

CLUB DE ATLETISMO ECOSPORT



**PLAN DE SOSTENIBILIDAD MEDIA MARATÓN
“ÁVILA MONUMENTAL”**

Proyecto Medioambiental Medio Maratón “ÁVILA MONUMENTAL”

ÍNDICE

1. Introducción.....	Pág. 2
2. Plan de Minimización de Recogida Selectiva y Correcta de Gestión de Residuos.....	Pág. 2
a. Descripción de la recogida selectiva de papel/cartón, envases, plásticos, y residuos orgánicos en la Feria del Corredor en Hotel Cuatro Postes.....	Pág. 3
b. Descripción de la recogida selectiva en la Salida y la Meta.....	Pág. 3
c. Descripción de la recogida selectiva en los avituallamientos.....	Pág. 3
d. Descripción de las medidas de reducción de residuos: Sustitución botellas PET por vasos de papel reciclado.....	Pág.4
e. Descripción de la colocación de contenedores.....	Pág. 5
3. Plan de Movilidad Sostenible para Participantes y Acompañantes.....	Pág. 6
a. Potenciación del transporte público.....	Pág. 6
b. Información de autobuses municipales.....	Pág. 7
4. Memoria de Buenas Prácticas Medioambientales.....	Pág. 7
5. Otras Medidas Ambientales.....	Pág. 8
a. Oficina responsable y Comunicación.....	Pág. 8
b. Cuidado del Patrimonio Cultural de la ciudad de Ávila.....	Pág. 8
c. Ahorro energético en el transporte.....	Pág. 8
d. Voluntarios.....	Pág. 9
6. Plan de Comunicación de Medidas Medioambientales.....	Pág. 9

INTRODUCCIÓN

Desde la Organización del Medio Maratón “Ávila Monumental” el compromiso para el cuidado del Medio Ambiente se convierte en uno de los principales objetivos para alcanzar el éxito. Por ello, vamos a desarrollar una estrategia con el propósito de minimizar al máximo el impacto medioambiental de todos los elementos y servicios relacionados con la ejecución del Medio Maratón.

Para llevarla a cabo, entendemos que es fundamental la actitud del conjunto de la organización y por consiguiente, debemos crear una cultura deportiva sostenible. De esta forma, la coordinación y comunicación entre los organizadores, los Servicios Municipales de Limpieza y Transportes, empleados y voluntarios, se convierten en esenciales para acometer con garantías de éxito esta propuesta de reducción del impacto medioambiental en la ciudad de Ávila. Además, pretendemos hacer partícipes y sensibilizar a los propios corredores mediante nuestra estrategia de recogida de residuos en los avituallamientos de la carrera y a familiares y público, mediante nuestras acciones con respecto al transporte sostenible.

Nuestra estrategia, por tanto, incluye cinco acciones clave: plan de minimización de recogida selectiva y correcta gestión de residuos; plan de movilidad sostenible para participantes y acompañantes; una pequeña memoria de buenas prácticas medioambientales; plan de comunicación de medidas ambientales y otras medidas medioambientales.

1. PLAN DE MINIMACIÓN DE RECOGIDA SELECTIVA Y CORRECTA DE GESTIÓN DE RESIDUOS.

Por todos es sabido que los eventos deportivos generan una gran cantidad de residuos y los organizadores del Medio Maratón “Ávila Monumental”, somos conscientes de que para conseguir un buen resultado en este ámbito de actuación, no es suficiente con colocar contenedores para la recogida de los diferentes residuos, sino que es primordial una buena estrategia que incluya una planificación adecuada, la sensibilización de todas las personas implicadas (organizadores, acompañantes, participantes, etc.) y el control, seguimiento y evaluación del evento.

Por ello y por lo que a la recogida de residuos se refiere, es básico que el personal de limpieza supervise regularmente los contenedores para que sean vaciados

periódicamente, pues hay ocasiones en que éstos están a rebosar creando, además, una mala imagen del evento.

Asimismo, la conexión entre los organizadores del Medio Maratón “Ávila Monumental con la empresa municipal de limpieza es esencial, ya que ésta será la encargada de gestionar los residuos y desechos que se generen en el evento.

Para el Medio Maratón “Ávila Monumental contamos también, con el apoyo de 30 contenedores que además serán un buen refuerzo para esta empresa de limpieza pues tendría que limpiar mucho menos, lo cual es fundamental para llevar a buen puerto nuestro Proyecto Medioambiental.

a. Descripción de la recogida selectiva de papel/cartón, envases, plásticos y residuos orgánicos en la Feria del Corredor en Hotel Cuatro Postes.

Con el objetivo de administrar correctamente todos los restos generados en la Feria del Corredor y en sus actividades paralelas, se pondrán contenedores en la misma.

b. Descripción de la recogida selectiva en la Salida y en la Meta.

Salida/Meta

Los residuos de la salida/meta serán gestionados por la empresa encargada de la recogida de residuos además, irá en la cola del Medio Maratón durante todo el recorrido. De este modo y junto al sistema de recogida selectiva en los puntos de avituallamientos que se explica en el siguiente apartado, las calles de la ciudad volverán a la normalidad desde el mismo momento en que el último corredor vaya completando el recorrido.

Otra acción que desde la Organización se propone para la Salida, es la recogida de toda la ropa que los atletas ya no necesitan y desechan justo antes de iniciar la prueba, pasando la responsabilidad de recolectar toda esta ropa para luego gestionarla entre las personas que más la necesitan.

c. Descripción de la colocación de contenedores.

20 contenedores de plástico (especialmente destinados para las botellas de agua y bebida isotónica de plástico).

5 contenedores de papel (cajas y vasos de papel reciclado en el que será distribuida el agua).

5 contenedores para materia orgánica (destinados principalmente para los restos de plátanos y naranjas que estarán a disposición de los corredores en los puntos de avituallamiento y meta).

Los espacios habilitados para la recuperación y rehabilitación del corredor como son la zona de fisioterapia y la de médicos, dispondrán de sus contenedores propios para recoger y reciclar los papeles que protegen las camillas, los guantes desechables, vendas, botes de las diferentes cremas, etc.

d. Descripción de la recogida selectiva en los avituallamientos.

En la actualidad, todos los residuos suponen un grave problema medioambiental cuya única solución es el reciclaje. La empresa de limpieza trabaja diariamente para gestionar de forma sostenible esos residuos, recuperando total o parcialmente las materias primas para la fabricación de nuevos productos.

Durante el recorrido del Medio Maratón "Ávila Monumental se habilitarán 3 puntos de avituallamientos en los que se suministrará a los corredores el agua en vasos de papel reciclado, bebida isotónica en botellas de plástico, geles, y sólidos. Por ello, tenemos que hacer especial hincapié en estos puntos y sus alrededores. De esta forma conseguiremos gestionar los residuos con la mayor agilidad posible.

e. Descripción de la colocación de contenedores.

Aunque prevemos que la mayoría de los corredores arrojarán los envases y residuos al suelo, desde la Organización nos proponemos concienciarles colocando contenedores a ambos lados de la calzada en los puntos de avituallamiento. De esta manera, se busca incitar de alguna manera que los corredores hagan uso de los mismos.

Consideramos que es parte de este proyecto y deber de la Organización concienciar al corredor haciéndole partícipe del respeto y la responsabilidad hacia el Medio Ambiente.

Este sistema servirá también para dar apoyo a la empresa de municipal de limpieza que recogerá todos los desechos una vez haya pasado el último participante del

Medio Maratón. Por otro lado, se contará con 300 voluntarios repartidos por todo el recorrido que ayudarán igualmente a la recogida de basuras.

Un total de 15 contenedores se repartirán en los avituallamientos a lo largo del recorrido con el propósito de que tanto corredores como acompañantes hagan uso de los mismos. Los colores de los contenedores invitarán a los atletas a que depositen en cada contenedor el material que corresponde.

Los avituallamientos se distribuirán cada 5 kilómetros a partir del kilómetro 5 de la prueba, por lo que serán un total de 3 avituallamientos. Los contenedores se dispondrán a unos 50 metros una vez pasadas las mesas de avituallamientos y cada 10 metros a lo largo de 300 metros del recorrido.

Con esto, se busca limpiar y habilitar las calles en la mayor brevedad posible.

Consiguientemente, se ahorraría entre un 20% y un 30% de residuos en el suelo y se disminuiría el tiempo de limpieza para los equipos de limpieza. Este procedimiento supone dar un paso adelante en cuanto al ahorro y al reciclaje y hacia la concienciación en relación con el respeto medioambiental y la disminución de los riesgos por caída, entre otros.

2. PLAN DE MOVILIDAD SOSTENIBLE PARA PARTICIPANTES Y ACOMPAÑANTES.

a. Potenciación del transporte público.

El crecimiento del Medio Maratón provoca que los ciudadanos y participantes hagan un mayor número de desplazamientos con el coche, generando así:

- Mayor consumo de combustible debido al número de vehículos.
- Alta contaminación por los vehículos privados, derivada por una circulación lenta o parada con el motor en marcha.
- Degradación generalizada del medio ambiente porque el vehículo privado consume tres veces más energía y produce tres veces más emisiones de gas de efecto invernadero que el transporte público.
- El ruido que produce el tráfico privado deteriora la calidad de vida de la ciudad.

Por ello, la potenciación del uso del transporte público es primordial con el fin de prevenir el adecuado servicio del mismo. Para conseguir el uso del transporte público se plantean alternativas que generan un gran ahorro de combustible.

b. Información de autobuses municipales.

Los autobuses municipales cambiarán su recorrido durante el transcurso de la prueba. Se pondrá un punto de recogida de los corredores al finalizar el Medio Maratón para trasladar a los mismos desde la línea de llegada hasta la zona de duchas y posteriormente hasta Hotel Cuatro Postes lugar de salida del Medio Maratón y donde se encuentran la mayoría de los coches privados de los atletas.

La bicicleta es el medio de transporte menos contaminante y ruidoso. Por ello, se convierte en uno de los medios para desplazarse más útiles y cómodos pues evitamos atascos y la difícil circulación de coches por el centro histórico de la ciudad.

3. MEMORIA DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES.

- Siempre que sea posible, desplázate en transporte público o comparte vehículo.
- Si tienes que usar tu vehículo particular, estacionalo en los aparcamientos habilitados.
- Durante la carrera, tira todos los residuos que uses de los avituallamientos en los contenedores y papeleras que encontrarás por el recorrido.
- Disminuye la producción de residuos. El mejor residuo es el que no se genera.
- No arrojes basura. Deposítala en los contenedores de recogida situados en determinados puntos estratégicos.
- Sé cuidadoso con el uso del agua.
- Evita la generación excesiva de ruidos, también es un tipo de contaminación que debemos evitar.
- Las pertenencias que ya no quieras, deposítalas en los contenedores que encontrarás habilitados y que donaremos.
- Disfruta de la carrera y de los recursos que se proporcionan de forma sostenible.

4. OTRAS MEDIDAS AMBIENTALES.

a. Oficina responsable y Comunicación

Los organizadores del evento somos los primeros que debemos llevar a cabo buenas prácticas medioambientales, empezando por tomar medidas en nuestras oficinas como son:

- Uso de papel reciclado para la cartelería, revista y guía del corredor del Medio Maratón.
- Utilización del correo electrónico para la remisión de documentos evitando así, el envío por correo ordinario o mensajería.
- Elaboración de una base de datos de los participantes y voluntarios para remitirles la información pertinente por correo electrónico.
- Impresiones a doble cara y reutilización del papel usado empleando la cara no impresa para notas, pruebas de impresión, etc.
- Apagar los ordenadores al finalizar la jornada.

b. Cuidado del Patrimonio Cultural de la ciudad de Ávila

Para el equipo de trabajo del Medio Maratón “Ávila Monumental”, es un privilegio contar con la riqueza cultural y el patrimonio que esta ciudad ofrece y por tanto, es de vital importancia para nosotros cuidarlo a través de muchas de las medidas ya enunciadas en los apartados anteriores. Este acontecimiento deportivo debe formar parte de la ciudad y debe integrarse en ella, ya no sólo para el cuidado de su patrimonio y su entorno, sino también para obtener la colaboración vecinal, de entidades locales y de organizaciones medioambientales.

c. Ahorro energético en el transporte

Las emisiones del transporte concentran entre el 20% y el 25% de las emisiones de CO₂. En España el transporte es el responsable de más del 40% de consumo de energía, un porcentaje superior al del consumo industrial y doméstico. No debemos olvidar además que la contaminación en las ciudades genera innumerables problemas de salud (enfermedades respiratorias y alérgicas) y que es causa también de conflictividad urbana y accidentes. Por ello, las acciones en cuanto al transporte

se refieren que recogemos y proponemos en este plan, se convierten en uno de los elementos clave para que consigamos el éxito.

d. Voluntarios

En el Medio Maratón “Ávila Monumental” tendrán un importante papel para que buena parte de nuestras propuestas medioambientales se lleven a buen término. Los voluntarios serán clave en las labores de sensibilización en los atletas y en el público, en la coordinación con los servicios de limpieza, en la detección de irregularidades y en el seguimiento de las medias ambientales.

5. PLAN DE COMUNICACIÓN DE MEDIDAS MEDIOAMBIENTALES.

Todas las acciones que aquí se recogen estarán a disposición de quien lo desee en la web www.mmavilamonumental.com.

Además, cada participante tendrá su propio folleto explicativo en la bolsa del corredor.

En cuanto a los responsables del voluntariado, serán debidamente informados en una reunión previa al Medio Maratón de las diversas acciones y de la forma en la que éstas se llevarán a cabo. La charla tendrá lugar en una de las salas del Hotel Cuatro Postes, en una única sesión prevista para el día anterior. A su vez, estos responsables serán los encargados de difundir las acciones y colocación de los voluntarios involucrados en el Medio Maratón “Ávila Monumental”.