetros de montañas, mallines, arroyos, lagos.

En el punto más alto, con el Volcán Copahue (uno de los activos de américa), doblarán a la derecha y comenzarán a transitar sectores de arena volcánica hasta llegar a un descenso increíble que los llevará



hasta una de las lagunas “Las Mellizas”. Se dirigirán hasta el Hito Copahue (límite con Chile) para comenzar a subir nuevamente hacia Copahue. Luego viene un pequeño descenso para recorrer las calles de este pueblo termal (Copahue) hasta el puesto de abastecimiento. Recuerden colocarse el tapabocas. En ese punto comenzarán a correr teniendo como guía el Vapoducto, el cual los llevará hasta la unión de las Lagunas Las Mellizas. En ese lugar comenzarán nuevamente a subir hasta el “Cerro Mesa” donde tendrán nuevamente el puesto de abastecimiento para tomar por fin otro descenso muy técnico hasta la Base del Centro de Ski. En ese punto, cuando parece que todo está por finalizar, doblarán a la derecha para comenzar a subir entre cañaverales, senderos y piedras. El momento donde las piernas comienzan a arder, es donde se encontrarán con la Laguna Escondida. Este punto es de mucho riesgo de lesión, son lo que pedimos que comiencen el descenso hasta la orilla con mucha atención. Luego comienza un descenso muy técnico y riesgoso hasta que comenzarán a escuchar la música en la llegada. Deberán colocarse el tapaboca nuevamente para cruzar la meta. Solicitamos atención a los protocolos y que la elongación final sea en zonas del pueblo donde puedan respetar la distancia social.

PRESERVACIÓN DEL MEDIO AMBIENTE

Desde nuestra primera edición hacemos mucho hincapié sobre el cuidado del medio ambiente, la limpieza de los recorridos y mantener todo el sector del Área Natural Protegida Copahue, como lo encontramos. Podrán conocer lugares de increíble belleza, y de poco tránsito de personas. Utilizamos huellas de animales para no lastimar a los mallines, y esquivamos cualquier curso de agua natural que tenemos cerca. Estas son recomendaciones que nos brindan las autoridades, y las tomamos como filosofía de Caviahue Trail para que los corredores sean parte del cuidado, y permitir contagiar buenas prácticas deportivas. Los recorridos fueron aprobados por las autoridades provinciales, y controlarán que los protocolos de marcación y de limpieza se cumplan según lo planificado.

Los puestos de abastecimiento tendrán personal para brindar el servicio al corredor, controlar protocolos pero también de la limpieza del sector.

NO SE PERMITIRÁ que ningún corredor arroje basura, geles, botellas o cualquier otro elemento. Será pasible de sanción severa y hasta eliminación de la competencia.

PUESTOS DE ABASTECIMIENTO

5 KM

- P.H: Llegada en la villa de Caviahue. Se entregará una bolsa individual con Hidratación y fruta.

15 KM

- P.H 1: a 10 km (aprox.) debajo de la Confitería Pehuén. Tendrán Fruta, Agua y Powerade.
- P.H 2: Llegada en la villa de Caviahue. Se entregará una bolsa individual con Hidratación y fruta.

Por cuestiones de Protocolos se entregará botella y deberán volcar el líquido a su recipiente y dejar la botella. El personal entregará desinfectados los elementos, a cada uno (deberán esperar en caso de ser necesario). No está permitido que el corredor manipule ni comparta nada.

30 KM

- P.H 1: 10,2 km (aprox.) Cerro Mesa. Tendrán Fruta, Agua y Powerade.



- P.H 2: 16 km (aprox.) Copahue y Vapor ducto. Tendrá Agua.
- P.H 3: 20,3 (aprox.) Cerro Mesa. Tendrán Fruta, Agua y Powerade.
- P.H 4: Llegada en la villa de Caviahue. Se entregará una bolsa individual con Hidratación y fruta.

MARCACIÓN Y SEGURIDAD

La marcación de los recorridos se realizará por medio de bolsas de color rojo con arena o piedras adentro apoyadas en el suelo, estacas de hierro con cintas y banderas grandes Naranjas y amarillas en puntos elevados.

Contaremos con 25 banderilleros indicando el recorrido correcto y 3 jinetes con caballos de Gendarmería. Tendremos carteles indicando los sentidos del recorrido con la distancia y flechas correspondientes.

Estarán trabajando en seguridad de los participantes:

- 7 Banderilleros de la dirección de deportes de Caviahue
- 22 aspirantes de la Escuela de Guardavidas del Comahue que colaborarán en los recorridos en tareas varias.
- 6 personas abocadas a protocolos en largada/llegada de la Dirección de Cultura y Juventud de Caviahue
- 1 ambulancia con del RIM 21 de Las Lajas y una ambulancia con enfermero contratada por la organización para poder brindar una respuesta más rápida ante cualquier emergencia.
- Estará en alerta la sala de primeros auxilios de Caviahue
- Estará en alerta el Hospital de Loncopue.
- Tendremos el apoyo de 6 personas en la logística por parte de Gendarmería, Batallón de Las Lajas.
- 2 cuatriciclos y 2 motos de Gendarmería.
- Tendremos 15 handies extras para comunicaciones en canal de emergencias y 5 handies más para tareas técnicas deportivas.
- Contaremos con una repetidora en el sector más alto de los recorridos y una base en vehículo de la organización.
- Personal de la Dirección de Deportes como control de paso en los recorridos y como asistentes en los puestos de hidratación.
- Defensa Civil de Caviahue estará colaborando con tareas de control y seguridad.

ESTACIONAMIENTO PARA LA CARRERA:

Solicitamos a todos los participantes que dejen los vehículos lo más lejos posible del sector de largada/llegada para permitir el posible paso de ambulancias y facilitar el normal transcurso de la carrera.

CLIMA:

Estaremos atentos a los posibles cambios de clima y cualquier cambio en el Volcán Copahue, para rever las distintas opciones de cambios de circuito que tenemos. Cualquier cambio realizado será informado en la charla técnica.



LIMPIEZA:

Como lo venimos anunciando tendremos un gran desafío entre organización y participantes. Tendremos equipo trabajando en la limpieza del recorrido, pero la intención de Caviahue Trail es que siga creciendo edición tras edición para darle la oportunidad de conocer estos paisajes a la mayor cantidad de personas posibles.

Para esto es necesario el compromiso inmenso de todos los participantes de NO ARROJAR BASURA EN LOS RECORRIDOS. En caso de detectar por parte de la organización a algún participante tirar elementos podremos sancionarlo. En caso de ver que se cae algo de una mochila levantarlo o avisar al corredor para que lo haga.

Tendremos tachos destinados a la basura en todos los puestos de hidratación. Las botellas DEBERÁN QUEDAR COMO MÁXIMO A 20MTS del puesto donde fue recibida. En caso contrario deberán llevarla hasta la llegada.