



**Troféu Regional MX Ribatejo – Aveiras de Baixo, Azambuja**  
**MX PRO, MX1, MX2, MX2 Júnior, Feminino, Livres, Clássicas, CN MX50**  
**Regulamento Particular 14 Novembro 2021**

Clube organizador: Associação de Desporto Motorizado e Lazer MXGL Ribatejo

Contacto : 917 061 733

Local: Aveiras de Baixo, Azambuja

Pista: Complexo MX Aveiras de Baixo

Perímetro: 1,700 metros

Director de Prova: Pedro Barros

Comissário Técnico: Nelson Barros

Delegado FMP: Miguel Patarão

Médico de prova: a cargo da Cruz Vermelha

Pronto Socorro: a cargo da Cruz Vermelha

Secretário de Prova: Vera Barros

**Gasolina:** Bombas combustível de Azambuja

**Acessos:**

**Seguro de Prova:** A Organização contratou com uma seguradora o seguro de Responsabilidade Civil para provas desportivas de Motocross que cobre a responsabilidade civil dos pilotos em caso de acidente, quer durante os treinos, quer durante as mangas, de acordo com o Regulamento do Campeonato Nacional de Motocross e seus anexos e a lei portuguesa em vigor.

Os capitais seguros de responsabilidade civil são os seguintes:

€ 40.000.000,00 por acidente, para danos corporais    € 5.000.000,00 por lesado

€ 8.000.000,00 por acidente, para danos materiais    € 1.000.000,00 por lesado

A Organização declina toda a responsabilidade pelos estragos causados aos motociclos, acessórios e restantes materiais provocados por acidente, fogo, ou qualquer outro incidente em que intervenham os seus titulares.

Esta competição é organizada de acordo com o Regulamento Geral de Motocross Supercross. O presente Regulamento que foi examinado e aprovado pela FMP.

**Inscrições:** As inscrições serão validadas conjuntamente com as verificações técnicas.

**Participantes:** Todos os pilotos detentores de uma Licença Desportiva emitida pela FMP ou por outra Federação reconhecida pela F.I.M. são autorizados a participar nas manifestações desta entidade federativa.

São participantes numa manifestação:

O condutor ou piloto, que é a pessoa que conduz o motociclo, titular de uma licença emitida pela FMP.

O concorrente, que é a pessoa física ou moral que inscreve o piloto e o motociclo, titular de uma licença emitida pela FMP.

Os pilotos serão responsáveis pelas suas assistências e pelo comportamento das pessoas que as integram. As atitudes anti-desportivas ou de falta de respeito à ordem vigente durante uma prova das pessoas que integram uma assistência poderão vir a ser reflectidas em sanções a aplicar ao



piloto. Estas sanções poderão ser do tipo exclusão da prova (decididas pelo Delegado da FMP), quer passíveis de processo disciplinar no âmbito do Código de Disciplina da FMP.

Todo o piloto, mecânico, assistente ou membro de equipa que discuta, reclame ou critique em termos extra-desportivos ofendendo o clube organizador, os seus elementos ou a entidade federativa serão alvo de sanções disciplinares promovidas pelo Júri ou Delegado da Prova e deliberadas pela Comissão de Motocross e que terão a forma de repreensão por escrito e/ou suspensão de provas.

Qualquer participante que também integre a organização, direcção ou promoção da corrida, ou qualquer órgão da FMP, não poderá deliberar nem participar na decisão de qualquer reclamação, apelo ou recurso relativo à corrida em que participa.

**Passes:** A Organização atribuirá passes: **3 (três) passes para: Piloto, Mecânico e Assistente.**  
O clube organizador pode atribuir em complemento pulseiras ou outras credenciais.

**NOTA:** Estes “passes” poderão ser do tipo pulseira ou credencial onde deverá constar sempre o número do piloto e classe a que pertence, possibilitando assim a sua rápida identificação. Todos os Pilotos ou Equipas que queiram obter mais passes, poderão fazê-lo nos Secretariados desta Organização, contra o valor do custo do bilhete de ingresso no evento.

Horário

**Verificações Técnicas / Documentais: 7H00 ÀS 8H30**

**Treinos Livres: 9H30 ÀS 12H00**

Data: 14 Novembro 2021

*Lugar: Secretariado da Prova*

d) É obrigatória a presença do piloto para receber os prémios a que tem direito, salvo motivo justificado aceite pela organização ou de ordem médica.

#### **Reclamações e apelos**

Toda a reclamação contra um participante, concorrente, ou motociclo deve ser apresentado por escrito ao Director da Corrida num prazo de 30 minutos, no mais tardar, contados a partir da publicação dos resultados.

Poder-se-á apelar duma decisão do Júri da Prova à Direcção da FMP.

Toda a reclamação ou apelo deve ser apresentada de acordo com o Regulamento Geral de Motocross e acompanhada de uma caução de 250,00 €, reembolsáveis se a reclamação ou apelo for julgado procedente.

#### **Interpretação do Regulamento**

A interpretação do presente Regulamento é da inteira responsabilidade do Júri da prova.

Em caso de contestação serve o Regulamento Geral de Motocross e Supercross.

Glória do Ribatejo, 19 Outubro 2021

Director de Prova

Aprovado pela FMP



# **Plano de Contingência para Organização Desportiva COVID-19**

Organizador: MX Ribatejo

Data do evento: 14/11/2021

Local do Evento: Complexo MX Aveiras de  
Baixo



## Índice

1.0. Enquadramento e funcionamento do evento .....	2
1.2. O COVID-19: A doença, sintomas, formas de transmissão e prevenção .....	2
1.2. Quais os efeitos que a Infecção pelo Corona Vírus pode causar no evento? .....	4
1.3. Plano de Prevenção .....	5
1.4. Procedimentos Específicos de Funcionamento em Contingência .....	6
1.5. Procedimentos perante um caso suspeito .....	7
2. Princípios Fundamentais para Mitigação da Transmissão .....	8
2.1. – Distanciamento Social .....	9
2.2. – Higiene das Mãos .....	9
2.3. – Etiqueta Respiratória .....	10
2.4. – Utilização de Máscaras e Proteções Faciais .....	10
3.0. Estruturação do evento .....	11
3.1. Comunicação .....	11
3.2. Limpeza .....	12
3.3. Acesso ao Circuito das Entidades Participantes .....	13
3.4. Acesso ao Circuito no dia do Evento .....	14
3.5. Cerimónia de pódio .....	14
3.6. Diagramas do circuito .....	15



## 1.0. Enquadramento e funcionamento do evento

Seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde, consubstanciadas pelas normas e orientações da Direcção-Geral da Saúde, no âmbito da infeção pelo novo Corona Vírus SARS-CoV- 2, agente causal da COVID-19, a FMP apresenta e divulga o Plano de Contingência que a seguir se desenvolve que será sempre complementado pelo plano de Contingência específico para a modalidade de Motocross da Federação de Motociclismo de Portugal disponível em <https://www.fmp.pt/wp-content/uploads/bsk-pdf-manager/2021/03/Normas-COVID-19-MXSX-2021.pdf> .

De referir ainda que perante uma situação epidemiológica, todas as ações a desenvolver serão sempre alvo de avaliação no momento em que acontecem, uma vez que teremos informação a ser atualizada, que deveremos sempre levar em conta para as novas ações a tomar.

## 1.2. O COVID-19: A doença, sintomas, formas de transmissão e prevenção

Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial de Saúde foi informada de casos de pneumonia na cidade de Wuhan, na China. Em 7 de janeiro de 2020, um novo corona vírus foi identificado como a causa da doença que foi denominada COVID-19.

Desde então, foram identificadas mais pessoas infetadas em vários países, incluindo em Portugal.

O nome, COVID-19, resulta das palavras “corona”, “vírus” e “doença” com indicação do ano em que surgiu (2019).



A origem do vírus ainda é desconhecida, podendo, por isso, encontrar-se ativa, segundo as informações publicadas pelas autoridades internacionais.

Os sintomas são semelhantes a uma gripe:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- dores de cabeça

As complicações como pneumonia tem surgido, sobretudo, em doentes idosos ou com outras doenças crónicas, que diminuem o seu sistema imunitário.

A COVID-19 pode transmitir-se por:

- gotículas respiratórias;
- contacto direto com secreções infetadas;
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo as nebulizações).

O período de incubação do vírus ainda se encontra sob investigação, mas estima-se que seja de 1 a 14 dias.

Ate ao momento, também não existe vacina ou um tratamento específico. Contudo, existem medidas que ajudam a evitar a disseminação do vírus, nomeadamente de proteção individual. Neste sentido, a Direção Geral de Saúde recomenda:

- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o cotovelo, nunca com as mãos; deitar sempre o lenço de papel no lixo);
- Lavar as mãos frequentemente, com sabão e água e sempre que chegar às nossas instalações, se assoar, espirrar ou tossir, antes de iniciar as refeições, apos contacto direto com pessoas doentes, apos usar a casa de banho



- Evitar o contacto próximo com pessoas com tosse, febre e dificuldade em respirar;
- Evitar tocar nos olhos, boca e nariz sem ter lavado as mãos;
- Manter o distanciamento físico;
- Permanecer em casa e contactar o SNS 24 (808 24 24 24) no caso de ter tosse, febre e dificuldade em respirar.

De acordo com a situação atual em Portugal, o uso de máscara é obrigatório para proteção individual, como medida de proteção adicional ao distanciamento social, a higiene das mãos e a etiqueta respiratória.

1.2. Quais os efeitos que a Infecção pelo Corona Vírus pode causar no evento?

O evento deve estar preparado para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos participantes não poder participar nas atividades desportivas decorrentes da organização duma Prova Desportiva de Motociclismo, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

Neste contexto, considera-se que a realização do evento desportivo, em última análise, deveremos assegurar até ao momento em que tal não seja possível.

De igual forma a organização decidirá momento a momento, a possibilidade de encerrar áreas operacionais ou mesmo o próprio evento.



### 1.3. Plano de Prevenção

No sentido de preparar todos os presentes no evento, a organização para a possibilidade de aparecimento de um caso de Infeção pelo novo Corona Vírus, assegura os seguintes procedimentos:

- Colocação de dispensadores de solução á base de álcool distribuídos a todos os colaboradores e participantes do evento. Sendo que a desinfeção através de solução á base de álcool não substitui a lavagem regular das mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
- Utilização de mascara individual de proteção em todos os locais do Circuito, na zona do Centro Médico e zona na Torre de controle mascaras FP2 ;
- De referir que nos espaços utilizados pelas equipas, deverá cada equipa / piloto providenciar preparação Previa:
- Disponibilização de forma constante e regular de toda a informação existente e atualizada sobre o COVID-19, a nível nacional e internacional;
- Disponibilização a todos os colaboradores do evento ou empresas que prestem serviços ao mesmo de soluções desinfetantes, nos locais de contacto com o público e/ou pilotos, equipas e imprensa, nomeadamente no local de realização das verificações técnicas e administrativas, zonas operacionais da Torre de controlo, postos de comissários na pista, comissários de boxes, centro médico, todas as viaturas operacionais, zona de assistência em prova e online, etc.;
- Incentivar a correta e regular higienização das mãos, através de informação e brochuras dos produtos que considerar adequados para sua proteção;
- Reforçar a higienização de superfícies nos locais de maior permanência de pessoas;
- Evitar o contacto físico, inclusive apertos de mão;



- Garantir, sempre que possível, o distanciamento físico de pelo menos 2 metros durante uma conversa (que deverá ser sempre o mais limitada no tempo possível);
- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel no lixo), lavando as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir;
- Identificação e disponibilização de um local que possa ser utilizado como espaço de isolamento, para casos de colaboradores, membros de equipas, publico, membros das federações nacionais e internacionais, elementos de empresas que prestam serviço ao evento, etc. Que sejam identificados como suspeitos, onde a sua permanência seja suficientemente confortável e higiénica, até a conclusão dos procedimentos indicados pela Linha Saúde 24;

#### 1.4. Procedimentos Específicos de Funcionamento em Contingência

- De forma a prevenir e conter qualquer risco de contágio, o evento funcionará de forma compartimentada, ou seja, os membros de cada sector não deverão contactar presencialmente com os colaboradores de outro Sector, devendo utilizar sempre os meios alternativos de comunicação: telefone, rádio, etc;
- Utilização obrigatória de mascara individual de proteção;
- Controlo de acessos: irá ser implementado um controlo de temperatura a todas as pessoas que irão entrar no evento, pelo que todos os presentes poderão ser chamados a efetuar este controlo sempre que a equipa médica da prova assim o entender;



## 1.5. Procedimentos perante um caso suspeito

Qualquer participante ou colaborador do evento com sinais e sintomas de COVID-19, ou que identifique uma pessoa durante uma prova desportiva com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia operacional direta (preferencialmente por via telefónica ou radio) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência.

O(s) participante(s) e colaborador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência a pessoa com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com a pessoa doente.

A pessoa doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24). Esta pessoa deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir.

A máscara deveser colocada pelo próprio. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara á face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face.

Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a mascara estiver húmida, deve substitui-la por outra.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona a pessoa doente quanto a sinais, sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o doente:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados á sua situação clínica;



- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: Encaminhará o doente de acordo com a situação clínica para: autocuidados; ADC Comunidade ou ADC SU, nos termos da norma 004/2020 da DGS.
- No ADC o médico avalia a situação clínica e prescreve, se necessário, o teste para a SARS –CoV-2.
- Se o caso for positivo, o doente deverá permanecer em isolamento.
- O organizador colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente.

O Plano de Contingência e as normas e procedimentos aqui descritos tomarão também em conta as diretrizes já apresentadas pelas entidades desportivas titulares da organização das provas, que pretendem garantir a segurança e as questões sanitárias dos eventos desportivos que acolhemos no que diz respeito às restantes entidades envolvidas, sejam elas participantes ou coorganizadoras.

De referir ainda que perante uma situação epidemiológica, todas as ações a desenvolver serão sempre alvo de avaliação no momento em que acontecem, uma vez que teremos informação a ser atualizada, que deveremos sempre levar em conta para as novas ações a tomar. Pelo que se chama atenção para a data da versão a consultar.

## 2. Princípios Fundamentais para Mitigação da Transmissão

Embora as medidas que a seguir descrevemos já tenham sido amplamente abordadas em todos os Planos desenvolvidos pelas várias entidades envolvidas, serão estes os princípios que se pretendem assegurar e que orientam toda e qualquer medida ou plano que se pretenda implementar. Pelo que voltamos a enunciar as principais medidas que deverão ser obrigatórias no funcionamento de qualquer das abordagens a considerar.



## 2.1. – Distanciamento Social

O distanciamento social, ou distanciamento físico, é amplamente aceite como sendo uma das medidas mais eficazes para a mitigação da transmissão do COVID-19.

Medidas e práticas adicionais serão implementadas, sempre que possível, para reforçar e facilitar as medidas de distanciamento social, tais como a criação de sistemas unidirecionais para peões em áreas movimentadas e a marcação da separação de distanciamento social sugerida em áreas onde é provável a formação de filas.

## 2.2. – Higiene das Mãos

Como descrito no Plano de Contingência já apresentado, a COVID-19 espalha-se principalmente de pessoa para pessoa através de pequenas gotículas do nariz ou da boca, que são expulsas quando uma pessoa com COVID-19 tosse, espirra, ou fala.

Estas gotículas podem depositar-se em objetos e superfícies a volta da pessoa, tais como mesas, maçanetas e corrimões.

Consequentemente, a infeção pode ocorrer ao tocar nestes objetos ou superfícies, e depois transferir o vírus para o corpo tocando nos seus olhos, nariz ou boca.

A lavagem regular e eficaz das mãos e um mecanismo comprovado para mitigar a transmissão do vírus através do contacto com superfícies contaminadas.

Recomenda-se que todos os participantes e público promovam a utilização de lavagem das mãos regularmente e eficaz como parte das suas medidas de mitigação da transmissão do vírus.



Em termos práticos, isto significara, sempre que possível, a disponibilização de instalações adicionais para a lavagem das mãos e/ou o fornecimento de produtos de lavagem das mãos á base de álcool para utilização em todos os espaços públicos e de trabalho.

Os benefícios da lavagem frequente das mãos, bem como o procedimento correto a seguir para uma lavagem eficaz das mãos, devem ser ativamente sinalizados em todos os espaços do evento.

### 2.3. – Etiqueta Respiratória

A boa etiqueta respiratória e uma medida de mitigação destinada a conter fisicamente as pequenas gotículas do nariz ou da boca, que são expelidas quando uma pessoa com COVID-19 tosse, espirra, ou fala.

No contexto da COVID-19, serão feitos esforços adicionais para apanhar fluídos expelidos durante a tosse ou espirro num tecido, que possam ser eliminados em segurança. No mínimo, estas gotículas expelidas podem ser apanhadas na pessoa, tossindo ou espirrando para o antebraço.

Será promovido junto dos participantes e público uma boa etiqueta respiratória, através da utilização de sinalização, explicando os benefícios em todos os espaços do evento.

### 2.4. – Utilização de Máscaras e Proteções Faciais

Com a crescente evidencia científica, o consenso crescente e a adoção em larga escala da prática em alguns territórios, o uso de uma mascara facial básica ou cobertura facial em tecido por todos os participantes e público do evento é



recomendado como uma etapa simples e económica que pode potencialmente mitigar a transmissão.

Em Portugal, esta é uma medida obrigatória em todos os espaços fechados, e essencial para a viabilidade de uma concentração responsável de várias pessoas.

Neste sentido, em todo o espaço do evento será obrigatório o uso de máscara ou protetor facial em todos os locais e situações, exceto quando o participante se encontra sentado no seu local de assistência ou quando se encontra em atividade de alimentação, de forma a salvaguardar sempre a segurança do outro.

Alem disso, é notório que este é um indicador claro e visível para os participantes de que medidas responsáveis estão a ser tomadas na organização do evento para a segurança pública.

### 3.0. Estruturação do evento

#### 3.1. Comunicação

Os canais de comunicação serão definidos para utilização durante todas as fases do evento, para assegurar que a informação mais relevante e oportuna relativa a pandemia da COVID-19 seja comunicada a todas as pessoas envolvidas no evento. As informações comunicadas devem ser claras, compreensíveis e facilitar a compreensão de todas as ações recomendadas relativamente à prevenção e mitigação do risco de transmissão.

Devido a natureza de constante mudança do nosso entendimento da COVID-19, a orientação pode sofrer alterações a qualquer momento. Por este motivo, as partes interessadas devem considerar como podem propagar a comunicação crítica a um vasto público a curto prazo durante qualquer fase do evento.



No final de cada prova, será realizado um debrief para identificar quaisquer questões, problemas ou riscos associados às formas revistas de trabalho motivadas pela COVID-19.

Alem disso, o debrief deve ser usado para identificar as melhores práticas e, sempre que possível, os intervenientes devem partilhar experiencias positivas e negativas com vista a tornar os eventos futuros mais seguros e mais robustos. Como este é um novo ambiente para todas as partes envolvidas, cada evento desportivo motorizado com público deve ser uma oportunidade de aprender e se adaptar antes de quaisquer eventos futuros previstos.

### 3.2. Limpeza

Sabendo que o vírus COVID-19 pode permanecer ativo nas superfícies durante um período prolongado. O tempo preciso durante o qual o vírus pode permanecer ativo, em superfícies de vários materiais, tem sido objeto de vários estudos desde o início da pandemia. Estes estudos têm sugerido que este período pode ir até 2 dias em vidro e 3 - 4 dias em plásticos e aços inoxidáveis; com um estudo a concluir que pode permanecer ativo em EPI usados (isto é, uma máscara médica) por até 7 dias.

É também amplamente reconhecido e aceite que, tal como outros coronavírus, o vírus COVID-19 é suscetível de ser eliminado por sabões e detergentes comuns devido a sua frágil camada exterior (lipídica).

Neste sentido, previamente a chegada dos participantes e do público, será levada a cabo uma limpeza geral, seguindo os normativos da DGS, para este tipo de higienização, e a mesma ocorrerá de novo após a saída do local de todos os intervenientes.



### 3.3. Acesso ao Circuito das Entidades Participantes

Tal como a qualquer colaborador ou outra qualquer Entidade, também aos Participantes do Evento em questão será solicitado que cumpram alguns procedimentos de forma a resguardarmos o local onde pretendemos desenvolver o Evento.

Assim, para articularmos da melhor forma tanto os nossos procedimentos como os procedimentos das entidades organizadoras das provas, será solicitado que em primeira instância sejam enviados e recebidos os respetivos planos de mitigação para o evento em causa que cada entidade desenvolveu, através de email, até pelo menos 8 dias antes da chegada.

será ainda por via eletrónica que serão enviados e recebidos os termos de responsabilidade que sejam necessários, nomeadamente as declarações de cumprimento dos requisitos exigidos pelas entidades organizadoras.

A Segurança irá testar a temperatura de todas as pessoas, pelo que para operacionalizar da melhor forma a entrada das entidades e seus intervenientes, será previamente organizada uma janela de tempo, num horário a combinar com cada uma, para que se permita que não haja cruzamento de entidades a chegada ao Circuito.

Serão ainda organizados horários e circuitos preferenciais e exclusivos para que as Entidades e os seus participantes possam chegar ao circuito, durante o evento, sem correr riscos de contacto com elementos do público e/ou que não estejam devidamente resguardados de contágio.



### 3.4. Acesso ao Circuito no dia do Evento

De forma a podermos assegurar tecnicamente que a transmissão do vírus não será possível de acontecer, foram desenhados procedimentos de acesso ao circuito, cujo objetivo é controlar ao máximo o aglomerado de público nos dois principais momentos de aglomeração (a chegada e a saída), os seguintes procedimentos, bem como os anteriores, terão sempre de ser respeitados.

**Acesso ao Circuito de Veículo Próprio:**

- O acesso ao Circuito por veículo próprio terá vias próprias de acesso.
- Para sair do circuito deverá ser efetuado o mesmo procedimento em ordem inversa.

### 3.5. Cerimónia de pódio

A cerimónia de pódio irá decorrer de forma a estarem presentes o mínimo de pessoas na mesma evitando a aglomeração de pessoas.

### 3.6. Diagramas do circuito

Corredores de circulação e localização sala de isolamento:



Corredor de circulação Paddock e Pré-Grelha:

- ➔ Entrada Pré-Grelha
- ➔ Saída Pista para Paddock



Diagrama de acesso ao circuito:

➔ Chegada ao circuito e entrada no Paddock

➔ Saída do Paddock e partida do circuito

