

# Lo Sport riparte in sicurezza

Norme attuative della ripresa  
dal 31/08/2020



**Misure igienico sanitarie**

- saranno presenti dispenser di soluzione idroalcolica per il lavaggio mani
- evitare abbracci e strette di mano
- mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno 1mt se non si sta svolgendo attività fisica, **2mt durante l'attività**
- **praticare igiene respiratoria**, (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie)
- evitare l'uso promiscuo di **bottiglie** e bicchieri
- **non toccarsi** occhi, naso e bocca con le mani

- **la mascherina è obbligatoria nelle aree comuni** (arrivo al drive in, ingresso sottoscala, spogliatoio e momento della riconsegna al termine dell'allenamento)
- vi chiediamo di avere ognuno la sua mascherina individuale all'arrivo per poi riporla nel vostro zaino/pochette al momento dell'ingresso in palestra appena prima dell'inizio della lezione
- **durante l'attività fisica non è obbligatorio indossare la mascherina**
- si dovrà indossare al termine della lezione nell'attesa del ritiro da parte dell'accompagnatore

# Protocollo di attuazione

- verifica della validità del **certificato di idoneità** alla pratica sportiva
- compilazione modello **autodichiarazione** al primo ingresso
- misura **temperatura** corporea all'arrivo
- le sedute di allenamento saranno organizzate in modo che si possa rispettare l'opportuno distanziamento interpersonale prevedendo all'interno della palestra lo spazio di **14 mq a persona** (tot. palestra cervi 416mq=capienza max 30 persone)

- se possibile evitare l'accesso agli spogliatoi, e comunque max 5 persone/spogliatoi alla volta
- arrivare in palestra cambiati per l'attività fisica
- utilizzare **abbigliamento** pulito e dedicato solo ed esclusivamente all'attività in palestra con particolare attenzione alle **calze** (se volete potete stare a piedi nudi)
- **SACCA PORTA SCARPE**
- gli effetti personali dovranno essere riposti all'interno di una **borsa individuale** da portare con se in palestra (**ZAINETTO PICCOLO/POCHETTE**)
- l'accesso ai bagni sarà consentito ad una persona alla volta e solo per necessità reali (fate tutto quel che potete a casa, pipi, trucco e parruccho...)

- è vietato consumare cibi e bevande, è consentito portare con se solo una **bottiglietta di acqua** o borraccia individuale, riconoscibile e da riporre nella propria borsa
- evitare l'uso di mezzi di trasporto pubblici
- evitare assembramenti nelle zone di passaggio (corridoi)

- gli ambienti, le attrezzature, i tappeti e la moquette sono sanificati quotidianamente con detergenti a base alcolica o a base di cloro
- tra un turno e quello successivo vengono igienizzati superficie superiore dei materassi e maniglie, bagni ad ogni utilizzo, mobile per riporre zainetti, eventuali altri oggetti utilizzati
- per garantire una buona aerazione, saranno sempre aperti il portone in fondo e le due porte piccole di ingresso (corridoi sottoscala e porticato), fatto salvo mal tempo

**Arrivo degli allievi**

- consegna allievi in modalità **drive-in**: sarà predisposta una area di stop all'esterno della palestra per le auto/accompagnatori
- vi consigliamo di arrivare **15 min prima** dell'inizio previsto della lezione
- in questa fase dovrà essere consegnato il modulo di **autodichiarazione** (solo al primo accesso), verrà provata la **temperatura** e verranno **igenizzate le mani** con apposito gel
- non sarà assolutamente concesso l'ingresso agli accompagnatori, fatto salvo gruppi baby 3,4,5 anni

- se tutto ok l'allievo:
  1. procederà all'ingresso in struttura,
  2. si leverà le scarpe/giacca nel corridoio di ingresso (sacca per scarpe nello zaino), oppure si recherà in spogliatoio al bisogno (max 5 alla volta per spogliatoio),
  3. riporrà la sua borsa in zone predisposte all'interno della palestra,
  4. si posizionerà nello spazio in attesa del resto del gruppo (occupare per primi i posti più distanti dall'ingresso).

- gli allievi sono invitati a **igenizzarsi le mani** ogni volta che entrano e escono dalla palestra tramite gli apposti dispenser di gel
- vi chiediamo nel caso della ritmica di utilizzare ognuno il proprio attrezzo personale

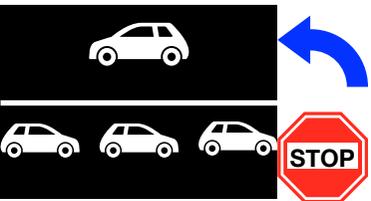
**Ritiro degli allievi**

- ritiro allievi in modalità **drive-in**: sarà predisposta una area di stop all'esterno della palestra per le auto/accompagnatori
- vi consigliamo di arrivare **5 min dopo** il termine previsto della lezione
- i ragazzi usciranno dall'edificio non appena vedranno arrivare l'auto del proprio accompagnatore
- nell'area adibita al ritiro, si salirà velocemente in macchina per far scorrere il traffico
- non sarà assolutamente concesso l'ingresso agli accompagnatori

Con **pazienza e collaborazione**  
siamo certi di riuscire a svolgere in  
piena **sicurezza** le nostre attività

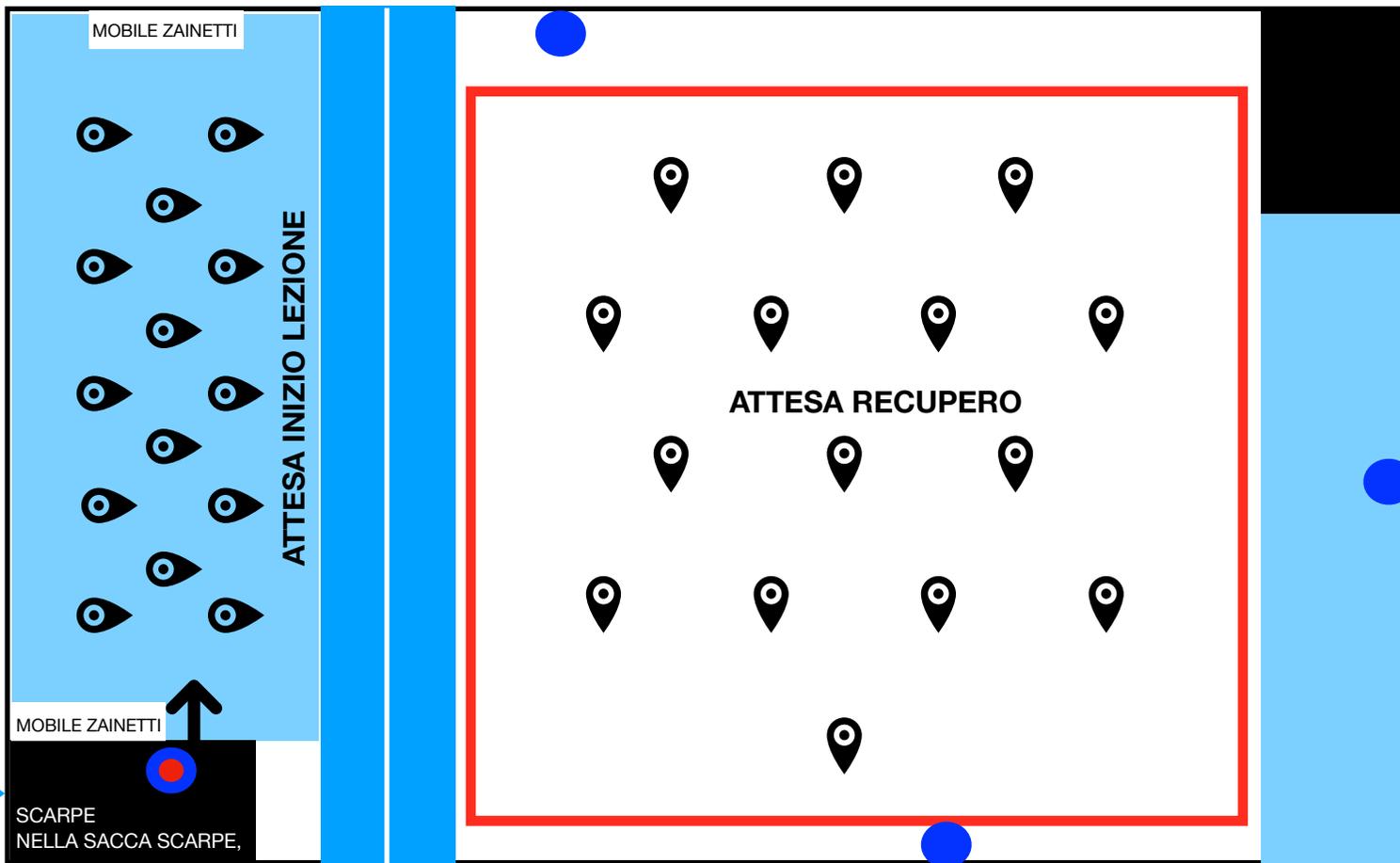
**Vi ringraziamo per l'attenzione**

**Rimaniamo a disposizione per  
qualsiasi domanda o chiarimento**



- TEMPERATURA <math>< 37,5^\circ</math>
- AUTODICHIARAZIONE
- GEL MANI

CHECK-IN  
CHECK-OUT



● LAVARE MANI CON GEL IN ENTRATA E USCITA



● GEL MANI

## **AUTODICHIARAZIONE**

Il sottoscritto \_\_\_\_\_,  
GENITORE DELL'ATLETA \_\_\_\_\_

**DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ**

**CHE IL PROPRIO FIGLIO**

- ▶ **non è sottoposto alla misura della quarantena ovvero non è risultato positivo al COVID-19;**
- ▶ **negli ultimi 14 giorni non è entrato in contatto con positivi al COVID-19;**
- ▶ **negli ultimi 14 giorni non ha presentato episodi febbrili o di tosse.**

\_\_\_\_\_  
Firma del genitore

- ▶ **AUTORIZZO LA RILEVAZIONE DELLA TEMPERATURA AD OGNI ALLENAMENTO**
- ▶ **HO INFORMATO MIO FIGLIO DELL'IMPORTANZA DEL MANTENIMENTO DELLE DISTANZE**
- ▶ **SONO INFORMATO CHE LA MODALITA' DI ACCESSO ALLA PALESTRA AVVIENE IN DRIVE-IN**
- ▶ **E' VIETATO A GENITORI/PARENTI SOSTARE ALL'INTERNO DEL CORTILE DI PERTINENZA**
- ▶ **VERRA' LIMITATO AL MASSIMO L'ACCESSO AGLI SPOGLIATOI, QUINDI SARA' NECESSARIO PRESENTARSI ALL'ALLENAMENTO INDOSSANDO GIA'LA DIVISA SPORTIVA**

\_\_\_\_\_  
Firma del genitore

data \_\_\_\_\_