



FEDERAZIONE SPORT SORDI ITALIA - Protocollo sicurezza – Covid 19

La FSSI è una Federazione multi-disciplinare pertanto i protocolli di sicurezza sono stati suddivisi in due Sezioni, una denominata Generale, dove sono riportate le disposizioni comuni a tutte le discipline, e una Specifica, dove si tiene conto delle particolarità di ogni disciplina. In caso di misure o disposizioni che insistono sullo stesso oggetto / adempimento si dovrà considerare valido quello della Sezione Specifica.

SEZIONE GENERALE

In accordo con i DPCM del 26 aprile 2020, DPCM del 17 maggio 2020 e il successivo DPCM del 11 giugno 2020 e del 14 luglio e il DPCM del 25 ottobre 2020, si deducono, in particolare, le seguenti disposizioni per la ripresa dell'attività sportiva federale sia per gli sport individuali che di squadra:

- 1) L'impianto sportivo, dovrà essere pulito giornalmente e periodicamente sanificato da parte dell'ente/persona gestori, con particolare riferimento agli attrezzi utilizzati, agli ambienti dedicati alla pratica sportiva, agli impianti di ventilazione. A tal proposito l'ente/persona gestori dovranno rilasciare alla scrivente apposita dichiarazione.
- 2) L'impianto sportivo dovrà essere dotato di disinfettanti/gel igienizzanti e consueti dispositivi di protezione individuali, quali guanti e mascherine a norma, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale).**
- 3) L'atleta e gli eventuali altri operatori sportivi (tecnico/preparatore atletico/ accompagnatore specializzato) opportunamente ed esclusivamente richiesti dagli atleti dovranno mantenere tra loro un distanziamento di almeno due metri.
- 4) Tutti gli atleti interessati dovranno essere muniti del certificato d'idoneità agonistica regolarmente rilasciato da un medico dello sport. Gli atleti e gli eventuali accompagnatori dovranno inoltre produrre un'autocertificazione attestante l'assenza d'infezione pregressa da SARS Covid 2, l'assenza di sintomi negli ultimi 14 giorni quali Febbre (maggiore di 37.4 °C), Tosse, Dolore muscolari, Difficoltà respiratoria, Astenia (stanchezza), Raffreddore, Mal di gola, Diarrea, Perdita del gusto (ageusia), Perdita dell'olfatto (anosmia) e l'assenza di rischi eventuali di contagio.
- 5) Tutti gli operatori sportivi di supporto (non gli atleti) dovranno necessariamente indossare guanti e mascherine a norma, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale).**
- 6) Gli atleti dovranno utilizzare il proprio materiale/attrezzatura in via esclusiva per tutto il proprio allenamento, ovvero in caso di utilizzo di strumenti condivisi da altri atleti dovranno provvedere alla sanificazione ad ogni utilizzo.
- 7) In caso di più atleti nel medesimo impianto sportivo, gli stessi, oltre ad osservare sempre la distanza interpersonale di due metri, potranno allenarsi nella medesima corsia / spazio / area di gioco (fatta eccezione per gli operatori di supporto sopra menzionati che dovranno mantenere comunque la distanza di due metri).
- 8) Spogliatoi:
 - Prevedere il controllo e la rilevazione dell'accesso degli utenti in modo opportunamente distanziato per mantenere le distanze di sicurezza;
 - Installazione di distributori automatici di salviette disinfettanti o gel disinfettante per la pulizia;
 - Prevedere la presenza costante di personale di pulizia;



- Ove necessario verificare continuamente che il ricambio d'aria sia adeguato secondo quanto previsto dalle norme;
- Ove possibile installazione di pannelli informativi di numero e dimensioni adeguate riportanti le indicazioni governative in materia di contenimento del contagio da coronavirus;
- Ove possibile posizionamento segnaletica orizzontale per garantire il rispetto della distanza personale.

Si consiglia, quanto più possibile, di utilizzare gli spazi scoperti dell'impianto sportivo.

Dato che le informazioni preliminari suggeriscono che il virus possa sopravvivere alcune ore sulle superfici, è importante considerare che, come informa il Ministero della Salute, l'utilizzo di semplici disinfettanti è in grado di uccidere il virus riducendo la carica virale ed annullando la sua capacità di infettare le persone: ciò può essere ottenuto utilizzando ad esempio disinfettanti contenenti alcol (etanolo) al 70% o a base di cloro all'0,1%. Ricordarsi di disinfettare sempre gli oggetti di uso frequente (il telefono cellulare, gli auricolari o il microfono) con un panno inumidito con prodotti a base di alcol o candeggina (tenendo conto delle indicazioni fornite dal produttore). Inoltre le superfici toccate frequentemente devono essere pulite il più spesso possibile (almeno giornalmente e se possibile più frequentemente). Esempi di queste superfici sono: maniglie e barre delle porte, sedie e braccioli, ripiani del tavolo, interruttori della luce, corrimano, rubinetti dell'acqua, pulsanti dell'ascensore, ecc... Si ricorda, inoltre, l'importanza del ricambio d'aria nei locali sia durante attività fisica che dopo l'utilizzo dei prodotti di pulizia/disinfezione.

L'igiene delle mani deve essere eseguita spesso, in particolare ogni volta che vengono rimossi i dispositivi di protezione.

A titolo indicativo ma non esaustivo, al fine di riprendere l'attività di allenamento è necessario che l'atleta:

- non viva in una famiglia con un caso di COVID-19 segnalato da meno di 24 giorni;
- goda di buona salute generale;
- non viva con una persona fragile (i.e. anziano, paziente con malattia cardiaca o polmonare cronica, immunodeficienza, ecc.);
- se ha avuto il COVID-19, abbia un certificato medico che ne attesti la guarigione e confermi la possibilità di riprendere l'attività sportiva;
- se ha avuto sintomi sospetti per un'infezione da COVID-19 (febbre, raffreddore, tosse, dispnea, affaticamento, mialgie, ageusia, anosmia, diarrea, ecc.), non presenti sintomi da almeno 14 giorni.

Rientrati al proprio domicilio dopo la seduta di allenamento è necessario:

- effettuare la doccia se non è stata effettuata presso la struttura sportiva;
- lavare immediatamente l'abbigliamento tecnico in lavatrice;
- lavare e disinfettare il materiale utilizzato per l'allenamento (ciabatte, borracce, ecc.);
- provvedere a rifornire il proprio "kit sanitario per l'allenamento" (es. gel idroalcolico, fazzoletti, mascherina, ecc.)
-

Resta, invece, confermato con il **DPCM del 3 dicembre 2020 Art. 1, comma 10, lettera e)** gli eventi e le competizioni di livello agonistico e riconosciuti di **preminente interesse Nazionale** dal CONI, dal CIP riguardanti gli sport individuali e di squadra dalle rispettive Federazioni, ovvero organizzati da organismi



sportivi Internazionali sono consentiti a **porte chiuse ovvero all'aperto senza presenza di pubblico**, nel rispetto dei protocolli emanati dalle autorità competenti e dalle Federazioni o Enti di appartenenza.

Le sessioni di **allenamento** degli atleti, professionisti e non professionisti, degli sport individuali e di squadra, delle competizioni di cui sopra, sono consentite a porte chiuse, nel rispetto dei protocolli.

Si specifica, quindi, come da DPCM del 3 dicembre 2020, che gli eventi e le competizioni aggiornate al 31 gennaio 2021 dovranno rispettare i seguenti requisiti:

- Eventi e competizioni che rispettino il requisito del **preminente interesse nazionale**, inteso come le competizioni aventi natura internazionale (che abbiamo specificato l'organismo internazionale di riferimento) e le competizioni aventi le caratteristiche di campionato italiano o evento di pari entità.
- Eventi e competizioni che prevedano la presentazione agli organizzatori, da parte degli atleti agonisti, o delle rispettive associazioni sportive, di una copia della certificazione sportiva agonistica regolamentata dal Decreto del Ministero della Sanità del 4 marzo 1993.
- Eventi e competizioni che prevedano la conservazione della certificazione per l'attività sportiva agonistica presso la società sportiva di appartenenza di tutti i partecipanti ai predetti eventi e competizioni ovvero alle relative sessione di allenamento.

La Società organizzatrice/ospitante obbligatoriamente dovrà provvedere a nominare un Delegato Gestione Evento (DGE), nel suo ruolo di gestore e responsabile dell'evento dovrà:

- Accertarsi che tutti i partecipanti – atleti e staff sportivo ed eventuali spettatori siano in possesso di autocertificazione che attesti il loro stato di salute, detta autocertificazione deve essere conservata per almeno due anni.
- Redigere un registro delle presenze all'evento organizzato, da presentare alle autorità competenti che ne faranno richiesta.
- Gestire l'accesso ai luoghi dell'evento (sia esso in piazza, sia esso all'interno di strutture sportive o similari) e fornire informazioni sulle misure e norme igieniche.
- Gestire le distanze all'interno delle strutture e negli spazi all'aperto.
- Monitorare le misure igieniche di base (igiene delle mani, igiene distanza di sicurezza, ecc.) e controllare le norme igieniche in loco durante l'intero periodo di organizzazione e svolgimento dell'evento.
- Intervenire in caso di violazioni delle norme da parte di un soggetto in loco.
- Definire i DPI necessari per tutto il personale che opererà direttamente per la Società ospitante (tipologia di mascherina, distributore gel disinfettante, eventuali visiere, eventuali guanti, ecc).
- Definire quali ambienti dovranno essere sanificati e quali solamente igienizzati, anche in relazione a regolamenti regionali.
- Il personale impegnato in occasione dello svolgimento delle gare dovrà essere autorizzato da parte dell'organizzatore, il quale avrà cura di rilasciare un apposito accredito indicante le zone di accesso consentite.
- Il personale ammesso allo svolgimento di attività in occasione delle gare dovrà essere dotato di dispositivi di prevenzione e protezione secondo quanto stabilito dalle indicazioni delle autorità competenti e, ad ogni modo, dovrà indossare dispositivi di protezione conformi alle specifiche funzioni richieste, nonché avere a disposizione distributori per gel igienizzante.



Per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei DPCM e nelle Linee Guida della Presidenza del Consiglio dei Ministri-Ufficio Sport n. 3180 del 04/05/2020 e del 17/05/2020 che rimangono fonte primaria

Autocertificazione

Prima della ripresa delle attività a tutti gli operatori sportivi coinvolti (atleti, allenatori/istruttori/, dirigenti) verrà richiesto il rilascio di un'**AUTOCERTIFICAZIONE** (allegato 2 viene inviato al momento dell'assegnazione del Campionato) che dovrà essere sottoscritta e dovrà attestare l'assenza dei sintomi da infezione SARS-COV-2 e dei rischi di contagio per quanto di propria conoscenza.

L'autocertificazione sarà consegnata al Referente COVID-19 (allegato 1 – modello da compilare a cura del nominato e da inviare alla FSSI, almeno 30gg prima del Campionato. Il modello relativo alla nomina del Referente Covid 19 viene inviato al momento dell'assegnazione del Campionato). Il Referente COVID-19 conserverà l'autocertificazione secondo le modalità previste dalla normativa sulla Privacy vigente.

Auto-monitoraggio clinico individuale

Nella fase successiva alla ripresa delle attività non si dovrà presentare l'autocertificazione e ciascuno sarà tenuto ad auto monitorarsi dal punto di vista clinico.

Qualora in qualunque momento fosse rinvenuta la sintomatologia tipica da COVID 19, febbre oltre 37,5, presenza di tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale, tutti i partecipanti dovranno ritenersi esclusi dalla partecipazione all'allenamento e darne notifica, tempestivamente, al Delegato alla vigilanza, al medico di fiducia o medico di base per l'attivazione delle procedure di indagine più approfondite.

Riammissione di soggetti positivi al COVID 19 al gruppo di lavoro

Tutti gli operatori sportivi (atleti, istruttori/allenatori, dirigenti) accertati positivi al COVID 19 e guariti, per essere riammessi alle attività sportive dovranno presentare un certificato di guarigione, rilasciato da un infettivologo o dalla struttura di igiene pubblica della ASL di competenza che attesti l'avvenuta guarigione. Tutti gli atleti, dovranno sottoporsi a nuova visita di idoneità all'attività sportiva agonistica (non agonistica per i minori di 11 anni), che verifichi l'effettivo stato di salute dopo il decorso della malattia. Per tutti gli atleti professionisti si fa riferimento al DPCM Prot. n. 3180 del 04/05/2020.

Certificazione di idoneità agonistica

Si ricorda che tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica per i maggiori di anni 11, non agonistica per i minori, in corso di validità.



SEZIONE SPECIFICA

Quanto previsto nella Sezione Generale è integrato con quanto disposto per ogni singola Specifica Disciplina.

ARTI MARZIALI

Al fine di ridurre il contatto sociale nell'ambiente dove si svolge l'attività sportiva (allenamenti) vanno adottate soluzioni organizzative che riguardano l'articolazione dell'orario di allenamento. L'articolazione dell'attività va ridefinita con orari differenziati che favoriscano il distanziamento sociale riducendo il numero di presenze in contemporanea nel luogo di allenamento, evitando assembramenti all'entrata e all'uscita con flessibilità di orari.

Misure preventive per l'allenamento

- distanziamento di sicurezza (almeno 2 m tra le persone durante l'allenamento e 8 mq per ogni atleta);
- uso della mascherina (ad eccezione di quando l'uso durante l'allenamento sia incompatibile con il consumo metabolico e con il gesto atletico);
- numero limitato di atleti per sessione (gruppo ridotto, chiuso e stabile);
- raccomandazioni anti-contagio visibili, esposte e rese pubbliche;
- indicazioni igienico-sanitarie abituali, conosciute, applicate;
- disponibilità di igienizzanti e contenitori per i rifiuti;
- igienizzazione del tatami / area di allenamento e cambio d'aria prima della seduta;
- allenamento a porte chiuse;
- programma di allenamento adattato alle norme sanitarie in vigore;
- preparazione dell'attrezzatura individuale necessaria per la sessione in prossimità di ogni postazione.

Gestione degli spazi

- nella gestione dell'entrata e dell'uscita dal Dojo / area di allenamento laddove possibile, vanno previsti percorsi d'entrata e di uscita dedicati, segnalati in modo visibile;
- gli spazi vanno rimodulati nell'ottica del distanziamento sociale, assicurando la turnazione nella fruizione ed un ridotto tempo di permanenza negli spazi comuni.

Spogliatoi e servizi igienici

- suddividere la superficie in modo visibile in postazioni destinate a ciascun atleta per spogliarsi e rivestirsi, garantendo almeno 2 m di distanza tra atleti. Qualora non fosse consentito l'uso degli



spogliatoi, si consiglia di allestire degli spazi temporanei adibiti alla preparazione degli atleti, rispettando le medesime indicazioni.

Tatami/area di allenamento

- suddividere la superficie in modo visibile in postazioni di almeno 8 mq per ogni atleta, con almeno 2 m di distanza tra due atleti.

Area di accesso al Tatami /Area di allenamento

- se possibile, organizzare un'eventuale area di attesa breve per l'accesso al Tatami / Area di allenamento, garantendo il rispetto delle regole di distanziamento.

Organizzazione dell'orario di allenamento

Al fine di ridurre il contatto sociale nell'ambiente dove si svolgono le attività di allenamento, vanno adottate soluzioni organizzative che riguardano la riduzione del numero di atleti per sessione e l'articolazione dell'orario di allenamento. Si suggerisce di prevedere per ogni sessione:

- arrivo presso la struttura sportiva da 5 a 10 minuti prima dell'inizio dell'allenamento;
- 45-60 minuti di allenamento;
- uscita dalla struttura da 5 a 10 minuti dopo la fine dell'allenamento;
- almeno 15 minuti di intervallo tra la fine di una sessione di allenamento e l'inizio della successiva per evitare a gruppi diversi di incrociarsi.
- Si raccomanda di garantire che gli eventuali accompagnatori dei soli atleti minorenni lascino la struttura sportiva subito dopo l'espletamento delle verifiche previste all'accesso e non vi facciano ritorno che 5 minuti prima della fine della sessione di allenamento, attendendo all'ingresso nel rispetto delle distanze di sicurezza.

Misure preventive per la conduzione dell'allenamento e l'accesso al Dojo e/o all'area di allenamento

I vincoli sanitari in atto, consentono esclusivamente lo svolgimento di attività individuali nel rispetto rigoroso delle norme di distanziamento sociale e nell'osservanza scrupolosa delle raccomandazioni anti-contagio. In particolare è dovere del tecnico incaricato:

- garantire il rispetto delle distanze di sicurezza;
- garantire che tutti gli atleti indossino la mascherina, che rispettino le raccomandazioni anti-contagio, le
- norme di igiene respiratoria e le abituali indicazioni igienico-sanitarie per l'accesso al tatami;
- limitare il numero di atleti per sessione (gruppo ridotto, chiuso e stabile);
- pianificare l'allenamento in conformità alle norme sanitarie in vigore;
- - preparare le attrezzature necessarie a ciascuna sessione in prossimità di ogni postazione, prima e all'inizio della seduta, ricordando che l'uso di ogni attrezzo/macchinario è esclusivamente individuale;
- garantire che l'accesso al tatami / area di allenamento e l'uscita, agli spogliatoi (o analoghi) avvengano
- conformemente alle indicazioni previste.

Karate, in particolare si raccomanda di verificare che gli atleti:

- seguano sempre i percorsi obbligati nel rispetto della distanza di sicurezza;
- rispettino le distanze di sicurezza negli spazi comuni;



- non giungano all'allenamento indossando il karategi o, se questo avviene, abbiano indossato sopra di esso
- indumenti di copertura durante il viaggio;
- igienizzino mani e piedi con il gel idroalcolico ogni volta che accedono o lasciano il tatami;
- indossino sempre la mascherina (ad eccezione di quando l'uso durante l'allenamento sia incompatibile
- con il consumo metabolico e con il gesto atletico);
- abbiano a disposizione un **“kit sanitario per l'allenamento”** es. composto da mascherina di ricambio, fazzoletti usa e getta, lozione idroalcolica, bottiglia d'acqua/borraccia personale, ecc.;
- siano informati circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento;
- utilizzino esclusivamente le attrezzature loro assegnate;
- siano sempre in buona salute.

A titolo esemplificativo si riportano di seguito alcuni esercizi (Karate) che è possibile utilizzare per la pianificazione dell'allenamento adattato alle norme di sicurezza in vigore:

- esercizi di preatletismo, corsa sul posto, coordinazione, mobilità articolare;
- preparazione fisica generale individuale a corpo libero o con macchine ad uso personale;
- esercizi individuali per le abilità tecnico-motorie di base;
- abilità tecnico-motorie di base e/o propedeutici per il Kumite e/o il Kata;
- attività individuali di approfondimento e automatizzazione della tecnica, a corpo libero o con attrezzi (per es. manichini, elastici*, corde, palloni, colpitori, ecc.).

*in caso di elastici, devono essere esclusivamente personali.

JUDO, in particolare si raccomanda di verificare che gli atleti:

- seguano sempre i percorsi obbligati nel rispetto della distanza di sicurezza;
- rispettino le distanze di sicurezza negli spazi comuni;
- non giungano all'allenamento indossando il judogi o, se questo avviene, abbiano indossato sopra di esso
- indumenti di copertura durante il viaggio;
- igienizzino mani e piedi con il gel idroalcolico ogni volta che accedono o lasciano il tatami;
- indossino sempre la mascherina (ad eccezione di quando l'uso durante l'allenamento sia incompatibile
- con il consumo metabolico e con il gesto atletico);
- abbiano a disposizione un **“kit sanitario per l'allenamento”** es. composto da mascherina di ricambio,
- fazzoletti usa e getta, lozione idroalcolica, bottiglia d'acqua/borraccia personale, ecc.;
- siano informati circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento;
- utilizzino esclusivamente le attrezzature loro assegnate;
- siano sempre in buona salute.

Indicazioni tecniche generali per la conduzione dell'allenamento

Nella conduzione della sessione dell'allenamento si consiglia di:

- assegnare un'area numerata per atleta prima dell'inizio allenamento;
- invitare gli atleti a raggiungere individualmente il proprio spazio nel rispetto delle distanze di sicurezza e
- a restarvi fino al termine della sessione (tale postazione sarà destinata sempre allo stesso atleta per tutto
- il ciclo di allenamenti);



- fare presente che la possibilità di lasciare il tatami / area di allenamento prima della fine dell'allenamento
- sia un'eccezione riservata a casi di urgente e improcrastinabile necessità e che questo vada fatto nel rispetto delle norme di distanziamento, seguendo i percorsi obbligati, igienizzando mani e piedi prima di
- scendere dal tatami /area di allenamento e prima di risalirvi;
- una volta che tutti gli atleti hanno raggiunto il proprio spazio, omettere il saluto in linea secondo il cerimoniale tradizionale, ma eseguire il saluto restando nell'area assegnata; la stessa indicazione vale per il saluto di fine allenamento;
- individuare una postazione per sé stessi, limitando al minimo gli spostamenti sul tatami.

A titolo esemplificativo si riportano di seguito alcuni esercizi (Judo) che è possibile utilizzare per la pianificazione dell'allenamento adattato alle norme di sicurezza in vigore:

- esercizi di preatletismo, corsa sul posto, coordinazione, mobilità articolare;
- preparazione fisica generale individuale a corpo libero o con macchine ad uso personale;
- esercizi individuali per le abilità tecnico-motorie di base;
- ukemi, posizioni, squilibri;
- abilità tecnico-motorie di base del Tachi-Waza e del Ne-Waza;
- attività individuali di approfondimento e automatizzazione della tecnica, a corpo libero o con attrezzi (per es. manichini, elastici*, corde, ecc.);
- Tendoku-Renshu e Uchikomi con attrezzi (per es. manichini, elastici*, corde, ecc.);
- Relativamente all'attività specifica per il Kata si suggerisce inoltre l'esercitazione all'uso delle armi (bastone, spada, ecc.) in forma di kata o esercitazione ripetitiva allo scopo di perfezionamento tecnico e allenamento fisico, sia da svolgere individualmente, sia a coppie, con la formula "a specchio" in cui i praticanti simulano attacchi e difese ad una distanza superiore a 2 metri.

*in caso di elastici, devono essere esclusivamente personali.

Raccomandazioni agli Atleti

Indicazioni generali

- gli allenamenti si svolgono a porte chiuse;
- gli orari delle sessioni di allenamento devono essere rispettati in modo rigoroso. Per ogni sessione è necessario prevedere di arrivare presso la struttura sportiva da 5 a 10 minuti prima dell'inizio dell'allenamento;
- gli eventuali accompagnatori dei soli atleti minorenni devono lasciare la struttura sportiva subito dopo l'espletamento delle verifiche previste all'accesso; gli accompagnatori possono fare ritorno 5 minuti prima della fine della sessione di allenamento, attendendo all'ingresso nel rispetto delle distanze di sicurezza e nelle aree previste;
- l'accesso alla struttura sportiva è possibile solo indossando la mascherina dal momento dell'ingresso fino all'uscita avvenuta (salvo future disposizioni di legge);
- è fondamentale il rispetto delle norme relative al mantenimento delle distanze di sicurezza e al rispetto delle norme anti-contagio in vigore.

Per ulteriori dettagli, si rimanda alle disposizioni dell'Autorità Sanitaria Competente.

In preparazione alla seduta di allenamento è necessario per ogni atleta:

- mantenere un elevato standard di igiene personale (es. unghie tagliate, corretta igiene personale, abbigliamento pulito, ecc.);



- assicurare che l'abbigliamento tecnico sia lavato/igienizzato. Si consiglia, a tale proposito, di non indossare l'abbigliamento tecnico al proprio domicilio; se questo fosse inevitabile si raccomanda di indossare una tuta sopra;
- andare in bagno per evitare spostamenti durante la sessione di allenamento;
- preparare un "kit sanitario per l'allenamento" da portare al seguito composto da mascherina di ricambio, fazzoletti usa e getta, lozione idroalcolica, ciabatte, bottiglia d'acqua e una scheda con le informazioni di contatto in caso di emergenza durante l'allenamento. Tutto questo dovrà essere collocato all'interno di una borsa/zaino/busta sigillata destinato al solo uso sportivo.

Applicazione delle misure di prevenzione per l'allenamento

- Accedendo al Dojo / area di allenamento, appena prima e durante l'allenamento è necessario:
- indossare sempre la mascherina (ad eccezione di quando l'uso durante l'allenamento sia incompatibile con il consumo metabolico e con il gesto atletico);
- seguire sempre i percorsi obbligati nel rispetto della distanza di sicurezza;
- rispettare le distanze di sicurezza e minimizzare i tempi di permanenza negli spazi comuni, negli spogliatoi, nei bagni, ecc.;
- igienizzare mani e piedi con il gel idroalcolico ogni volta che si accede o si lascia il tatami / area di allenamento;
- tenere a bordo tatami / area di allenamento un "kit sanitario per l'allenamento" ad es. composto da mascherina di ricambio, fazzoletti usa e getta, lozione idroalcolica, bottiglia d'acqua/borraccia personale, ecc.;
- informarsi circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento in particolare in relazione alle routine d'accesso al tatami / area di allenamento e alla suddivisione dello spazio in aree personali che non è possibile lasciare per l'intera durata della sessione;
- utilizzare esclusivamente le attrezzature assegnate dal tecnico;
- essere a conoscenza e rispettare in modo rigoroso le raccomandazioni anti-contagio e le norme di igiene respiratoria.

ATLETICA LEGGERA

Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali" indicano le modalità di accesso all'impianto sportivo, riportando, tra le altre, le seguenti prescrizioni:

- registrazione degli ingressi e raccolta delle autocertificazioni che dovranno essere conservate per 14 giorni;
- misurazione della temperatura corporea in fase di ingresso al sito sportivo (altre eventuali azioni potrebbero essere adottate su indicazione delle Autorità Sanitarie/Governativa);
- netta separazione tra i flussi di ingresso e uscita per quanti avranno diritto ad accedere all'impianto, sempre nel rispetto del distanziamento minimo e possibilmente creando differenziazione di percorso tra pubblico e atleti;
- realizzazione di un luogo dedicato e isolato (Area di Emergenza Sanitaria) ove ricoverare temporaneamente coloro che dovessero manifestare insorgenza di sintomi riconducibili a Covid19 durante l'evento;
- accesso consentito soltanto con i dispositivi di prevenzione del contagio (DPI) e obbligo all'uso degli stessi per quanti siano presenti all'interno dell'impianto, con la sola esclusione degli atleti in gara.

In particolare, si consiglia di definire ulteriori percorsi, differenziati per categoria di partecipanti/ospiti, rispetto a ciascuna area organizzativa presente nell'impianto, con particolare riferimento a:

- zona warm-up, call room e altre aree di gara/lavoro;
- aree comuni;



- servizi igienici (differenziati per gli atleti rispetto a tutte le altre categorie).

Non sarà possibile consumare pasti all'interno dell'impianto.

APPOSITA CARTELLONISTICA INFORMATIVA PER PUBBLICO E PARTECIPANTI DOVRA' ESSERE PREDISPOSTA ALL'INGRESSO DELL'IMPIANTO E NELLE ALTRE AREE OVE RITENUTO NECESSARIO.

INFORMAZIONI GENERALI AD USO DI QUANTI AUTORIZZATI AD ACCEDERE ALL'IMPIANTO SPORTIVO

In considerazione della specificità di ogni singolo impianto/evento, dovrà essere predisposto e pubblicato un Documento Informativo corredato di una planimetria, necessario per portare a conoscenza di quanti accederanno all'impianto, quali saranno le norme di precauzione e tutela della salute, oltre che di sicurezza alle quali attenersi per l'accesso e la permanenza nell'impianto.

ALLESTIMENTO IMPIANTO E GESTIONE MANIFESTAZIONE

In tutte le fasi di allestimento dell'impianto sarà cura del responsabile per la sicurezza in fase di cantiere e obbligo dell'allestitore/ri delle varie fasi/attività, provvedere alle obbligatorie operazioni di sanificazione. Tutte le suddette operazioni di allestimento e approntamento funzionale dell'impianto andranno completate obbligatoriamente entro le 24 ore precedenti l'inizio della manifestazione, per permettere la finale pulizia e sanificazione dell'impianto e delle attrezzature. Alla luce delle prescrizioni da assumere per contenere i rischi di contagio da COVID-19, andranno ampliate le dimensioni delle usuali postazioni di lavoro, così come le dimensioni e l'arredamento di alcune aree.

Nello specifico:

1. Zona riscaldamento- modalità di esecuzione del riscaldamento

1.1 Ad oggi Sarà consentito correre ma senza possibilità di utilizzare le attrezzature solitamente in uso (es.: ostacoli) e verificando che sia mantenuto il corretto distanziamento;

1.2 Non saranno consentite le attività dei lanci e dei soli salti in elevazione. Con l'esclusione dei soli salti in estensione, per i restanti concorsi e le gare con ostacoli è pertanto necessario prevedere il riscaldamento in pedana/pista, e di conseguenza, nella compilazione degli orari di gara, l'ampliamento dei tempi di riscaldamento sia in pedana che in pista.

2. Camera di Chiamata

2.1 Sarà opportuno avere spazi più ampi per garantire il distanziamento all'interno della Call-room. Anche per gli "eventi COVID" gli atleti, nel rispetto del distanziamento entreranno in campo accompagnati dal Segretario di Giuria. Per i concorsi gli atleti porteranno in campo le proprie borse/zaini, facendo attenzione che una volta in pedana non siano in contatto con quelle degli altri atleti. Per le gare di corsa all'ingresso nella Call-room gli atleti dovranno posare le borse/zaini su un carrello all'uopo predisposto, che da un addetto al campo gara sarà poi portato in apposita area dopo l'arrivo generale. Borse e zaini dovranno rimanere sul carrello e saranno prelevate/i direttamente dagli atleti. In relazione alla loro importanza e al layout dell'impianto, per i soli meeting e gare regionali/provinciali (prestando attenzione al numero dei partecipanti) si potrà eventualmente derogare dall'allestimento della Call-room, in favore di una zona dedicata di accesso diretto alla pista.

2.2 L'uso delle ceste porta indumenti è in ogni caso espressamente vietato.

3. Direzione Tecnica e Consegna attrezzi

3.1. Per la consegna degli attrezzi personali, così come per il recupero degli stessi a conclusione della gara, sarà identificata una zona dedicata nei pressi del magazzino attrezzi; quanti opereranno all'interno dell'area e del magazzino dovranno indossare mascherina chirurgica e guanti e nell'area dovrà essere disponibile un dispenser con gel sanificante.

3.2. Il tempo limite previsto per la consegna degli attrezzi personali, usualmente tra i 50 e i 60 minuti prima dell'inizio della gara relativa, andrà sensibilmente aumentato per permettere la sanificazione degli stessi;



3.3. In gara è consigliabile l'utilizzo della macchina elettrica in per il recupero degli attrezzi; 3.4. Si raccomanda di allestire la parte sportiva, con attrezzi e attrezzature, in largo anticipo rispetto l'orario di inizio gara, al fine di evitare affollamento nel magazzino.

4. Campo di gara/zone di riposo

4.1. Giudici e Addetti al campo di gara dovranno operare con la mascherina chirurgica e guanti in lattice o equivalenti. Sui tavoli delle Giurie dovrà essere disponibile il gel sanificante. Ogni postazione delle giurie, come pure le aree di sosta degli atleti in pedana dovranno essere fornite di cestini con il sacchetto di plastica destinati alla raccolta di guanti, fazzoletti, mascherine, ecc.

4.2. È fortemente raccomandata la riduzione del numero di giudici e addetti in campo e l'utilizzo di tavoli più grandi, in alternativa due tavoli per ogni giuria in pedana e comunque tali da garantire il distanziamento minimo di un metro tra ogni seduta.

4.3. Nell'ottica di cui sopra è consigliabile che il Segretario di Giuria operi anche per l'inserimento dei dati nel sistema informatico qualora presente;

4.4. Si raccomanda l'allestimento di ampie aree di riposo/attesa degli atleti in pedana per garantire la distanza di sicurezza. A questo proposito andrà valutato il numero potenziale di atleti presenti nei concorsi per redigere un programma orario congruo e per non intasare le lunette. La zona sarà allestita prevedendo gazebo senza teli di giro e panchine in numero sufficiente per garantire la seduta d'attesa per tutti i concorrenti con posto assegnato secondo le distanze di sicurezza o sedie che comunque andranno sanificate tra una competizione e l'altra; stessa operazione dovrà essere ripetuta anche per le postazioni dei Giudici ad ogni eventuale cambio di Giuria.

4.5. Andrà allestita una zona dedicata ai tecnici nei pressi di ogni concorso, garantendo una zona cuscinetto di almeno 1 metro con la pista e il distanziamento di sicurezza tra i tecnici stessi.

5. Zona Mista

5.1. Un'apposita area, se necessaria dovrà essere allestita con gazebo (senza teli di giro) o strutture similari, possibilmente in area aperta dell'impianto e nelle vicinanze della pista dopo l'arrivo generale. Un transennamento indicherà il percorso degli atleti per recarsi alle interviste agli atleti. Gli atleti dovranno essere separati dai giornalisti da un corridoio non inferiore ai 2 m. di larghezza (causa elevata attività metabolica).

5.2. L'uscita dai Concorsi avverrà attraverso la zona Mista (se presente), ma non dalla zona di entrata in pista (percorsi separati) e comunque senza il passaggio nella zona vestizione degli Atleti (quelli dei concorsi si rivestono in pedana); il percorso dovrà essere abbastanza ampio per poter permettere l'uscita degli Atleti ad una distanza di sicurezza adeguata rispetto alla zona dove gli Atleti vengono intervistati;

5.3. La zona di vestizione degli Atleti delle corse dovrà essere abbastanza ampia da poter contenere in contemporanea almeno 9/12 persone distanziate (non meno di 3 o 4 batterie dei 400 metri – gareggiano a corsie alternate); andrà considerato il tempo necessario al recupero degli atleti e quello necessario alla sanificazione delle sedute.

6. Antidoping

6.1. Sarebbe bene avere 2 zone distinte per uomini e donne. Ogni zona dovrebbe avere 1 sala d'attesa (ampia) e 2 wc. Per un totale di 4 wc dei quali cui uno a disposizione del Personale Sanitario.

7. Tribuna stampa

7.1. È necessario prevedere spazi più ampi per garantire il distanziamento. Non sarà prodotto e distribuito materiale informativo cartaceo di alcun genere. Sia nei Top Event che nei Meeting l'Addetto Stampa dovrà comunicare per tempo all'organizzatore i numeri dei giornalisti accreditati in modo che possano essere preparate le sole postazioni necessarie con distanzamenti adeguati. Le postazioni andranno comunque sanificate al termine della giornata. Dovrà essere predisposto dall'organizzatore un collegamento wi-fi di adeguate capacità in download e upload, tali per cui siano garantite anche dall'interno del campo gara, tutte le necessità di Giornalisti e Fotografi.

8. Event Presentation e Direzione di Gara

8.1. Postazioni: ogni singola postazione di lavoro dovrà garantire non meno di 1.50 m di distanza tra gli operatori. Se l'impianto dovesse essere dotato di cabine da destinare all'EPM e alla DG, dovrà esserne



garantita l'apertura delle finestrate ed in ogni caso un'adeguata circolazione dell'aria. Nel caso in cui dovessero essere allestiti gazebo, comunque forniti dei teli di giro per ogni evenienza, durante le attività questi dovranno essere disposti in maniera tale da garantire la circolazione dell'aria. Ove i due speaker avessero necessità di operare vicini, si dovrà prevedere un separatore trasparente (in perspex, policarbonato o plexiglas; no vetro) tra i due. Tutti gli operatori dovranno disporre di un touch-screen dedicato.

8.2. Presentazione: La presentazione degli atleti iscritti alle singole competizioni sarà proiettata sul megascreen, ove possibile anche mostrando la fotografia di tesseramento dell'atleta. Nei concorsi si effettuerà la presentazione dei soli otto atleti finalisti e dell'Arbitro, che dovranno essere disposti nel rispetto del distanziamento minimo di 1 metro. Per le corse nessuna variazione. Da valutare la possibilità di utilizzare o meno la telecamera mobile. Fidal Servizi sta valutando il possibile utilizzo di un drone per aumentare la spettacolarità dell'evento.

8.3. Cerimoniale e Premiazioni: anche per l'Area del Cerimoniale c'è necessità di maggiori spazi per l'accoglienza degli Atleti e delle Autorità. Parimenti anche il podio, soprattutto nelle competizioni Allievi e Cadetti nelle quali sono premiati i primi 8 atleti, dovrà essere ampliato. Deve essere approfondita la procedura di premiazione relativamente alle modalità di consegna delle medaglie e di consegna e vestizione delle maglie, relativamente alle problematiche di distanziamento e igiene dei materiali. Da riconsiderare eventuale cerimonia per i Campionati Cadetti.

9. Segreteria Tecnica e Cronometraggio

9.1. Postazioni: Anche in questo caso ogni singola postazione di lavoro dovrà garantire non meno di 1.50 m di distanza tra gli operatori.

9.2. Cautele: si raccomanda che gli operatori del self crono svolgano per l'intera durata della manifestazione, le stesse funzioni e operino sempre con gli stessi apparati.

10. Addetti alle misurazioni

10.1. Non ci sono particolari raccomandazioni se non quelle previste per quanti operano all'interno delle aree sportive precedentemente citate: obbligo dell'uso della mascherina chirurgica e dei guanti e sanificazione degli attrezzi/attrezzature.

11. TIC

11.1 il TIC sarà presidiato da un solo Giudice. Non ci saranno affissioni e tutte le comunicazioni saranno pubblicate in tempo reale sulla pagina web dei risultati della manifestazione;

11.2 Consegna Buste: sarà consegnata una busta, contenente tutti i pettorali ad un solo dirigente delegato per società.

SUGGERIMENTI SU MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Modalità di partecipazione

È caldamente consigliato il sistema di iscrizioni on-line (automatizzato o tramite e-mail), così come la conferma della partecipazione, per le competizioni. È inoltre raccomandato di non prevedere iscrizioni/variazioni sul posto. Con questa modalità, infatti, si potrà prevedere la chiusura delle iscrizioni, così come la conferma di partecipazione, il giorno precedente l'inizio delle competizioni, consentendo al delegato tecnico di procedere alla composizione delle serie e alla successiva pubblicazione online anche degli orari per ogni singola gara. In tal modo sarà possibile contingentare gli ingressi nell'impianto di gara. Si consiglia, inoltre, di prevedere un numero massimo di atleti, sia per le corse che per i concorsi; per questi ultimi, qualora il numero dei partecipanti fosse elevato, si suggerisce di prevedere più serie ad orari prestabiliti e pubblicati, con start list, la sera precedente.

Gare in corsia

Sono le gare con minor criticità, potendo alternare gli atleti nelle corsie e potendo anche alternare le corsie a conclusione di ogni batteria.

Guanti: per le gare veloci (dai 100 ai 400 m, ostacoli e staffetta 4 x 100 compresa), gli atleti verranno forniti di guanti da usare per posizionare i blocchi di gara, provare le partenze e durante la gara. Non dovranno ovviamente toccare viso, occhi, orecchie e nel caso ve ne fosse necessità un addetto gli porgerà



del disinfettante prima della partenza. Gli atleti gareggeranno con i guanti (RISULTATO NON OMOLOGABILE PER LA 4X100) per evitare che il contatto diretto con la superficie della linea di partenza, obblighi l'organizzatore alla continua disinfezione della stessa superficie di contatto. Presso l'arrivo dovranno essere predisposti dei cestini per la raccolta dei guanti usati.

Orario Gara: per la formulazione dell'orario, è necessario considerare come, oltre al raddoppio del numero delle batterie e finali, si dovrà aggiungere non meno di un altro minuto per i maggiori adempimenti e le cautele dettate dal COVID-19.

Gare con Ostacoli: salvo quanto necessario adottare/prevedere in fase di allestimento dell'impianto di gara, durante lo svolgimento delle batterie/finali non sono previste particolari esigenze di sanificazione degli ostacoli, in ragione del ridottissimo tempo di contatto tra l'atleta e l'ostacolo nella fase di scavalco. Diversamente potrebbe essere necessaria un'azione di sanificazione, laddove l'atleta cadendo dovesse rimanere sopra l'ostacolo.

800 e 1500 La World Athletics ha approvato le ipotesi di format proposte dalla FIDAL per gli 800 in corsia o a cronometro. I risultati saranno, quindi, validi per le graduatorie internazionali. Sarà possibile effettuare la gara completamente in corsia utilizzando gli appositi scalari, le cui specifiche sono già state inviate ai CC.RR. o, in alternativa, correre "a cronometro" con partenze distanziate di 8 secondi (massimo 6 atleti per ogni serie). L'apertura della World Athletics riguarda anche i 1500 metri con modalità che saranno definite in tempi brevi.

Altre discipline NON in corsia Sono le gare con maggiore criticità di svolgimento; non è possibile, infatti, mantenere un distanziamento idoneo tra gli atleti. Tra queste gare rientra anche la staffetta 4x400 (Doc. di rif.: Lo Sport Riparte in Sicurezza). Lo svolgimento delle gare, svolte in modalità differente rispetto al RTI potrebbero rendere la prestazione non valida ai fini del riconoscimento della prestazione complessiva, mentre rimarrebbe valida l'assegnazione del titolo di Campione Italiano. Per le competizioni ad oggi previste di Mezzofondo e Marcia, verrà effettuato un lavoro dedicato dopo le ulteriori specifiche che potranno essere previste nel caso di riapertura alle competizioni di tutti gli Sport. Ad oggi, dagli studi del Politecnico di Torino e della Federazione Medico Sportiva, lo svolgimento di queste specialità risulta di difficile attuazione nelle modalità usuali, poiché l'elevata attività metabolica e la vicinanza tra gli atleti, anche in scia, è unanimemente considerata condizione di alto rischio di trasmissione e contagio del virus.

Salti in elevazione Come da "Disciplinare FIDAL per la riapertura degli impianti sportivi", gli atleti dovranno dotarsi o essere forniti dall'organizzatore, di un foglio di cellophane o telo in PVC leggero delle dimensioni approssimative di m 3.00 x 5.00 (alto) e m 4.00 x 6.00 (asta). Sarà cura di due addetti, messi a disposizione dagli Organizzatori, stendere e rimuovere dalla zona di caduta a conclusione di ogni singola prova questo telo, avendo ovviamente cura che la faccia del telo a contatto diretto con i materassi di caduta sia sempre la stessa. Gli stessi addetti dovranno obbligatoriamente operare con guanti e mascherina chirurgica per effettuare posizionamento e rimozione del telo che sarà consegnato dall'atleta stesso. A conclusione della competizione, se i teli sono personali sarà cura dell'atleta ritirarlo dalla pedana e avere cura di pulirlo/sanificarlo prima di riporlo nella borsa/zaino. Ove i teli siano stati messi a disposizione dall'organizzatore, sarà sua cura e responsabilità la custodia o lo smaltimento degli stessi, sempre nel rispetto delle norme igienico-sanitarie. Queste operazioni comporteranno nel salto in alto un allungamento dei tempi sia nel riscaldamento che durante la competizione, nel salto con l'asta un allungamento di tempi di effettuazione soltanto del riscaldamento. Per il salto con l'asta è vietato l'uso del dispenser comune per il magnesio; ogni atleta dovrà provvedere all'utilizzazione di prodotti personali (SACCHI MONOUSO). La valutazione del tempo di riscaldamento da concedere prima di ogni gara sarà a discrezione del Delegato Tecnico. In attesa di ulteriori chiarimenti relativi alla libera utilizzazione delle zone di caduta, restano valide le modalità di cui sopra.

Salti in estensione È possibile svolgere le competizioni. Il personale operante in pedana (giudici e volontari) dovrà essere dotato di mascherina chirurgica, guanti e gel igienizzante.



Lanci Gli atleti in possesso del proprio attrezzo dovranno utilizzarlo in gara in via esclusiva. Gli atleti non in possesso di attrezzo personale potranno utilizzare esclusivamente quelli messi a disposizione dagli organizzatori. Gli attrezzi dovranno essere sanificati dal personale addetto a conclusione di ogni singolo lancio e prima di essere messi nuovamente a disposizione degli atleti. Il personale operante nella zona di caduta degli attrezzi (giudici e volontari) dovrà essere dotato di mascherina chirurgica, guanti e gel igienizzante. Per il getto del peso è vivamente consigliato l'uso dello scivolo di ritorno. È vietato l'uso del dispenser comune per il magnesio; ogni atleta dovrà provvedere all'utilizzazione di prodotti personali (SACCHI MONOUSO).

Prove Multiple Andranno utilizzate tutte le accortezze e specifiche delle singole discipline sopra descritte.

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE Valutate le direttive sanitarie emanate dall'ISS si renderà necessario l'acquisto di DPI per lo staff, i collaboratori e il GGG

BADMINTON

Prima di allenarsi e/o giocare

- Controllare la temperatura prima di uscire e accertarsi di non avere sintomi sospetti;
- Rispettare le disposizioni Statali, Locali e dell'ASA a cui si è associati;
- Disinfettare l'attrezzatura di gioco;
- Lavare o disinfettare le mani;
- Mantenere sempre la distanza di sicurezza dagli altri atleti;
- Portare in palestra la propria bottiglia d'acqua e bere solo da quella Mentre ci si allena e/o si gioca;
- Disinfettare ciclicamente le mani dopo ogni sessione di gioco;
- Non toccarsi la faccia con le mani;
- Pulire e disinfettare le attrezzature di gioco comuni;
- Sedersi a distanza dagli altri atleti;
- Salutare e ringraziare senza contatto;
- Utilizzare fascia assorbisudore per la testa e polsi;
- Non condividere materiale o alimenti durante l'allenamento; se necessario lo scambio di racchetta prima bisogna disinfettare completamente oppure cambiare il grip;
- Usare scarpe di Badminton solo in campo.

Raccomandazioni per i TECNICI:

- i volani usati, dopo gli esercizi, dovranno essere chiusi in una busta e potranno essere riutilizzati solo dopo 24/48 ore;
- organizzare gli allenamenti in campo tenendo conto del rispetto della distanza di almeno 2 metri anche per gli esercizi di multifeeding;
- durante l'allenamento indossare la mascherina e i guanti Dopo l'allenamento, gioco;
- Pulire a fondo la propria attrezzatura da allenamento;
- Lavare o disinfettare le mani;
- Si raccomanda di fare la doccia a casa.

Modalità d'ingresso nel sito sportivo

Addetti coinvolti nell'organizzazione Istruttori – Tecnici Sportivi

- Assistono gli atleti nella loro attività didattica e sportiva;
- Organizzano le esercitazioni per garantire il mantenimento della massima distanza atleta e atleta, verificando il rispetto dei livelli massimi di affollamento nell'area di allenamento e/o gioco facendo particolare attenzione alla scelta delle esercitazioni, allenamenti per ridurre al minimo i rischi di contatto;
- Educano gli atleti al rispetto delle norme di sicurezza.



Personale di reception (eventuale)

- Fornisce informazioni e svolge le pratiche amministrative. Deve essere protetto da schermo in plexiglas;
 - I pagamenti dovrebbero essere eseguiti preferibilmente in forma elettronica con terminale POS manovrabile in autonomia dal cliente, incentivando i pagamenti di tipo contactless (smartphone, home banking);
 - Deve utilizzare la mascherina;
 - L'utenza non deve accedere allo spazio retrostante il desk. In caso di reception in situazioni di open space devono essere apportati i necessari correttivi per tutelare il personale (es. spostare la reception all'interno di ufficio chiuso, installare protezioni aggiuntive per l'area desk);
 - In caso di presenza di più operatori desk, spazi e mansioni devono essere organizzati in maniera da garantire il rispetto della distanza interpersonale di 1 metro e comunque essere dotati di mascherine protettive;
 - Al resto del personale non è ammesso l'accesso all'area desk;
- Il personale di reception deve essere addestrato ad evitare qualsiasi invasione dello spazio personale della clientela e a non maneggiare oggetti di proprietà della stessa (tessera POS, ecc) se non strettamente necessario.

Regole di accesso per atleti e collaboratori incaricati delle attività sportive

È importante che, ogni atleta, e in generale tutti gli addetti coinvolti nelle attività sportive, si rendano personalmente responsabili di:

- attuare per le attività sportive ove possibile la riduzione del numero totale delle persone presenti nel sito sportivo, anche tramite turni, riorganizzazione dell'attività, limitazione del numero di accompagnatori, ecc.;
- nel sito sportivo e nell'area di allenamento e/o gioco evitare assembramenti;
- attuare ove possibile una nuova e diversa turnazione degli operatori sportivi e anche degli eventuali accompagnatori (atleta/praticante attività motorie-sportive vs. collaboratori di supporto e/o accompagnatori di atleti) anche al fine di creare gruppi distinti e riconoscibili;
- rispettare i lay-out predisposti ed esporre apposita segnaletica;
- Assicurare che tutte le persone (interne ed esterne) che accedono al sito sportivo dell'organizzazione sportiva indossino "mascherine protettive" (norma UNI EN 14683);
- Richiedere alle persone che frequentano il sito sportivo di controllare quotidianamente la temperatura corporea prima di lasciare il proprio domicilio e recarsi nel sito sportivo e, in caso di febbre oltre 37,5° o altri sintomi influenzali, di rimanere al proprio domicilio e chiamare il proprio medico di famiglia o l'Autorità Sanitaria;
- Ricordare che ciascuno è invitato preferibilmente a recarsi presso gli ambienti sportivi con mezzi di trasporto propri;
- Rispettare le prescrizioni dettate dalle pubbliche Autorità per le altre modalità di trasporto (trasporti plurimi o mezzi pubblici);
- Ricordare che l'organizzazione sportiva, quale ulteriore misura precauzionale, prevede il controllo della temperatura corporea, prima o in corrispondenza dell'accesso pedonale nel rispetto della sicurezza delle persone e delle norme vigenti in materia di Privacy. La misurazione è da effettuarsi, preferibilmente, con dispositivi di rilevazione a distanza quali telecamere termiche (fisse o mobili) o termometri manuali senza contatto. Il collaboratore e/o tecnico, preferibilmente che abbia già avuto una formazione di primo soccorso, che effettua la rilevazione, specificamente formato, deve utilizzare i DPI specifici, da individuare caso per caso sulla base della tipologia di rilevamento della temperatura (manuale o a distanza) • In ogni caso si consiglia l'utilizzo di soluzioni tecnologiche che consentano, per coloro che accederanno e alle attività sportive proposte, la possibilità di tracciarne l'accesso alle strutture per il tramite di applicativi WEB, o applicazioni per device mobili.

Accesso di visitatori

A visitatori è fatto divieto:



- di presenza nei servizi igienici per più di una persona, di posteggio di cicli, o quanto altro possa essere di intralcio al lay-out stabilito;
 - di consumo di alimenti e bevande al di fuori della zona relax o di attesa eventualmente individuata;
 - di transito nelle aree non autorizzate Per i soggetti esterni sono individuati servizi igienici dedicati.
- La dotazione di servizi igienici per gli esterni dovrebbe essere una condizione essenziale per il loro accesso, in mancanza dei quali dovrebbe essere vietato l'accesso agli esterni. Tutte le informazioni relative all'accesso di soggetti esterni, inclusi causali, tempi di permanenza, soggetti incontrati e dichiarazioni, sono registrate a cura del referente incaricato su un apposito modulo/documento.

BOCCE

Bocciodromi

- Utilizzare le corsie di accesso, studiate e indicate/tracciate a cura dell'associazione sportiva;
- Al primo ingresso, ed ogni qual volta lo richieda l'associazione sportiva, sarà richiesto di compilare un modello "situazione sanitaria Covid-19" (Allegato 1) che verrà custodito negli uffici dell'associazione sportiva nel rispetto della normativa sulla privacy;
- Utilizzare la mascherina ed i guanti protettivi quasi sempre, soprattutto quando si parla alla distanza prevista, ad eccezione, eventualmente, di quando ci si allena, se massimo 2 sono i tesserati presenti in corsia di gioco;
- Mantenere la distanza di sicurezza di 1 metro minimo al di fuori dell'attività di allenamento, 2 metri nelle corsie di gioco.

Prima di entrare in campo

- Pulire a fondo le proprie bocce ed i propri accessori sportivi prima e dopo l'attività svolta, compresi panni e straccetti di gioco;
- Indossare scarpe sportive (uso bocce), qualora l'atleta arrivi nell'impianto con scarpe sportive le dovrà comunque sostituire; quindi munirsi di uno zainetto personale o contenitore in cui riporre cose e materiali a rischio contagio;
- Evitare di toccare le recinzioni;
- Non utilizzare gli spogliatoi;
- Lasciare gli indumenti ed effetti personali nella propria borsa/contenitore;
- Lavarsi a fondo e spesso le proprie mani e disinfettarle con sostanza adeguata.

SINGOLA ATTIVITA'/SPECIALITA'

Specialità Raffa/Volo-Gioco Tradizionale

- Nel rispetto assoluto della distanza di sicurezza, da mantenere scrupolosamente durante tutte le fasi di gioco, si consiglia lo svolgimento di partite di allenamento nella specialità individuale primariamente e coppia;
- Il pallino e lo strumento di misurazione (stecca o misuratore laser) disinfettati prima di ogni partita e immediatamente dopo;



- Si consiglia l'uso della mascherina quando nella corsia di gioco siano presenti più di 2 atleti;
- Non toccarsi naso, bocca e occhi;
- Utilizzare un panno personale (disinfettato) per pulire le bocce durante le fasi di gioco;
- Non bagnare gli oggetti in uso con alcun liquido anche e soprattutto con la saliva;
- Ogni atleta dovrà togliere dal campo le proprie bocce nulle;
- Terminata una fase di gioco (giocata) ciascun atleta dovrà riporre negli appositi contenitori le proprie bocce (utilizzando sempre gli stessi spazi contenitori);
- Nel caso di utilizzo di un misuratore laser le operazioni di misurazione risulteranno più rapide e anche maggiormente sicure;
- Al termine della/delle partita/partite di allenamento non entrare in contatto con gli altri atleti, riporre le bocce e le scarpe sportive nella propria borsa dopo averle disinfettate;
- Il pallino e lo strumento di misurazione (stecca o misuratore laser) dovranno essere recuperati dall'addetto all'impianto e subito disinfettati e poi riposti in appositi contenitori pronti per le prossime attività;
- Lavarsi a fondo le proprie mani e disinfettarle con sostanza adeguata;
- Non lasciare effetti personali nell'impianto sportivo;
- Uscire dall'impianto sportivo, utilizzando le corsie di deflusso, studiate e indicate/tracciate a cura dell'associazione sportiva.

Specialità Petanque-Gioco Tradizionale

- Nel rispetto assoluto della distanza di sicurezza, da mantenere scrupolosamente durante tutte le fasi di gioco, si consiglia lo svolgimento di partite di allenamento nella specialità individuale e coppia (terna sconsigliata);
- Utilizzare preferibilmente i terreni di gioco all'aperto e giocare SEMPRE su campi alternati;
- Il pallino e lo strumento di misurazione (metro o misuratore laser) dovranno essere disinfettati prima di ogni partita ed ogni giocatore dovrà essere provvisto almeno di un metro;
- L'eventuale cerchio di lancio dovrà essere consegnato disinfettato dalla Società e restituito dai giocatori al termine della partita dopo averlo a loro volta disinfettato;
- La Società riporrà i cerchi di lancio in appositi contenitori pronti per le prossime attività;
- Non toccarsi naso, bocca e occhi;
- Utilizzare un panno personale (disinfettato) per pulire le bocce durante le fasi di gioco;
- Non bagnare gli oggetti in uso con alcun liquido anche e soprattutto con la saliva;
- Ogni atleta dovrà togliere dal campo le proprie bocce;
- È consigliato tracciare il cerchio di lancio a terra nel modo tradizionale per evitare il contatto con l'attrezzo di plastica, potenziale veicolo di contagio;
- Terminata una fase di gioco (giocata) i giocatori raccoglieranno le proprie bocce e le poseranno dietro il cerchio di lancio oppure le terranno in mano.
- Nel caso di uso di fettuccia metrica, si consiglia di intervenire in due atleti con l'uso della mano non dominante protetta dal guanto;
- Nel caso di utilizzo di un misuratore laser le operazioni di misurazione risulteranno più rapide e anche maggiormente sicure;
- Al termine della/delle partita/partite di allenamento non entrare in contatto con gli altri atleti, riporre le bocce e le scarpe sportive nella propria borsa dopo averle disinfettate;
- Lavarsi a fondo le proprie mani e disinfettarle con sostanza adeguata
- Non lasciare effetti personali nell'impianto sportivo;
- Uscire dall'impianto sportivo, utilizzando le corsie di deflusso, studiate e indicate/tracciate a cura dell'associazione sportiva.

BOWLING



Accesso agli impianti di bowling per la pratica sportiva

L'accesso sarà contingentato, in termini di rapporto presenze/superficie e previa verifica dei seguenti elementi:

- Misurazione della temperatura corporea, che dovrà essere inferiore ai 37,5°;
- Possesso di DPI (mascherina), che andrà rigorosamente indossata dagli utenti per tutto il periodo di permanenza nell'impianto sportivo;
- Sanificazione delle mani con prodotti idonei, attraverso apposite colonnine e/o dispenser;
- Presa visione del regolamento d'uso dell'impianto e delle attrezzature, esposto all'ingresso della sala;

Modalità di svolgimento dell'attività sportiva

• Presenze all'interno dell'impianto di bowling sportivo:

Il numero di accessi consentiti per ogni singolo impianto, sarà determinato dal rapporto tra la superficie complessiva dell'intero impianto sportivo espressa in mq e lo spazio riservato ad ogni singolo soggetto avente diritto di accesso (atleti, tecnici, altri tesserati FISB, eventuali ospiti ed accompagnatori, personale di servizio, ecc.), spazio che, considerando la vasta volumetria tipica delle sale bowling, da quanto stabilito dal DPCM del 10/04/2020 con riferimento al settore del commercio al dettaglio, è definita in 3 persone/40 mq.

• Distanziamento nell'area di gioco:

In base a quanto stabilito nelle citate linee-guida è consentito l'accesso all'area di gioco e la pratica sportiva per un numero massimo di 4 atleti per ciascuna coppia di piste;

Utilizzo della DPI (mascherina): L'utilizzo della mascherina è obbligatorio, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale)** per tutta la durata del gioco non attivo. La mascherina può essere abbassata unicamente nel momento del gioco attivo, dopo la salita sull'approache e dovrà nuovamente essere indossata correttamente, prima di scendere dall'approache;

• **Sanificazione dell'attrezzatura di gioco:** La sanificazione della propria attrezzatura di gioco avviene ad opera del singolo giocatore, anche utilizzando i presidi sanitari messi a disposizione dal gestore dell'impianto. Per l'eventuale utilizzo di attrezzatura del centro, sempre utilizzata col principio dell'"**Attezzo personale**", questa sarà messa a disposizione già sanificata ed al termine dell'utilizzo sarà lasciata nell'area di gioco per essere sanificata a cura del personale addetto alla gestione dell'impianto.

• **Stile di gioco da adottare per la pratica sportiva:** Viene introdotto un inedito stile di gioco da utilizzare per rispettare le regole del distanziamento, che viene denominato "giro all'italiana" secondo le regole seguenti:

- 4 atleti su una coppia di piste si dispongono in quadrato;
- 2 giocatori si dispongono sulla linea avanzata a bordo pista e due giocatori si dispongono all'altezza dell'ultima seduta posteriore;
- I nomi dei 4 atleti vengono inseriti sul monitor di destra, in modalità "league";
- Il giocatore di destra definito col numero '1' gioca il primo frame;
- Alla conclusione del primo frame il giocatore 1 torna sulla pista opposta, mentre gli altri tre giocatori effettuano un quarto di giro in senso antiorario;
- Il giocatore 1 effettua dunque il secondo frame sulla pista di sinistra ed alla conclusione di questo si fermerà a bordo pista in attesa del giocatore 2, e così via fino all'ultimo frame;
- Terminato l'ultimo frame del giocatore 4 sulla pista di sinistra, questi tornerà sulla pista di destra passando davanti al tornabocce, mentre il giocatore 1 si sposterà sulla pista di sinistra passando dietro al tornabocce;



- I giocatori n. 2 e 3, a loro volta, invertiranno le loro posizioni, mantenendo la distanza di 1 metro;
- Il giocatore n. 1 inizierà dunque la seconda partita dalla pista di sinistra e si proseguirà con rotazione dei 4 giocatori in senso orario.

Gli atleti, oltre a quanto già previsto, dovranno utilizzare solo le proprie bocce, avendo personalmente cura di sanificarle prima e dopo l'utilizzo ed indossare i propri indumenti che avranno cura di prelevare e continuare ad indossare al momento di uscire dall'impianto a fine allenamento.

DISPOSIZIONE DI UNA TIPICA SALA DA BOWLING DI 12 PISTE – STILE DI GIOCO “GIRO ITALIANO”

L'area misura circa 21 metri di larghezza per 10,5 di altezza, per un totale di circa 220 mq.

I giocatori (1 a 4), utilizzano uno spazio di gioco di circa 35 mq. mantenendo una distanza interpersonale minima di 1,7 metri tra i giocatori non attivi (es. 2 e 3 o 2 e 7) e di 5 metri tra questi ed il giocatore impegnato nel gioco attivo (es. 1 e 4) e 3 metri tra due o più giocatori attivi (es. 1 e 5).

La rotazione dei giocatori durante la sessione di gioco, consente di avere un unico atleta impegnato a turno nel gioco attivo ed il mantenimento costante della distanza minima di sicurezza.

CALCIO - CALCIO A 5 - BEACH SOCCER

SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITÀ

Accesso all'impianto sportivo dovrà essere limitato al minimo e sarà consentito ai soli operatori sportivi impegnati nell'allenamento (siano essi atleti, tecnici, dirigenti, collaboratori). Eventuali accompagnatori (es. genitori o altri famigliari) non avranno accesso all'impianto.

Per gestire correttamente il check-in dei calciatori e l'espletamento di tutte le procedure di ammissione, dovrà essere individuato un punto di accoglienza. L'individuazione di tale punto dovrà garantire il distanziamento sociale di almeno 1 metro in caso di contemporanea presenza di più soggetti (se ciò non è possibile occorre prevedere anche barriere fisiche di separazione).

Il Medico competente o il Medico Sociale o, in loro mancanza, il Delegato per l'attuazione del Protocollo (o uno dei suoi collaboratori adeguatamente formato) prima che sia consentito

l'accesso di qualsiasi operatore sportivo dovrà:

- verificare che sia stata acquisita l'autocertificazione (vedasi modello allegato al presente protocollo) debitamente compilata e sottoscritta, e consegnata all'ingresso nell'impianto sportivo, nella quale si ricorda anche che l'Operatore Sportivo è tenuto all'auto-misurazione della temperatura corporea presso il proprio domicilio prima di recarsi presso l'impianto sportivo;
- prendere nota delle presenze (in entrata e successivamente in uscita). Tali informazioni dovranno essere costantemente aggiornate e trasmesse al Medico competente o Medico Sociale ove incaricato, per opportuna conoscenza e, in caso di acquisizione da parte di persona diversa al Delegato per l'attuazione del protocollo. L'ingresso presso l'impianto sportivo non sarà consentito in caso di rilevamento di temperatura corporea superiore a 37,5° o di presenza di sintomi.

Nel caso un soggetto all'interno dell'impianto sportivo dovesse manifestare sintomi evidenti di contagio da SARS-COV-2, è necessario:

- provvedere al suo isolamento in un locale dedicato in attesa dell'intervento dei sanitari per l'espletamento delle procedure di soccorso e di sanità pubblica;
- richiedere assistenza immediata di un Medico;
- eseguire un'indagine epidemiologica per l'identificazione delle persone con cui il soggetto è entrato in contatto;
- pianificare una pulizia profonda e sanificazione dell'area d'isolamento dopo il suo utilizzo.

Tutta la documentazione e le informazioni raccolte dovranno essere trattate nel rispetto della



vigente normativa in tema di Privacy e trattamento dati personali. La documentazione dovrà essere conservata secondo le tempistiche previste dalle linee guida ministeriali.

Le sedute di allenamento dovranno essere organizzate tenuto conto delle indicazioni seguenti:

- deve essere preferita l'esecuzione di attività sportiva in luoghi aperti. È permesso l'accesso in luoghi chiusi solamente ad un determinato numero di persone così che si possa garantire il rispetto delle distanze interpersonali, previa classificazione dei luoghi sulla base della grandezza di questi ultimi e sul tipo di attività fisica in essi svolta e della ventilazione che è possibile garantire;
- l'allenatore e/o tecnico deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dal calciatore;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, dopo e, se necessario, anche durante la stessa. Anche i palloni dovranno essere correttamente igienizzati;
- valutare il numero massimo di calciatori che è possibile coinvolgere per consentire in ogni momento il rispetto del necessario distanziamento tenuto conto anche della natura dell'attività svolta;
- è assolutamente vietata qualsiasi pratica possa incentivare o aumentare la diffusione dei "droplets" (goccioline con il respiro o con la saliva);
- bisogna indossare la mascherina non appena terminato allenamento;
- in palestra gli attrezzi devono essere igienizzati al termine di ogni singolo utilizzo; tale pratica va effettuata anche per gli esercizi di muscolazione effettuati all'aperto;
- i Medici e i Fisioterapisti, nell'attuazione delle specifiche attività sanitarie, attueranno le precauzioni universali proprie della loro professione sotto la loro diretta responsabilità. Le modalità relative allo svolgimento degli allenamenti saranno improntate alla gradualità e progressione, nel rispetto delle corrette metodologie di allenamento e dovranno tenere conto del lungo periodo di inattività degli atleti e dei risvolti fisiologici e psico-neuro-endocrini della ripresa con attenta rimodulazione dei carichi di lavoro. Particolare attenzione deve essere rivolta alle problematiche dei calciatori in età evolutiva e in quelli di età matura. A scopo riassuntivo, per l'operatività sul campo, è utile attenersi ai seguenti dieci punti:

1. Mantenere la distanza corretta dagli altri calciatori. Vengono proposte soltanto attività con assenza di contatto fisico tra i giocatori: giochi di tecnica, sfide motorie a distanza, combinazioni di passaggi, tiri in porta da distanze predefinite, attività individuali di dominio della palla, con limitato impegno fisico. Nello svolgimento delle attività deve inoltre essere garantita la distanza di almeno due metri tra un giocatore e l'altro. È da preferire sempre l'effettuazione di corsa o di esercitazioni tecniche non "in scia", ma affiancati o in linea diagonale oppure comunque con un distanziamento interpersonale mai inferiore ai cinque metri e almeno di dieci metri in caso di esercitazioni con più elevato dispendio energetico e impegno metabolico.
2. Un allenatore per ogni gruppo. Il gruppo giocatori che partecipa alla stessa sessione di allenamento deve essere composto da un numero massimo di calciatori compatibili con le dimensioni del campo tenendo sempre conto degli spazi a disposizione e del rispetto delle distanze minime. Ogni singolo gruppo di giocatori dovrà essere seguito da un allenatore e ogni allenatore svolgerà l'attività soltanto con i propri giocatori. Non è prevista un'attività di allenamento condivisa tra gruppi diversi tra loro. In caso di organici numerosi i giocatori devono essere suddivisi in più gruppi distinti che si allenano sempre ad orari diversi.
3. Delimitazione chiara degli spazi di gioco. Gli spazi di gioco devono essere definiti con chiarezza attraverso delimitatori colorati che permettano una rapida identificazione delle aree di gioco identificate. Alla spiegazione concernente gli spazi di gioco individuati va data la massima priorità nell'introduzione di qualsiasi attività tecnica. Non è consentito l'accesso agli spazi di gioco a soggetti diversi dai calciatori e dai tecnici che conducono la seduta di allenamento.
4. Campi di gioco già predisposti prima dell'inizio dell'attività. Tutti gli spazi necessari per lo sviluppo delle proposte di allenamento devono essere predisposti prima che i giocatori facciano ingresso sul



terreno di gioco. Anche gli spostamenti da una stazione all'altra devono essere programmati con attenzione, nel rispetto delle distanze previste. Sono da evitare i tempi di inattività nel passaggio da un'attività a quella successiva; se possibile è preferibile utilizzare gli stessi spazi di gioco per svolgere attività diverse così da permettere ai giocatori di orientarsi con maggiore facilità.

5. Ingresso dei giocatori (Gruppi) in campo in modo scaglionato. Se l'impianto di allenamento permette la presenza di più gruppi di atleti in contemporanea (Es. in presenza di più campi di gioco o presenza di più gruppi nello stesso campo di gioco), gli ingressi in campo dei giocatori devono essere scaglionati al fine di limitare la possibilità che si verifichino assembramenti. È preferibile che i gruppi di lavoro siano composti sempre dagli stessi calciatori che devono entrare al campo uno per volta. Ad esempio, gruppo A inizio allenamento ore 16:00, gruppo B ore 16:15, gruppo A finisce alle 17:00, gruppo B finisce alle 17:15.
6. Organizzare anche il pre-allenamento. Prima di iniziare l'allenamento i giocatori svolgono un'attività predefinita (esempio tecnica individuale) che prevede il distanziamento dagli altri soggetti di almeno due metri. Entrando in campo uno alla volta si evitano assembramenti e si diminuisce la possibilità di contatto.
7. Vietato l'uso di pettorine. Le attività tecniche non prevedono mai l'uso di pettorine, salvo che ogni giocatore non venga dotato di due pettorine personali numerate e ad uso esclusivo fornite insieme al vestiario da gioco.
8. Ad ogni giocatore la propria borraccia personale. Ogni giocatore si deve munire di una borraccia personale ad uso esclusivo e la stessa va chiusa dopo ogni utilizzo e riposta in apposito zaino/sacca che andrà posizionato ad almeno 2 metri dagli altri.
9. Organizzare l'attività di tutti i giocatori per tutta la seduta. Se il numero di giocatori non corrisponde a quello previsto per l'attività programmata e l'allenatore non è in grado di individuare rapidamente una variante che permetta il rispetto delle regole presentate in questo decalogo, gli atleti momentaneamente non impegnati sono invitati a svolgere un'attività tecnica individuale in un apposito spazio delimitato (in attesa del loro turno di gioco) seguiti da un ulteriore tecnico.
10. È sconsigliato l'inserimento di attività ad alto impatto metabolico nel programma della seduta di allenamento qualora gli spazi non consentano un distanziamento dei giocatori di almeno 20 metri.

Tali attività non potranno essere proposte se la seduta di allenamento si svolge in ambienti chiusi. Si ritiene opportuno infine ricordare a tutti gli Operatori Sportivi le norme comportamentali e di igiene della persona:

- Lavare frequentemente le mani utilizzando in alternativa gel igienizzanti, Prima, durante e alla fine della sessione di allenamento l'igiene delle mani rappresenta una misura primaria ed efficace di prevenzione.
- Indossare gli appositi DPI come da indicazioni. È sempre necessario indossare la mascherina qualora non sia possibile il rispetto delle distanze previste.
- Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1m o superiore a seconda dell'attività che si sta svolgendo.
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani (con attenzione particolare nel corso della seduta di allenamento).
- Starnutire o tossire utilizzando fazzoletti monouso da smaltire subito dopo secondo le disposizioni, se non si ha a disposizione un fazzoletto starnutire nella piega interna del gomito.
- Per soffiarsi il naso è obbligatorio uscire dal rettangolo di gioco, avvicinandosi alla panchina o ad altra postazione fissa, disinfettare le mani, utilizzare un fazzoletto di carta, gettare il fazzoletto in apposito contenitore, disinfettare ancora le mani prima di rientrare in campo.
- Prestare molta attenzione all'utilizzo di servizi igienici curando sempre l'igiene.
- Non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma ricordarsi di riporli sempre in appositi zaini/sacche igienizzando o lavando quanto adoperato.



- Non è permesso effettuare lo scambio di oggetti personali • Smaltire mascherine guanti in modo corretto, sigillandoli e gettandoli negli appositi contenitori.
- all'interno dell'impianto sportivo quali a mero titolo esemplificativo bicchieri, maglie da allenamento, borracce, telefoni, etc.

ANALISI DEI RISCHI SPECIFICI RIFERITI ALL'ALLENAMENTO DEL GIOCO DEL CALCIO (MASCILE E FEMMINILE) E ALLE ESERCITAZIONI MOTORIE TECNICO/DIDATTICHE DEL CALCIO GIOVANILE E DELL'ATTIVITÀ DI BASE.

- L'attività di allenamento del gioco del Calcio si svolge su un terreno di gioco della superficie media di circa 7000 mq. Il terreno è di regola un manto erboso o in materiale sintetico. In alcune realtà dilettantistiche e giovanili, vi sono ancora terreni in sterrato.
- Il terreno di gioco può essere facilmente diviso in aree di dimensioni adeguate al tipo di esercitazioni da eseguire e che consentano il mantenimento delle distanze interpersonali specifiche per ogni diverso programma di allenamento. Per lo svolgimento di esercitazioni motorie riferite all'attività di base il terreno di gioco potrà essere suddiviso in aree di adeguate dimensioni che consentano la corretta attività tecnico/didattica in relazione al mantenimento delle suddette distanze interpersonali tra i calciatori e tra gli stessi e gli istruttori. Nelle sedute di allenamento del calcio partecipa mediamente un numero di almeno undici giocatori/giocatrici con una media massima di circa 22 elementi.
- L'allenamento e le gare di FUTSAL (calcio a 5) si svolgono su un terreno della superficie di circa 800 mq Il terreno di gioco è di varia natura (sintetico, legno, e altri materiali). L'attività si svolge INDOOR o all'aria aperta. La gara si svolge con cinque calciatori in campo e 9 riserve. Un giocatore di movimento può entrare e uscire dalla panchina per il portiere. In media, tutti i calciatori sono contemporaneamente presenti alle sedute di allenamento.
- L'allenamento e le gare di Beach Soccer si svolgono su un terreno di gioco della superficie di circa 1000 mq in sabbia. L'attività si svolge esclusivamente all'aria aperta. La gara si svolge con cinque calciatori in campo e 7 riserve. In media, tutti i calciatori sono contemporaneamente presenti alle sedute di allenamento. • Nelle varie specialità sul terreno di gioco sono situate le due porte (in metallo, in legno o in materiale sintetico) e le quattro bandierine delimitanti il rettangolo di gioco ai quattro angoli le probabilità di contatto del calciatore con le porte sono molto basse e non significative. Altre porte "mobili" di diverse dimensioni e adeguatamente ancorate al terreno, possono essere poste sul terreno di gioco per lo svolgimento di attività di allenamento o attività di base. I portieri hanno spesso l'abitudine di toccare la parte interna del palo nel prendere le distanze per un calcio di punizione. Alcuni difensori tendono, per motivi di ordine tattico, ad appoggiarsi, in partenza, sul secondo palo più distante dal punto di battuta del calcio di punizione o del calcio d'angolo.
- Il gioco del calcio comporta la necessità di toccare la palla con i piedi, con la testa e con le mani (in occasione delle rimesse in gioco e dei calci di punizione, corner e calci di rigore).
- Il portiere può toccare la palla con qualsiasi parte del corpo. Non esistono evidenze scientifiche circa la possibile trasmissione di malattie infettive per via respiratoria veicolata da un pallone da calcio inteso come "veicolo inanimato" sia nelle attività ludico/motorie che in quelle sportive. Normalmente il portiere indossa guanti specifici per migliorare la presa e per attutire l'impatto del pallone. Alcuni portieri hanno conservato l'abitudine (frequente in passato con guanti di 17 pelle, di sputare sui guanti per aumentare l'aderenza. Tale pratica non ha alcuna giustificazione tecnica e deve essere interdetta.
- Il breve contatto con il corpo è tollerato entro i limiti del regolamento mentre afferrare la maglia o il pantaloncino viene sanzionato come azione falloso questa azione è per questo non molto



frequente. Tale eventualità è virtualmente assente nelle fasi di allenamento e nelle esercitazioni tecnico/didattiche delle attività di base.

- Oltre alla maglia e ai pantaloncini il calciatore è obbligato a indossare, durante il gioco e gli allenamenti le scarpe da calcio, i calzettoni e i parastinchi, salvo l'attività del beach-soccer che viene svolta a piedi nudi.
- L'allenamento e le gare di calcio giovanile e l'attività di base si svolge in impianti conformi alle norme indicate per le varie specialità e necessita, in aggiunta, di specifici requisiti quali il possesso di idonee attrezzature (ad es. palloni a rimbalzo controllato in cuoio e/o in gomma ecc.) oltre alla costante presenza di Istruttori/tecnici qualificati in numero adeguato. Il calciatore/calciatrice, a seconda del ruolo, e della specialità (Calcio, Futsal, Beach Soccer, attività di Settore Giovanile e di base) ha una probabilità diversa di contatto stretto ravvicinato con compagni di squadra o con avversari durante la gara o durante le esercitazioni di allenamento. A titolo esemplificativo, ci si riferisce ad uno studio dell'università di Aarhus, Danimarca che ha preso in esame 14 partite della Super League, e ha misurato i tempi di contatto interpersonali di tipo stretto. I centravanti sono i giocatori risultati più a rischio a causa di una maggiore quantità di momenti di contatto con altri calciatori. In media ogni giocatore resta a distanza ravvicinata con un altro per circa 90 secondi per partita. Gli attaccanti superano di molto questa media in quanto risultano esposti ad un contatto stretto per due minuti e mezzo totali, mentre i portieri hanno livelli di esposizione vicini allo zero. Recenti lavori scientifici svolti dalle Università di Eindhoven e Leuven suggeriscono che in caso di camminata a 4 km/h, un soggetto "in scia" dovrebbe mantenere la distanza di sicurezza di 5 metri per avere un'esposizione equivalente a quella di due soggetti fermi a 1.5 m di distanza; in caso di corsa a 14.4 km/h la distanza equivalente per due soggetti in scia è di circa 10 metri". Tuttavia, al contrario delle gare di corsa o di ciclismo i tempi medi di esposizione, nel calcio nel corso degli allenamenti e, ancor più, nel corso delle gare, a questo tipo di rischio è limitato. Dai dati presenti in letteratura scientifica mediamente un calciatore di buon livello, percorre, nel corso di un'intera partita di circa 90 minuti mediamente 10/12 km totali. Mediamente, circa il 30% del tempo è rappresentato da momenti di pausa o, comunque ad attività a bassissima intensità. Soltanto il 10% della distanza totale è percorsa alla massima velocità tra i 14 e i 16 km/h (nei ruoli che comportano un maggior dispendio energetico e un maggiore impegno metabolico).
- Nel Calcio Femminile inoltre i tempi medi di esposizione sono proporzionalmente ridotti al massimo di pochi secondi mediamente per scatti in velocità su distanze massime di 30/50 metri e quindi per un massimo di 8/10 secondi. La corsa, tanto in allenamento che in gara non è "in scia" ma normalmente affiancata all'avversario (il fallo da dietro è regolarmente punito) Il corretto allenamento tende di regola a proporre esercitazioni individuali, a coppia o tra più giocatori che tendono a riprodurre le modalità di gara. Le esercitazioni tipiche dell'allenamento non prevedono corsa ravvicinata "in scia" e nelle fasi di riposo la distanza interpersonale è normalmente sempre superiore a un metro (salvo momenti camerateschi dei calciatori e delle calciatrici soprattutto nelle pause per il recupero (bere e eseguire semplici esercizi defaticanti sul posto). Le suddette condizioni di rischio relative alla corsa con elevato dispendio metabolico non si verificano nello svolgimento di esercitazioni tecnico/tattiche per l'attività di base, sono di livello diverso nelle attività di calcio giovanile (a seconda delle fasce d'età di riferimento), e vanno rapportate agli spazi ristretti del terreno di gioco del Futsal e del Beach soccer oltre che alla possibilità di gioco INDOOR.
- L'allenatore, l'istruttore di calcio giovanile e per le attività di base, e il preparatore atletico raramente sono costretti ad avvicinarsi ai calciatori ad una distanza inferiore a un metro in condizioni di riposo e anche nel corso delle esercitazioni in allenamento tale situazione è da considerarsi non frequente. Gli addetti ai materiali lavorano rispettando normalmente le misure di distanziamento sociale utilizzando DPI (mascherine FFP2 o chirurgiche, guanti e tute da lavoro) in



locali e percorsi separati per materiale sporco e pulito. I Fisioterapisti e i medici lavorano a stretto contatto con i calciatori. Ogni singola società sportiva, oltre ad adottare un proprio protocollo sulla base dei principi e prescrizioni indicati, è tenuto costantemente ad informarsi ed adeguarsi alle prescrizioni provenienti dalle disposizioni degli enti preposti ed adeguare tempestivamente le proprie attività in funzione delle norme.

INFORTUNI

Qualora dovesse verificarsi un evento traumatico nel corso della seduta di allenamento, o uno qualsiasi dei soggetti presenti all'interno dell'impianto dovesse necessitare di assistenza, dovranno essere osservate le seguenti disposizioni:

- le persone addette al primo soccorso sportivo (o gli addetti al soccorso aziendale) potranno avvicinarsi attuando le procedure previste, alla persona da soccorrere;
- il soggetto che interviene dovrà indossare mascherina e guanti e fornire gli stessi DPI al soggetto che necessita assistenza qualora questo ne sia privo nel momento in cui si verifica l'evento traumatico;
- tale soggetto (se si tratta di calciatore verificare preventivamente la possibilità di ripresa dell'allenamento) se le condizioni lo permettono, dovrà essere accompagnato dal soccorritore in uno spazio destinato al primo soccorso per una più completa valutazione e l'eventuale trasporto presso il Pronto Soccorso;
- tutti gli altri presenti nell'impianto dovranno rispettare l'opportuno distanziamento.

In caso di trasporto presso il Pronto Soccorso, il Medico Competente qualora individuato, il Medico Sociale o il Medico di riferimento, se non presente presso la struttura, dovrà essere tempestivamente informato per permettere l'assistenza e il corretto monitoraggio.

CALCIO BALILLA

Allestimento della palestra

- L'Area di gioco deve essere delimitata da transenne (aree di gioco a distanza minima di 2 m);
- Nell'area possono stare solo i 2 giocatori; l'allenatore sta all'esterno delle transenne a minimo di 2m.
- Montaggio e smontaggio delle aree di gioco devono essere effettuate con guanti monouso e mascherina chirurgica.

Linee guida per i giocatori

- Solo i giocatori totalmente asintomatici possono partecipare agli allenamenti;
- Ogni giocatore deve portare il proprio disinfettante;
- Ogni giocatore deve tassativamente indossare sempre la mascherina;
- È vietato asciugare il sudore delle mani sugli abiti sportivi;
- È vietato respirare/soffiare/alitare sulla pallina;
- L'asciugamano utilizzato per il sudore del viso deve essere poggiato nell'apposita sacca;
- Nel corso del gioco le mani non possono essere portate al viso;
- Non è consentita nessuna stretta di mani o battito di mani al termine dell'allenamento;
- Prima e dopo l'allenamento i giocatori devono lavarsi bene le mani;
- I rifiuti sono da portare a casa o devono essere smaltiti secondo le procedure.

Pulizia attrezzatura di gioco

- Al termine di ogni singola sessione di allenamento (cioè ad ogni cambio dei singoli atleti impegnati) i tavoli utilizzati devono essere adeguatamente puliti/disinfettati con soluzioni idroalcoliche o a base di cloro e con comuni detergenti.

Informazioni per l'allenatore

Deve indossare obbligatoriamente la mascherina chirurgica, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale):**



- Può allenare un massimo di 4 giocatori. Se ci sono due gruppi di allenamento nella stessa palestra, i gruppi non devono mai mischiarsi.
- Sono consentiti solo allenamenti di singolo e non di doppio;
- Non può avere nessun contatto fisico con i giocatori.

CICLISMO - MOUNTAIN BIKE

Sono consentiti allenamenti all'aperto, relativamente ai quali, per motivi di sicurezza sanitaria legata alle possibilità di contagio è espressamente menzionata la necessità del mantenimento della distanza di sicurezza di 2 metri. **Ciò vale anche nel caso di accompagnatori di atleti minorenni.**

Nel merito, però, data la specificità dell'attività sportiva in oggetto, si sottolinea che le evidenze scientifiche ritengono tale distanza non sufficiente nel caso subentri un'azione di moto. Per condizioni in assenza di vento come misura di distanziamento opportunamente prudenziale, nel caso dei ciclisti in particolar modo se in "scia", una distanza minima di 20 metri per una velocità di circa 30 KM/h.

Per tali attività, poiché trattasi di attività esclusivamente individuali ed all'aperto si ritiene opportuno e si raccomanda, ove possibile, anche se non obbligatorio l'uso di dispositivi di protezione individuale, guanti monouso, occhiali ed eventualmente mascherine.

L'uso degli stessi è da ritenersi assolutamente obbligatorio qualora non sia possibile rispettare le distanze interpersonali di sicurezza più volte.

Al di là di quanto sopra specificato sono necessarie precise raccomandazioni.

Per quanto riguarda le modalità di raggiungimento del luogo di allenamento, **oltre al rispetto delle limitazioni di spostamento da Regione a Regione imposte dal decreto e già menzionate (fatte salve successive specifiche precisazioni per eventuali deroghe o restrizioni) ed eventuali specifiche limitazioni di spostamento in ambito regionale (ove previsto da specifiche ordinanze salvo deroghe)** ove non sia possibile raggiungerlo individualmente è necessario rispettare modalità che garantiscano il distanziamento ed è obbligatorio l'uso dei dispositivi individuali di protezione.

Per il rientro a casa valgono le stesse raccomandazioni.

Per quanto riguarda l'uso della biciletta è raccomandabile un uso esclusivamente personale, evitando se possibile il rimessaggio, onde non dover ricorrere a sistematici interventi di igienizzazione del mezzo.

Anche per quanto riguarda la manutenzione e/o semplici riparazioni, per gli stessi motivi di cui sopra, è raccomandabile, ove possibile, che tali interventi siano effettuati personalmente dall'atleta.

Per l'abbigliamento tecnico nonché per l'uso di guanti, mascherina ed occhiali + borracce ed eventuali alimenti l'uso deve essere esclusivamente personale.

Sul luogo di allenamento si raccomanda poi di:

- Lavarsi frequentemente le mani e comunque sempre prima dell'attività e nuovamente a fine attività e prima di venire in contatto con qualsiasi cosa diversa dalla propria bicicletta;
- Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%;
- Non toccarsi mai occhi, naso e/o bocca con le mani non lavate;
- Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto -preferibilmente monouso- o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca;
- Utilizzare sempre borracce o bottigliette personali e non abbandonare mai le stesse dopo l'utilizzo ma eliminarle in appositi contenitori per rifiuti così come fazzolettini personali od altro; inoltre non scambiare con gli altri atleti indumenti personali quali ad esempio asciugamani;
- Gli indumenti non devono essere lasciati in luoghi condivisi ma mantenuti in borse personali e successivamente lavati ed igienizzati separatamente.



Per il Settore Fuoristrada è previsto al momento l'utilizzo di impianti a porte chiuse per la sola disciplina del BMX

In tale ambito, in termini generali ed in relazione alle reali esigenze degli atleti coinvolti, il protocollo in oggetto, inoltrato dal settore competente, prevede che:

- tutti gli atleti raggiungeranno la pista con mezzi propri nel rispetto del DPCM in vigore;
- durante le sessioni di allenamento, a porte chiuse, sarà consentito l'ingresso presso la struttura solamente agli atleti tesserati e agli allenatori interessati dalla singola seduta e con ingresso e uscita differenziati;
- sarà nominato da ciascuna Società un addetto/collaboratore che dovrà essere eventualmente formato a tale scopo ed essere dotato dei DPI (guanti monouso, mascherina ed occhiali) per le seguenti mansioni all'ingresso dell'impianto;
- compilare un elenco presenze diviso per gruppi di lavoro, i gruppi saranno necessariamente sempre gli stessi per poter tracciare gli atleti in caso di eventuali contagi;
- controllare la temperatura corporea di ciascun soggetto;
- controllare che gli atleti siano tutti già vestiti con abbigliamento tecnico personale provvisti di mascherina, guanti ed occhiali + borracce ed eventuali alimenti, che devono essere per un uso strettamente personale.

CURLING

Organizzazione degli allenamenti

- Tutte le scope e le aste sono personali e non possono essere scambiate tra un giocatore e un altro;
- Anche le scope e le aste personali devono essere disinfettate prima e dopo ogni allenamento prima di essere riposte nelle sacche;
- Ogni stone deve essere assegnata ad un giocatore in modo da evitare che possa essere scambiata durante l'allenamento;
- Le impugnature delle stones devono essere disinfettate dai giocatori delle squadre prima e dopo ogni allenamento. Il gestore dell'impianto deve mettere a disposizione dei giocatori disinfettanti e panni usa e getta per poter consentire questa operazione;
- I club o i gestori degli impianti devono disinfettare le stone prima di ogni sessione di allenamento;
- Per le fasi di gioco a bassa intensità è consigliato l'utilizzo della mascherina;
- Non è consentito l'uso degli spogliatoi.

Allenamenti sul ghiaccio

- Durante gli allenamenti giocatori e tecnici devono essere distanziati di almeno 2 metri;
- Fatto salvo il rispetto della distanza minima di 2 metri, durante ogni allenamento possono essere presenti contemporaneamente su ogni singola pista un massimo di 8 giocatori più gli allenatori;
- Durante gli allenamenti di Curling potrà essere utilizzato un solo scopatore/sweeper per tiro.
- Spostamento stone sul ghiaccio non devono essere toccate le maniglie ma occorre usare le scope/brooms o i piedi

Norme generali

- Non sono consentiti abbracci, strette di mano e contatti tra giocatori prima durante e dopo gli allenamenti;
- Non devono essere condivise le borracce;
- Ogni pista deve prevedere un'area con spazi ben delimitati dove ogni giocatore può lasciare la borsa con le scarpe e gli indumenti:



- Indossare le mascherine dall'ingresso dello stadio fino all'accesso sul ghiaccio;
- Non è consentito l'utilizzo degli spogliatoi.

Dopo l'allenamento.

- Limitare il più possibile la permanenza dei giocatori all'interno della struttura al termine dell'allenamento;
- Ricorda ai giocatori e ai genitori le linee guida per il distanziamento quando escono dalla struttura. - dopo ogni sessione di allenamento è necessario: o disinfettare stoviglie, scope, pantaloni, guanti e aste da Wheelchair o lavare maglie da gioco, calzini ed eventuali accessori ad alta temperatura.

Pianificare in anticipo

- Creare un piano di emergenza per la gestione della pista per un possibile focolaio;
- Realizzare un luogo dedicato all'isolamento ove ricoverare temporaneamente coloro che dovessero manifestare insorgenza di sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive;
- Si consiglia di predisporre una strategia di comunicazione per avvisare tutti coloro che potrebbero essere stati esposti.
- Richiedere per ogni giocatore i riferimenti di una persona di riferimento da contattare in caso di bisogno
- Designare una persona di riferimento per gestire le comunicazioni

DAMA – SCACCHI

SITO DI ALLENAMENTO: GESTIONE INGRESSO, PERMANENZA ED USCITA DEGLI ATLETI E DI ALTRI SOGGETTI

- Le persone con sintomi di infezione respiratoria non possono accedere allo sport o al centro di allenamento di un'organizzazione;
- Le persone con una temperatura corporea di 37,5 ° C o superiore non possono accedere agli sport o all'allenamento in sede di un'organizzazione;
- All'ingresso degli impianti sportivi o di allenamento, è necessario misurare la temperatura di tutte le persone (preferibilmente l'uso di uno "scanner termico a infrarossi senza contatto");
- Persone senza mascherine con forma e aderenza adeguate per coprire il viso dal mento
- sopra il naso non può entrare nelle strutture;
- I presidenti dei club, i rappresentanti legali degli organi o i loro delegati, devono assicurarsi che tutti i loro membri (autorizzati e non) indossino mascherine durante il loro soggiorno nei locali e durante le sessioni di allenamento o competizione, mantenendo il previsto metro di distanza;
- I presidenti dei club, i rappresentanti legali dei locali organi e i loro delegati dovranno assicurarsi che i dispositivi di sanificazione delle mani siano presenti all'ingresso dei locali, all'interno della sala da gioco e sul tavolo di ogni giuria;
- I presidenti degli organi o i loro delegati devono garantire, di concerto con il i funzionari della concorrenza, che saranno in grado di imporre sanzioni e l'immediata espulsione, di tutti gli atleti in gara che non indossano mascherine o visiere protettive (non è obbligatorio nel caso di pannelli divisorii trasparenti interposti tra i contendenti) durante tutte le fasi di gioco e di allenamento che prevedono un soggiorno frontale di oltre 15 minuti;
- I funzionari della concorrenza devono garantire il rispetto della protezione e della prevenzione generale e possono imporre penalità (un primo avvertimento, un secondo avvertimento con una partita persa) con l'espulsione immediata (per casi gravi) al terzo avviso (assegnando in caso di espulsione tutte le partite perse, ai fini di qualsiasi valutazione va fatta particolare attenzione che tutti gli atleti indossino mascherine e visiere protettive (non obbligatorie nel caso di pannelli divisorii trasparenti interposti tra i contendenti) in ogni fasi di gioco e allenamento che richiedono un soggiorno frontale di più di 15 minuti e che il supporto sul tavolo da gioco, nelle fasi di riflessione, è effettuato esclusivamente dal giocatore che è responsabile dello spostamento;



- Gli atleti di età inferiore ai 18 anni non possono accedere ai locali se non accompagnati da un genitore o da coloro che hanno la responsabilità genitoriale, che devono conformarsi al protocollo;
- Promuovere orari e procedure di ingresso / uscita regolamentati (eventualmente differiti o almeno sfalsati) per evitare il più possibile contatti e riunioni nelle aree comuni (ingressi, sale d'aspetto, sale dedicate all'attività, ecc.) e, comunque, a quota i passaggi in modo che la distanza fisica di almeno 1 metro sia sempre rispettata tra chiunque;
- All'ingresso, un distributore con gel igienizzante deve essere disponibile con l'obbligo di disinfettare le mani per tutte le persone che accedono; vicino al tavolo del funzionario un poster con le istruzioni del Ministero della Salute per il corretto lavaggio delle mani con sanificazione la soluzione deve essere chiaramente visualizzata;
- Per ogni giorno di attività, sarà il rappresentante legale dei club, l'ente o il suo delegato deve redigere un elenco delle persone presenti nella sede, ovvero atleti, istruttori, allenatori e altre persone. L'elenco deve essere conservato per almeno 30 giorni.

REGOLE DI DISTANZA E IGIENE NELLE VARIE FASI DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA

- Stretta di mano e qualsiasi contatto fisico tra i presenti nel luogo dello sport o dell'allenamento sono vietati (il solito gesto può essere sostituito da un cenno del capo e / o dal gesto simbolico di unione di entrambe le mani da ciascun giocatore);
- Per garantire, tuttavia, la distanza di almeno 1 metro tra i giocatori, la tavola deve essere posizionata sui tavoli con una profondità laterale non inferiore a 1,20 metri;
- Durante le partite o le sessioni di allenamento frontali della durata superiore a 15 minuti (tutte le partite eccetto i giochi di Draft Blitz italiani), oltre alla mascherina, i giocatori devono indossare visiere protettive; non sarà obbligatorio utilizzare le visiere se i tavoli da gioco sono equipaggiati con speciali pannelli divisorii trasparenti, con apposita "fessura" (apertura nella parte inferiore) (H = 15- 18 cm) utile per spostare i pezzi;
- I tavoli possono avere una dimensione inferiore a 1,20 metri, ma comunque non inferiore a 1 metro solo potendo utilizzare pannelli divisorii o svolgere attività all'aperto;
- I giocatori o gli spettatori, che si avvicinano al tavolo per guardare le partite, non potranno fermarsi per più di 1 minuto e dovranno comunque rimanere in un'area di almeno 1 metro e sempre muniti di mascherine;
- I giocatori devono disinfettare frequentemente le loro mani con una soluzione igienizzante, che dovranno procurarsi personalmente e che sarà sempre a loro disposizione per uso esclusivo e personale; i club o l'organismo organizzatore di un evento possono, tuttavia, prevedere personale specifico o mini-dispositivi per ogni tavolo da mettere a disposizione degli atleti, al fine di prevenirne qualsiasi possibile rischio di contagio. La sanificazione delle mani dovrà essere effettuata prima di ogni una mossa, in caso di contatto involontario delle proprie parti esposte del corpo (ad es. viso, naso, bocca, ecc.) e in ogni caso, prima di incontrare nuovi avversari, prima di riposizionarsi al tavolo dopo essersi alzati e alla fine di ogni allenamento o round. È vietato portare le mani per gli occhi, il naso e la bocca per tutta la durata del gioco; in caso di necessità, fornire prima una nuova sanificazione delle mani;

PRATICHE DI IGIENE

All'interno del sito, deve essere garantita la capacità di rispettare i seguenti requisiti di igiene:

- Lavarsi spesso le mani, anche attraverso speciali dispenser di gel disinfettante;
- Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1 metro nelle fasi di attesa e riposo;
- Mantenere una distanza interpersonale minima adeguata, comunque non inferiore a 2 metri in caso di attività frontali senza protezioni personali (mascherine e visiere) o generali (pannelli divisorii);
- Non toccare mai gli occhi, il naso e la bocca con le mani;
- Evitare di lasciare gli indumenti indossati per l'attività fisica in luoghi condivisi con altri, ma conservarli in zaini o borse personali e, una volta tornati a casa, lavarli separatamente dagli altri
- capi di abbigliamento;



- Bere sempre da bicchieri usa e getta o bottiglie personalizzate;
- Smaltire immediatamente i fazzoletti di carta o altri materiali usati (ben sigillati) in modo adeguato contenitori;

- Sanificazione di tutti i locali prima della riapertura secondo le indicazioni fornite dalle autorità competenti;
- Sanificazione preventiva anche dei sistemi di climatizzazione e, dove non c'è aria
- funzione di ricircolo (ad es. finestra aperta o altro sistema di ricircolo dell'aria esterna, secondo
- alla normativa nazionale vigente), non possono essere utilizzati per il condizionamento delle stanze;
- Indossare dispositivi di prevenzione del contagio per l'accesso all'allenamento programmato e alle attività di gioco;
- All'accesso, tutti devono disinfettare le mani con soluzioni idroalcoliche a loro disposizione per questo scopo;
- Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1 metro durante l'attività e l'attesa e fasi di riposo;
- Non consumare cibo nella sede di allenamento o competizione;
- Garantire un adeguato ricambio d'aria di almeno 10 minuti ogni 60 minuti, all'interno dei locali dove si svolgono attività di formazione e / o insegnamento o gioco.

Pulizia attrezzatura di gioco

Al termine di ogni singola sessione di allenamento (cioè ad ogni cambio dei singoli atleti impegnati) i tavoli e le sedie utilizzati devono essere adeguatamente puliti/disinfettati con soluzioni idroalcoliche o a base di cloro e con comuni detergenti.

Informazioni per l'allenatore

Deve indossare obbligatoriamente la mascherina chirurgica, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale).**

- Può allenare un massimo di 4 giocatori. Se ci sono due gruppi di allenamento, i gruppi non devono mai mischiarsi;
- Non può avere nessun contatto fisico con i giocatori.

EQUITAZIONE

Per partecipare agli allenamenti:

- Preparare i documenti di viaggio;
- Rispettare la data e gli orari della convocazione; si può raggiungere il Circolo Sportivo soltanto dopo aver prenotato (gli orari saranno distribuiti per evitare assembramenti negli spazi comuni);
- Indossare sempre i D.I.P. (Dispositivi di Protezione Individuale), è obbligatorio indossare la mascherina sin dall'ingresso al Centro Sportivo e toglierla solo in campo;
- Usare sempre i guanti e disinfettare o lavare spesso le mani;
- Mantenere la distanza di sicurezza interpersonale: 2 metri negli spazi all'aperto, 3 metri durante l'attività sportiva. Negli spazi chiusi potrà sostare una sola persona per volta ed è severamente vietati i contatti fisici (es. strette di mano ecc.);
- All'arrivo: bisogna attendere la misurazione della temperatura; si firma (una tantum) l'accettazione del Regolamento del Circolo; si compila il questionario "Salute"; si firma il registro con l'orario di ingresso dove si conferma lo stato di buona salute;
- gli spazi conviviali saranno chiusi, quindi è obbligatorio arrivare con l'abbigliamento adatto e con generi di ristoro;
- Gli atleti hanno accesso ai seguenti spazi tecnici: campi all'aperto, Paddock, Tondino, Giostra, Box, Selleria, Docce cavalli e ai magazzini delle profonde. Questi luoghi sono vietati agli accompagnatori;



- Durata massima 90 minuti per cavallo: dall'arrivo sino alla ripartenza dal Centro Sportivo, incluso il governo del cavallo. Non si possono superare i 90 minuti per cavallo;
- Firmare sempre il registro di uscita indicando l'ora.

GOLF - MINIGOLF

Prima di giocare

- Rispettare le misure di sicurezza indicate nella Sezione Generale del presente documento e adottate dal circolo;
- Custodire l'equipaggiamento personalmente e sempre debitamente pulito e disinfettato;
- Prenotare on-line o telefonicamente i tee time;
- Per il Green Tee scegliere il pagamento on line o con carta di credito per evitare l'accesso alla Recaption;
- Prediligere l'accesso al Campo o al Campo Pratica direttamente dal parcheggio e utilizzare l'auto come riparo in caso di sospensione del gioco;
- Arrivare al Circolo indossando l'abbigliamento da golf;
- Le Golf Cart o il Carrello potrà essere utilizzato esclusivamente in forma individuale e trasportando sempre una sola sacca;
- In partenza si dovrà sostare, sul primo tee, il tempo necessario per evitare assembramenti;
- Durante il gioco si dovrà mantenere la distanza interpersonale di due metri.

Comportamento di gioco in Campo Pratica

- Si rende obbligatorio, nell'utilizzo del distributore, l'uso dei guanti mono uso per prendere le palline, per maneggiare soldi, gettoni o cestini;
- Nella posizione all'inizio del gioco, si deve mantenere sempre la distanza di tre metri tra uno e l'altro, evitare qualsiasi contatto per la riconsegna dei cestini, che dovranno essere obbligatoriamente disinfettati;
- Rispettare il protocollo di sicurezza indicato dal Maestro.

Comportamento di gioco in Campo

- In Campo mantenere sempre la distanza interpersonale di due metri;
- Non toccare alcun oggetto presente sul campo;
- Nel Bunker livellare la sabbia con i piedi, con un ferro e con il proprio rastrello;
- Mentre si gioca e si imbuca la pallina non toccare mai l'asta della bandierina;
- Per recuperare la palla imbucata in modo sicuro deve essere sotto la superficie del putting green;
- Portare sempre con sé il disinfettante utilizzarlo per le mani e l'equipaggiamento.

NUOTO

Le principali misure di prevenzione del contagio consigliate dalle autorità sanitarie sono il distanziamento, l'igiene delle mani (anche per il tramite dell'utilizzo di distributori automatici di detergente) e delle superfici e la prevenzione della dispersione di droplets tramite l'utilizzo di mascherine. Dato che, durante l'attività natatoria, l'uso della mascherina è ovviamente impossibile si dovrà considerare anche la gestione di presenze contingentate per limitare il rischio di contagio. Dovrà, quindi, essere osservata la distanza interpersonale di almeno 1 metro tra gli operatori sportivi tra loro, e per gli atleti, quando non direttamente impegnati in allenamento, preferibilmente di 2 metri, tra di loro e dagli operatori sportivi. Durante l'attività sportiva, dovrà essere osservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri. Tutti dovranno indossare la mascherina, eccetto ovviamente gli atleti durante l'attività. A questo proposito, secondo il Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri del 17 maggio 2020 (allegato 17), è necessario organizzare gli spazi nelle aree spogliatoi e docce delle piscine in modo da assicurare la distanza minima di 1 metro. Per le palestre, regolamentare i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi



e macchine, anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza di almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica e di almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa). Per lo specchio d'acqua, allo scopo di mantenere, con ampio margine, la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri durante l'attività, si ritiene di considerare, raddoppiando le superfici per persona, rispetto ai riferimenti attualmente in vigore, per il tempo ritenuto necessario dalle autorità competenti, un indice di:

FASE 2 A: almeno 10 mq per gli allenamenti degli atleti riconosciuti di interesse nazionale in vista della loro partecipazione ai Giochi Olimpici o a manifestazioni nazionali ed internazionali, a partire dal 4 maggio; FASE 2 B: almeno 7 mq a persona per l'attività sportiva di base (inclusa l'attività didattica e la balneazione), a partire dal 25 maggio, salvo differenti disposizioni regionali, in accordo con il Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri del 17 maggio 2020. Secondo l'allegato 17 dello stesso decreto, anche la densità di affollamento nelle aree solarium e verdi è calcolata con un indice di non meno di 7 mq di superficie di calpestio a persona. Il gestore pertanto è tenuto, in ragione delle aree a disposizione, a calcolare e gestire le entrate. Inoltre, secondo lo stesso Decreto del 17 maggio, all'art. 1, comma 1, lettera e), le sessioni di allenamento degli atleti degli sport "di squadra sono consentite nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento".

Per partecipare agli allenamenti

- La densità di affollamento per una piscina deve essere calcolata nella misura di 2 mq di specchio d'acqua per ogni bagnante;
- Per quanto riguarda la densità di affollamento si ritiene di conservare l'indice, già previsto, di almeno 5 mq a persona di superficie per gli spogliatoi;
- Per le palestre si considera un indice di 7 mq per persona;
- Per lo specchio d'acqua, allo scopo di mantenere, con ampio margine, la distanza interpersonale di sicurezza durante l'attività, si ritiene invece di considerare, raddoppiando le superfici per persona, 4 mq.

Istruttori, allenatori, assistenti bagnanti

- Assistono allievi e atleti nella loro attività didattica e sportiva. Operano fuori dall'acqua eventualmente aiutandosi con asta flessibile o altri supporti per guidare e sostenere i nuotatori.
- Organizzano le esercitazioni per garantire il mantenimento della distanza interpersonale di almeno 2 metri fra allievo e allievo, o atleta e atleta, verificando il rispetto dei livelli massimi di affollamento previsti facendo particolare attenzione alla scelta delle esercitazioni per ridurre al minimo i rischi di contatto fra i nuotatori.
- Educano gli allievi e gli atleti al rispetto delle norme di sicurezza

Spogliatoi

- Prevedere il controllo e la rilevazione dell'accesso degli utenti in modo opportunamente distanziato per mantenere le distanze di sicurezza.
- Tutti gli indumenti (compreso le scarpe) e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti eventualmente presenti; in questo caso si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti.
- Installazione di distributori automatici di salviette disinfettanti o gel disinfettante per la pulizia degli armadietti
- Prevedere la presenza costante di personale di assistenti agli spogliatoi.
- Verificare continuamente che l'impianto di ventilazione sia in funzione in modo che il ricambio d'aria sia adeguato secondo quanto previsto dalle norme
- Installazione di pannelli informativi di numero e dimensioni adeguate riportanti le indicazioni governative in materia di contenimento del contagio da coronavirus
- Posizionamento segnaletica orizzontale per garantire il rispetto della distanza personale
- Predisporre distanziatori su panchine e appendiabiti per garantire la distanza interpersonale di almeno 1 metro.

Servizi igienici e docce



- Installazione distributori, preferibilmente automatici, di sapone e di disinfettante.
- Verificare continuamente che l'impianto di ventilazione sia in funzione in modo che il ricambio d'aria sia adeguato secondo quanto previsto dalle norme Aggiornato al 19/05/2020 12
- Nel caso di ambiente unico per le docce, se le stesse non permettono di mantenere una distanza di almeno 1 metro pur usandole in modo alternato, deve essere prevista l'installazione di separatori fra una doccia e l'altra per il mantenimento della distanza di sicurezza.
- Prevedere una segnaletica chiara per il rispetto delle regole di distanziamento e di numero massimo di utenti nello spazio docce in base al numero delle docce stesse e della loro distanza.
- Prevedere temporizzazione docce di durata massima di 2 minuti per utente. Considerare l'opportunità di evitare la doccia dopo l'attività fisica.

PISCINA: Sala vasche

- Accedere alle vasche passando obbligatoriamente della vaschetta lavapiedi.
- Pulizia e sanificazione del materiale didattico e degli attrezzi alla fine di ogni sessione di allenamento
- Predisporre distanziatori su panchine e appendiabiti per garantire la distanza interpersonale di almeno 1 metro
- Prevedere una doccia saponata prima dell'ingresso in vasca
- Verificare continuamente che il ricambio d'aria sia adeguato secondo quanto previsto dalle norme.

NORME IGIENICO-SANITARIE E BUONE PRASSI

Trattasi di alcune semplici, ma fondamentali norme igienico-sanitarie, da considerare da parte delle società e dei custodi degli impianti sportivi sia negli spogliatoi, sia nei locali comuni e nei servizi igienici degli impianti, atte a prevenire la diffusione del coronavirus durante le gare e negli allenamenti. Tali norme vanno esposte ben visibili a tutti e rispettate non solo dagli atleti, ma anche da accompagnatori, arbitri, allenatori, dirigenti, massaggiatori, spettatori e addetti ai lavori.

- 1) Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchiere né in gara né in allenamento, utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con i compagni altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).
- 2) Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.
- 3) Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o in ceste comuni.
- 4) Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.
- 5) Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.
- 6) Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.
- 7) Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia negli spogliatoi, sia nei servizi igienici.
- 8) Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate.
- 9) Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto -preferibilmente monouso- o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.
- 10) Arieggiare tutti i locali il più spesso possibile.
- 11) Disinfettare periodicamente tavoli, panche, sedie, attaccapanni, pavimenti, rubinetti, maniglie, docce e servizi igienici con soluzioni disinfettanti a base di candeggina o cloro, solventi, etanolo al 75%, acido paracetico e cloroformio.
- 12) In caso di attività sportiva in vasca, richiedere un costante monitoraggio dei parametri chimici (cloro o altre soluzioni disinfettanti) e dei parametri fisici (tra cui, il pH o la temperatura, che influisce sul livello di clorazione).



- 13) Gli atleti che manifestino sintomi evidenti di infezione respiratoria in atto e/o febbre devono immediatamente abbandonare il resto della squadra - e, possibilmente, isolarsi - e avvisare il medico sociale nelle squadre professionistiche o il responsabile medico della federazione nei raduni federali, che provvederà a rivolgersi - se ne sussistesse l'indicazione - al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- 14) In tutte le altre categorie, l'atleta -fermo restando che deve immediatamente abbandonare il resto della squadra e, possibilmente, isolarsi - deve rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), che potrà invitare l'atleta stesso a rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- 15) Per chi non fosse ancora vaccinato contro l'influenza, consigliare il più rapidamente possibile il vaccino antiinfluenzale, in modo da rendere più semplice la diagnosi e la gestione dei casi sospetti. Da monitorare anche la sintomatologia gastrointestinale (non necessariamente tipica).
- 16) Informarsi dagli atleti e dal personale societario se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate da zone a rischio o in quarantena.
- 17) Utilizzare la visita medico-sportiva quale fondamentale strumento di screening, attraverso un'attenta anamnesi ed esame obiettivo per l'individuazione di soggetti potenzialmente a rischio immunitario o con sintomatologia.
- 18) In caso di raduni nazionali di atleti o di manifestazioni di circuito internazionale autorizzate anche all'estero, prevedere sempre la presenza di un Medico di Federazione che possa valutare clinicamente, a livello preventivo, tutti i partecipanti, identificando eventuali soggetti a rischio e adottando le più idonee misure di isolamento, seguendo adeguate procedure gestionali secondo gli indirizzi del Ministero della Salute.
- 19) Con riferimento ai Medici Sociali e, in particolare, a quelli delle squadre professionistiche o degli atleti professionisti ai sensi della Legge 23 marzo 1981, n. 91 e comunque di tutte quelle Società i cui atleti svolgono attività a livello internazionale, monitorare con attenzione i Paesi verso cui si è diretti o da cui si rientra, secondo le indicazioni del Ministero della Salute.
- 20) Favorire la presenza negli spogliatoi sempre dello stesso personale autorizzato, limitando il numero di accessi.
- 21) In occasione dei controlli antidoping, predisporre -oltre a salviette monouso per la copertura del tavolo soluzioni disinfettanti per il lavaggio delle mani da utilizzarsi solo dopo il controllo, mentre prima del controllo il lavaggio delle mani deve avvenire solo con acqua in conformità alle disposizioni WADA.
- 22) Una particolare e responsabile attenzione deve essere prestata ai settori giovanili, previo adeguamento alle disposizioni governative e alle indicazioni federali.
- 23) È consigliabile che il personale sanitario e parasanitario, medico e dei massaggiatori, che viene in costante contatto con gli atleti e, in particolare, con quelli delle squadre professionistiche, non operi contestualmente in ambienti o effettui attività esterne che possono essere a rischio di contagio.
- 24) Fermo restando le limitazioni di cui al precedente punto 2 circa la necessità di evitare di consumare cibo negli spogliatoi, per quanto riguarda gli sport professionistici identificare appositi spazi per la reintegrazione post-gara.
- 25) È consigliabile evitare la presenza di operatori televisivi per le riprese all'interno degli spogliatoi nei momenti pre-gara, trovando condivisa soluzione ove esistano obbligazioni contrattuali specifiche negli sport professionistici.

ORIENTAMENTO

Precauzioni di carattere generale.

- Tutte le persone a qualsiasi titolo coinvolte nell'organizzazione e nella realizzazione di un allenamento (atleti e tecnici compresi) devono controllare la propria temperatura corporea prima di recarsi nella sede di allenamento. In caso di febbre oltre 37,5°C o altri sintomi a carico dell'apparato respiratorio (es. tosse,



starnuti, ...), è obbligatorio rimanere al proprio domicilio e chiamare il proprio medico di famiglia o l'Autorità Sanitaria.

- Ogni operatore è invitato a recarsi presso i siti sportivi previsti per gli allenamenti con mezzi di trasporto propri. Trasporti plurimi sono consentiti solo se sono garantite le adeguate misure di sicurezza (come da DPCM in vigore).

- Alle sessioni di allenamento non sono ammessi accompagnatori se non nel caso di atleti di minore età o disabili che necessitino di assistenza.

- Tutti i partecipanti agli allenamenti, tecnici e atleti, dovranno essere dotati di mascherine protettive proprie da indossare obbligatoriamente prima e dopo l'allenamento. Si consiglia di dotare il tecnico che organizza l'allenamento di mascherine per sopperire ad eventuali mancanze.

- Le mascherine usate vanno conservate e riportate a casa a cura di ciascuna persona a qualsiasi titolo partecipante alle attività di allenamento.

Attività di allenamento consentite.

Le attività di allenamento previste e ammesse dal presente protocollo sono limitate alla Corsa di Orientamento a piedi o con la Mountain Bike e TrailO in bosco o altra area aperta assimilabile.

- Ogni esercizio, anche se organizzato per un gruppo di atleti, va svolto individualmente.

- Non sono ammesse staffette, partenze in massa, percorsi da completare a coppie o in gruppo.

- Gli allenatori e tecnici potranno predisporre percorsi temporanei o utilizzare aree con punti permanenti.

- Non sono consentite attività di allenamento in ambiente urbano a causa della difficoltà di assicurare il distanziamento necessario tra atleti in corsa e passanti.

Obblighi per gli atleti

- Ogni atleta dovrà dotarsi di tutto il materiale necessario per l'allenamento;

- Prima e dopo l'allenamento va mantenuta una distanza minima di 2 m tra tutti i presenti (atleti, tecnici, eventuali accompagnatori). Durante l'allenamento la distanza minima tra due atleti è di 10 m se di corsa, 20 m se in mountain bike.

- Nel caso in cui due atleti s'incontrino lungo il percorso o in prossimità di un posto di controllo, l'atleta meno veloce dovrà dare la precedenza al più veloce, sempre mantenendo le distanze sopra indicate.

- Dopo aver raggiunto il posto di controllo, l'atleta dovrà allontanarsi di almeno 10 m nel caso debba fermarsi a pianificare la rotta verso il punto successivo, in modo da consentire agli altri atleti che stessero arrivando allo stesso punto, di mantenere la distanza interpersonale prevista.

- Ogni atleta dovrà dotarsi di uno zaino/sacco nel quale riporre i vestiti utilizzati in allenamento da riportare a casa per il lavaggio.

- Nel caso di allenamenti in mountain bike ogni atleta dovrà disporre di propri attrezzi per la regolazione e comunque effettuare a casa propria le operazioni di lavaggio e manutenzione della bicicletta.

- Ogni atleta dovrà portare con sé, per uso strettamente personale, eventuali riserve d'acqua o cibo.

- Ogni atleta dovrà aver con sé, un quantitativo idoneo di gel igienizzante per la pulizia delle mani.

Predisposizione degli allenamenti su percorsi temporanei

- Tutte le informazioni necessarie (luogo del ritrovo/parcheggio, caratteristiche dei percorsi, orari, recapiti degli organizzatori, ecc.) dovranno essere comunicate preventivamente agli atleti via web (sito della Società) o e-mail o altro sistema idoneo.

- Come posti di controllo possono essere usati materiali diversi, da nastri (meglio se di materiali biodegradabili) alle classiche lanterne.

- I percorsi possono rimanere sul terreno da alcune ore ad alcuni giorni in accordo con le regole e usanze locali in modo da diradare ulteriormente la presenza contemporanea di atleti.



- La carta con il percorso/i percorsi e relativa descrizione dei punti è inviata anticipatamente per e-mail o resa scaricabile via web in formato stampabile autonomamente; l'atleta potrà così recarsi all'allenamento con la propria carta.
- Nel caso le carte vengano stampate a cura degli organizzatori, con la descrizione dei punti sovraimpressa, e rese disponibili in una cassetta o altro sistema analogo, l'atleta dovrà igienizzare le mani con gel prima di prendere la carta.
- Al termine dell'allenamento (meglio il giorno successivo) le lanterne o i nastri vanno raccolti e chiusi in un sacco; l'incaricato della raccolta dovrà evitare di toccarsi occhi, naso e bocca e igienizzarsi le mani alla fine dell'operazione. I materiali vengono poi mantenuti per 24-48 h in un luogo aerato prima di essere riposti.

Allenamenti su percorsi fissi

- Sul sito dal quale sono disponibili le mappe scaricabili è necessario che vengano rammentate le precauzioni sanitarie sopra evidenziate.
- Qualora sia possibile, sia fornita la possibilità di stampare autonomamente la mappa con il percorso predisposto dall'allenatore o tecnico.
- Gli atleti devono evitare qualsiasi contatto fisico con i posti di controllo fissi.

Altre prescrizioni e raccomandazioni

- Qualora fattibile, utilizzare dispositivi di geolocalizzazione (soprattutto per MTBO) che evitino addirittura la posa del posto di controllo permettendo comunque di verificare il passaggio dai punti segnati in carta.
- Se l'allenamento viene svolto in autonomia, informare qualche familiare o conoscente circa il luogo e la durata prevista per l'allenamento.
- Nel caso vengano utilizzate stazioni per la rilevazione elettronica del tempo di passaggio, anche la SI Card deve essere igienizzata al termine dell'allenamento.
- Eventuali sessioni di analisi dei percorsi tra atleti e con allenatori e tecnici, se previste, dovranno avvenire successivamente con sistemi di videoconferenza o strumenti analoghi.

PALLACANESTRO

Ripresa degli allenamenti negli impianti sportivi.

- Pulizia/sanificazione iniziale (si cita a riferimento la circolare del Ministero della Salute del 22/05/2020);
- Aereazione delle sale prima e dopo l'attività; ove possibile l'aereazione naturale è vivamente consigliata.
- L'utilizzo di impianti di ventilazione e/o condizionamento è consentito solo dopo una corretta e periodica manutenzione e igienizzazione. Particolare cura va posta nella igienizzazione delle prese d'aria e nella manutenzione settimanale dei filtri. I filtri HEPA necessitano di manutenzione particolare e specialistica in quanto capaci di filtrare e trattenere una grande quantità di aerosol. Il ricircolo dell'aria deve essere ridotto quanto più possibile, in favore dell'aereazione esterna;
- Elaborazione di un piano d'ingresso per evitare affollamenti mediante diversificazione dei percorsi e degli orari di atleti, tecnici, fornitori terzi. Nel caso in cui siano previsti più allenamenti successivi o se più gruppi di allenamento usano contemporaneamente una palestra, gli orari di allenamento devono essere coordinati in modo da evitare assembramenti ed incroci a inizio o fine allenamento. A tal proposito deve essere prevista una pausa di 10 minuti per consentire che il cambio degli atleti avvenga senza alcun pericolo;
- Attuazione di un piano (da integrare nel DVR ove obbligatorio o da stilare comunque a parte) che preveda la capienza massima della sala di atleti, tecnici e eventuali manutentori, vie d'esodo e ingressi, misure di prevenzione in uso. Il numero di atleti che possono accedere contemporaneamente al campo di gioco è previsto nel numero massimo di 8;



- Formazione di un orario giornaliero e settimanale per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti e avere una gestione dei turni di allenamento che tenda a non fare incontrare i diversi gruppi;
- Messa a disposizione degli operatori sportivi dei materiali di protezione e sanificazione (gel 3 igienizzante e mascherine);
- Messa in opera di contenitori dedicati ai materiali potenzialmente infetti;
- Adeguamento alle normative anche durante le attività di assistenza sanitaria. In particolare, il fisioterapista deve essere sempre dotato dei dispositivi di protezione individuale e con la dotazione di primo intervento (ghiaccio, tape, cerotti, ecc.), interviene in caso di infortunio che avviene sul campo di allenamento. In

questo caso, si raccomanda fortemente che gli altri atleti e tecnici, siano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Nel caso in cui l'atleta infortunato non possa tornare ad allenarsi, deve indossare la mascherina chirurgica. Eventuali metodiche fisioterapiche strumentali, devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere effettuata alla fine di ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato. Il locale adibito ai trattamenti fisioterapici deve essere dotato di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro e deve passare un tempo di almeno 15 minuti. Gli atleti che devono effettuare terapie masso-fisioterapiche, devono avere guanti e mascherina chirurgica. Il materiale di consumo, deve essere smaltito negli appositi contenitori;

- Igienizzazione e disinfezione quotidiana di superfici e attrezzi;
- Igienizzazione e disinfezione dei locali e di tutte le parti di contatto (maniglie, porte, sedie, tavoli, pavimenti, ecc.) che dovranno avvenire a cura del personale incaricato dalla Società (volontario o collaboratore) quotidianamente al termine delle sessioni di allenamento o prima dell'inizio della giornata successiva e/o di ogni sessione di allenamento. In particolare l'igienizzazione periodica dovrà prevedere l'utilizzo di prodotti ritenuti idonei allo scopo di abbattere l'attività del virus eventualmente depositato;
- Disponibilità di distributori di gel igienizzante nei locali di accesso per mani e presenza di saponi igienizzanti nei servizi;
- Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento (fatta eccezione per l'accompagnatore dell'atleta disabile);
- Controllo obbligatorio della temperatura corporea per gli ingressi;
- Identificazione di un medico responsabile (deve essere consultato in casi conclamati o dubbi di COVID) e per controlli periodici della corretta compilazione delle autocertificazioni sul contagio e sui sintomi da Covid19;
- Identificazione di un delegato alla vigilanza del protocollo COVID-19 per il rispetto delle disposizioni;
- Il delegato alla vigilanza del protocollo COVID-19 fornisce la necessaria informazione agli atleti ed a tutti i frequentatori della palestra, nonché le regole d'uso degli impianti ed ha il compito di organizzare la vigilanza della struttura;
- Identificazione dell'addetto all'igiene.

Ripresa di gare di Pallacanestro a carattere Nazionale e Regionale "a porte chiuse"

Considerato la necessità per le Squadre non professionistiche di partecipare a competizioni ufficiali, includendo, nella fase di preparazione alla ripresa dei campionati, la disputa di incontri o tornei amichevoli ufficiali potendo disporre a pieno organico di tutti i giocatori, compresi gli extra comunitari provenienti da paesi per i quali l'ingresso nel nostro paese preveda la quarantena. Per questi ultimi sarà cura del giocatore presentarsi con un tampone eseguito nel paese di provenienza tassativamente nelle 48 ore prima dell'arrivo



in Italia, che dovrà avere esito negativo. In alternativa dovrà effettuare il periodo di quarantena previsto di 14 giorni, trascorsi i quali potrà ricongiungersi al gruppo di lavoro.

Le linee guida indicate nel presente protocollo sono riferite anche a tutte le attività di 3x3, maschili e femminili ed alle Serie A, B e Giovanili. Sarà cura degli organizzatori rappresentare alle autorità competenti in materia di ordine pubblico, nelle località di svolgimento delle competizioni, di porre in essere tutte le precauzioni necessarie per evitare assembramento intorno alle manifestazioni.

Si precisa inoltre che alla base di tutti gli esami prescritti per ciascuna categoria, ad una autocertificazione/automonitoraggio da tenere con frequenza settimanale, si dovrà tenere un elenco giornaliero aggiornato dei partecipanti alle attività (nome, cognome, contatto), con la finalità di un sempre più attento monitoraggio del TEAM, contemplando la possibilità di avere una tracciabilità in caso di soggetti contagiati all'interno del gruppo di lavoro.

Infine resta inteso che, sulla base dell'andamento dei dati epidemiologici e delle nuove acquisizioni scientifiche, in accordo con le Autorità Sanitarie e Governative, la definizione (tipologia dei test) e la periodicità degli accertamenti all'avvicinarsi della ripresa delle competizioni e durante le stesse potranno subire variazioni rispetto a quanto attualmente in vigore.

PROCEDURE MEDICHE SPECIFICHE

Per le squadre: Le procedure mediche di screening iniziale previste, saranno effettuate dai soggetti tesserati FIP nei 5 giorni precedenti la ripresa delle competizioni finalizzate alla preparazione dei rispettivi campionati (incontri amichevoli e/o tornei ufficiali). Tutti i TEAM dovranno comunque eseguire, anche se effettuati in precedenza, gli accertamenti previsti nei cinque giorni precedenti l'inizio del rispettivo "CAMPIONATO". Tutti i componenti il TEAM saranno sottoposti agli accertamenti come previsto e dovranno compilare settimanalmente l'autocertificazione anamnestica con le modalità specificate in premessa (autocertificazione settimanale). Per i minori l'autocertificazione sarà validata dai genitori o da chi esercita la patria potestà. In caso di positività ad uno dei quesiti dell'autocertificazione, dovrà essere eseguito se non già previsto, il TEST SIEROLOGICO.

NORME IGIENICHE DI CARATTERE GENERALE

All'interno del palazzetto saranno individuate:

- l'area tecnica;
- l'area media;
- l'area ufficiali di campo.

Il numero massimo di persone ammesse nel palazzo di 126 unità Il Gruppo Squadra della società ospite non deve in ogni caso superare le unità per il campionato di A2 (proporzionalmente minore per le serie inferiori). Il numero massimo di persone ammesse potrà subire variazioni solamente per specifiche indicazioni provenienti dalle Autorità di Pubblica Sicurezza per le specifiche competenze (es. Forze dell'Ordine; presidi Medico-Sanitari; Vigili del Fuoco, ecc...).

All'interno del palazzetto sono ammessi in totale:

- 30 giocatori;
- 6 allenatori;
- 2 medici;
- 4 fisioterapisti;
- 2 match analysts;
- 10 delegazione delle due società;



- 2 arbitri;
- 1 commissario degli arbitri;
- 5 ufficiali di campo;
- 4 addetti alla pulizia del campo;
- 1 medico 118;
- 4 operatori sanitari 118;
- 20 poliziotti/polizia locale;
- 8 vigili del fuoco;
- 2 delegati all'antidoping (DCO/Shaperone);
- 12 giornalisti;
- 5 fotografi;
- 10 operatori TV.

All'arrivo al palazzetto, la squadra ospite, accolta dal Delegato alla Gestione dell'Evento (GE) della Squadra ospitante che consegnerà al rappresentante della Squadra ospite la certificazione dell'avvenuta sanificazione di tutti i locali ad uso della stessa Squadra ospite. Tutti i componenti la squadra ospite accederanno nella zona spogliatoio indossando la mascherina.

Il Responsabile Sanitario/Medico Sociale di ciascuna Squadra (o in mancanza il dirigente accompagnatore) consegnerà all'omologo della Squadra avversaria la certificazione del rispetto da parte di tutto il Team delle prescrizioni sanitarie relative agli accertamenti Covid-19 previsti dai protocolli vigenti e dalle normative legislative, compresi i moduli di automonitoraggio individuali che dovranno essere conservati a cura del DGE. All'ingresso nell'impianto, ai Team, andrà riservato un tragitto dedicato e tutti accederanno alle aree sensibili riservate alle Squadre indossando la mascherina; l'incaricato del Team ospitato dovrà consegnare al DGE la certificazione nella quale si dichiara che i componenti il Team ospitato non sono Covid+ e non hanno avuto contatti, per quanto di loro conoscenza, con persone Covid+ negli ultimi 14 giorni. Si dovrà inoltre produrre la lista nominativa dei componenti il Team ospitato con i relativi contatti per la tracciabilità in caso di eventi successivi di insorta positività. Dovrà essere prodotta in generale, oltre alla lista dei componenti la Squadra Ospite, una lista di tutte le persone presenti alla competizione. Il DGE si occuperà della gestione delle liste come sopra, avendo cura di conservarle attenendosi con scrupolo alla vigente normativa in materia di privacy.

Tutte le persone che non appartengono al Team in arrivo all'impianto dovranno:

- Effettuare controllo della temperatura (termo scanner a distanza) all'ingresso dell'impianto sportivo con personale dedicato (dotato degli opportuni DPI) e adottare procedure di isolamento in due distinti locali in caso di rilevazione di temperatura corporea ($> 37,5$ °C). Il soggetto individuato con TC $> 37,5$ °C dovrà fare immediato ritorno al proprio domicilio, ove verrà seguito in ottemperanza alle linee guida del Ministero della Salute.

- Produrre autocertificazione che attesti di non aver avuto sintomi Covid19 (tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea $> 37,5$ °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia) nei precedenti 14 giorni e di non essere stato in contatto diretto, negli ultimi 14 giorni, con persona che abbia manifestato sintomi Covid-19 (tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea $> 37,5$ °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia). Come indicato, qualora un utente manifestasse sintomatologia da Covid-19 verrà immediatamente allontanato.

Si evidenzia l'importanza dell'identificazione del soggetto per le dovute segnalazioni alle autorità sanitarie. L'organizzatore dell'evento si metterà a disposizione dell'autorità sanitaria competente (118) al fine di fornire tutte le informazioni necessarie in relazione alla situazione. Sarà altresì necessario delineare le esigenze di permanenza per ogni gruppo di operatori presenti, avendo cura di analizzare la criticità dei luoghi e l'organizzazione spazio temporale degli accessi e delle attività, volte e minimizzare i rischi. Potrà



essere altresì utile individuare un orario preciso ed un varco dedicato ad ogni gruppo al fine di ridurre gli assembramenti in ingresso, come pure all'uscita.

La Società ospitante provvede alla revisione della documentazione Covid19 attraverso il Delegato Gestione Evento (DGE) il quale dovrà:

- Controllare l'accesso all'impianto di tutto il personale e fornire informazioni sulle misure e norme igieniche.

- Verificare costantemente lo stato di salute (interviste, misurazione della temperatura, ecc) di tutti coloro che sono coinvolti nelle attività organizzative e nella produzione televisiva.
- Monitorare le misure igieniche di base (igiene delle mani, igiene per tosse e starnuti, distanza di sicurezza, ecc.) e controllare le norme igieniche in loco durante l'intero periodo di organizzazione dell'evento.
- Intervenire in caso di violazioni delle norme da parte di un soggetto in loco.
- Definire i DPI necessari per tutto il personale che opererà direttamente per la Società ospitante (tipologia di mascherina, distributore gel disinfettante, eventuali visiere, eventuali guanti, ecc).
- Definire quali ambienti dovranno essere sanificati e quali solamente igienizzati, anche in relazione a regolamenti regionali. Il personale impegnato in occasione dello svolgimento delle gare dovrà essere autorizzato da parte dell'organizzatore, il quale avrà cura di rilasciare un apposito accredito indicante le zone di accesso consentite. Il personale ammesso allo svolgimento di attività in occasione delle gare dovrà essere dotato di dispositivi di prevenzione e protezione secondo quanto stabilito dalle indicazioni delle autorità competenti e, ad ogni modo, dovrà indossare dispositivi di protezione conformi alle specifiche funzioni richieste, nonché avere a disposizione distributori per gel igienizzante.

ORGANIZZAZIONE DEL TEAM

Il numero di partecipanti alla trasferta dovrà essere contingentato il più possibile, nel rispetto dei numeri totali previsti nel precedente paragrafo. Soggiorno in hotel prima della gara Nell'hotel eventuale sede del ritiro per le gare si dovrà osservare l'obbligo di DPI nelle aree comuni. Per tutte le persone che presteranno attività lavorative durante il soggiorno in hotel del Gruppo Squadra sarà obbligatoria l'Autocertificazione che attesti di non aver avuto sintomi Covid-19 (tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia) nei precedenti 14 giorni e di non essere stato in contatto diretto, negli ultimi 14 giorni, con persona che abbia manifestato sintomi Covid-19 (tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia). Dovrà essere previsto in struttura un accesso dedicato ed esclusivo ed individuati percorsi esclusivi e dedicati. Sarà necessario privilegiare l'utilizzo delle scale rispetto all'ascensore (che in caso di utilizzo deve prevedere di essere usato da una persona per volta dotata di DPI, con dispositivi di protezione per i pulsanti). Prevedere camere singole e ubicate nella stessa zona o piano dell'hotel. Riservare una sala mensa ad uso esclusivo; sistemazione al tavolo con rispetto della distanza di almeno un metro. Prevedere un sistema di distribuzione individuale del cibo senza assembramenti, riducendo al minimo i contatti con il personale della cucina e dell'hotel.

Giorno della gara

All'arrivo nell'impianto sportivo bisognerà rendere disponibili tutti i locali presenti nella struttura per consentirne un utilizzo distanziato da parte del TEAM. Differenziare il più possibile l'uso temporale dei locali da parte del TEAM, per evitare un assembramento eccessivo.

Spogliatoio Arbitri: dopo la sanificazione, l'ingresso sarà consentito solo agli arbitri designati per la gara (vietato l'ingresso a qualunque altro tesserato, tecnico o operatore). Sono vietate le riprese televisive all'interno degli spogliatoi igienizzati.

Arrivo delle Squadre, degli Arbitri e degli UDC:



Utilizzo di mezzi di trasporto differenti da parte dei vari convocati (es. un autobus per ciascuna squadra; auto singole per gli arbitri; ecc). Arrivo all'impianto sportivo in momenti differenti. Implementazione di percorsi differenziati e distinti per l'accesso negli spogliatoi e per garantire ampia separazione tra le persone autorizzate all'accesso nella zona.

Non è da prevedersi:

Nessun accompagnamento da parte di bambini; Nessuna mascotte; Nessuna foto di squadra; Nessuna cerimonia pre-gara con altre persone; Nessuna stretta di mano. Sarà prevista una apposita modalità di

schieramento delle Squadre che consenta il distanziamento necessario.

Panchine:

Il lato delle panchine deve rimanere ad uso esclusivo del TEAM (eccezioni: Delegati FMSI solo ed esclusivamente per comunicazione alla panchina dei nomi dei tesserati sorteggiati per il controllo antidoping); il personale medico e paramedico in servizio di assistenza alla gara dovrà posizionarsi sul lato corto opposto alle panchine.

Rimodulazione delle panchine, prevedendo la distribuzione alternata dei componenti (mantenere un posto vuoto tra un sedile occupato e l'altro), disponendo gli occupanti su due file mantenendo le distanze di sicurezza.

Ulteriore opzione, in caso di gara a porte chiuse, l'espansione della panchina in tribuna (qualora ci fosse l'accesso diretto al campo) o sedie/panchine aggiuntive per espandere le panchine normali.

All'intervallo della semi-gara sarà necessario separare l'accesso delle Squadre/Arbitri al rientro negli spogliatoi, analogamente al pre-gara (eventuale intervista con distanza tra giornalista e giocatore di almeno 1,5 mt e con microfono cd "boom"). Al termine della gara e per l'uscita dal campo di gioco sarà necessario separare l'accesso delle Squadre/Arbitri/UDC al rientro negli spogliatoi. Non potranno essere consumati alimenti durante la gara. Tavolo Ufficiali di Campo Tutte le persone presenti al tavolo dovranno osservare il distanziamento di almeno un metro, non potendo utilizzare alcun dispositivo di protezione durante la gara; dovranno essere disponibili prodotti igienizzanti per l'utilizzo in sicurezza dei dispositivi elettronici connessi allo svolgimento della gara.

Qualora lo spazio a disposizione non consentisse un adeguato distanziamento, si potrà prevedere una disposizione su due linee al tavolo purché non venga compromessa la visibilità.

Attività post-gara

Eventuale intervista super flash al tesserato da prevedere sul terreno di gioco (con le distanze tra giornalista e tesserato di almeno 1,5 m con microfono cd "boom"). La Working Area per la stampa e la Mixed Zone rimangono chiuse. Conferenza stampa prodotta e distribuita televisivamente/in streaming: raccolta delle domande tramite Whatsapp/Skype e sottoposte all'allenatore da ufficio stampa/delegato/hostess. Riduzione delle postazioni e del numero di interviste in base alle misure igieniche obbligatorie.

Antidoping

Nel caso di controllo antidoping, dovranno essere previste due sale distinte per separare i giocatori sorteggiati, con percorsi di accesso separati. Adesione alle procedure FMSI, già trasmesse all'Organizzazione Nazionale Anti-Doping (NADO Italia) e alla Sezione Vigilanza e controllo doping e tutela salute nelle attività sportive del Ministero della Salute (SVD), per quanto attiene l'espletamento in conformità alle Linee Guida Covid-19 della Autorità Mondiale Anti-doping (WA A) dell'attività antidoping effettuata dai propri funzionari responsabili dei controlli antidoping (DCO) e funzionari addetti ai prelievi ematici (BCO). Prevedere una stanza di isolamento.

Ripartenza Squadra, Arbitri e ufficiali di campo

Separare lo spazio temporale delle attività di uscita dall'impianto sportivo con percorsi dedicati.



Indicazioni specifiche per gli Arbitri:

Nessuna persona potrà accedere nella stanza/spogliatoio dell'arbitro. I kit e le distinte gara dovranno essere posizionate su un tavolino all'esterno dello spogliatoio arbitri. Per dialogare con gli ufficiali di gara, i giocatori dovranno rigorosamente rispettare la distanza sociale prevista (1,5 m). Quando non impegnati nelle gare, ogni arbitro e ufficiale di campo dovrà soggiornare presso la propria dimora. Saranno azzerate le presenze degli osservatori arbitrali (eccezioni potranno essere valutate per situazioni particolari). raccomandato lo spostamento degli arbitri con mezzi privati o propri; per l'occasione, dovrà essere

individuata un'area di parcheggio all'interno dello Stadio con un percorso diretto e indipendente per l'accesso agli spogliatoi.

REQUISITI IGIENICI DI CARATTERE GENERALE

A tutte le persone coinvolte nel giorno gara al palazzetto devono essere forniti chiarimenti in merito alle misure igieniche di base da adottarsi sulla base delle linee guida degli esperti medici (disinfettante per le mani, igiene per tosse e starnuti, distanza di sicurezza, ecc.). Va ridotta al minimo la durata della permanenza negli spogliatoi e nei luoghi di lavoro all'interno dell'impianto sportivo prima e dopo la gara. Al Team e al Personale extra Team vanno date informazioni sulla definizione dei "sintomi del contagio". La gestione dell'ingresso all'impianto sportivo di giocatori e altro personale indispensabile deve essere affidata a personale di sicurezza, sotto la supervisione del DGE.

Il personale di sicurezza agli ingressi deve chiedere alle persone ammesse all'impianto sportivo di dichiarare il loro stato di salute e misurare la temperatura corporea (tramite termometro scanner). Il disinfettante per le mani va posizionato all'ingresso o all'interno di ogni stanza. Prima dell'ingresso delle squadre e degli arbitri deve essere effettuata la disinfezione delle aree interessate e delle superfici. Le porte, quando e ove possibile, devono rimanere aperte e, ove possibile, si deve evitare il contatto con le maniglie. Sono ammesse soltanto bottiglie da bere personalizzate (non condivise). Le aree comuni (spogliatoio, doccia) devono essere utilizzate solo in piccoli gruppi e con garanzia di distanza minima di 2 metri raccomandato l'uso di docce singole (per escludere il vapore acqueo come possibile mezzo di contagio per altre persone) e/o va considerata la possibilità di fare la doccia a casa o in hotel. L'area vasche idromassaggio/benessere deve essere tenuta chiusa e, se possibile, svuotata dell'acqua. L'utilizzo dei macchinari per il fitness va consentito solo con guanti monouso, maschera per il viso e uso di prodotti per la disinfezione prima e dopo.

Lo staff medico della Società deve lavorare con mascherine facciali, disinfettanti per le mani e guanti monouso e il responsabile dell'igiene nei locali medici. I lettini per i massaggi e i trattamenti a fini terapeutici dei giocatori devono essere dotati di separatori e adeguatamente distanziati. Se possibile, vanno utilizzate stanze separate. Va fatto un uso contenuto di attrezzature mediche come ultrasuoni, terapia ad onde d'urto, ecc. che, in ogni caso, devono essere utilizzate solo disinfettandole prima e dopo l'uso. Le persone a contatto con più giocatori devono osservare in maniera particolarmente scrupolosa le misure igieniche e di protezione. Nel complesso, occorre fare in modo che nel Team siano presenti solo le persone dello staff strettamente indispensabili per la partita. Sono da evitare conversazioni in privato, in quanto stimolano la riduzione della distanza in contrasto con i requisiti di distanza minima. Le conversazioni assolutamente indispensabili dovrebbero essere tenute in piccoli gruppi, brevi e con la massima distanza di conversazione, quando possibile. Non devono essere toccati i pulsanti dell'ascensore, le ringhiere o le maniglie delle porte con le mani (in alternativa servirsi, per quanto possibile, dei gomiti). La protezione della bocca e del naso in generale obbligatoria dopo l'ingresso all'impianto sportivo e in tutte le aree. Va prestata attenzione alla corretta modalità di applicazione e rimozione dei dispositivi, nonché all'utilizzo degli stessi (bocca e naso completamente coperti). La disinfezione delle mani va effettuata, in generale, prima e dopo ogni utilizzo delle attrezzature ordinarie. Il disinfettante per le mani deve essere applicato sulle mani asciutte e non dovrebbe essere lavato via con acqua. Lo svolgimento di riunioni tra i soggetti



coinvolti nelle attività organizzative, così come nella produzione televisiva, soggetto alle attuali norme igieniche, specialmente alle norme sulla distanza minima. Le comunicazioni dovrebbero avvenire il più possibile con metodi di comunicazione derivanti dalla tecnologia a disposizione sul proprio dispositivo cellulare. Le norme sulla distanza minima devono essere seguite tassativamente nelle aree interne ed esterne dell'impianto sportivo, evitando di intrattenere conversazioni non necessarie. Nelle diverse zone di svolgimento delle attività dovranno essere installate apposite e visibili comunicazioni e pannelli informativi che richiamino le misure organizzative e le procedure igienico sanitarie; dovrà essere altresì visibile il

codice di condotta che deve essere seguito da parte degli addetti ai lavori

REQUISITI PRODUZIONE TELEVISIVA Gli aspetti che riguardano la produzione e le riprese televisive rivestono una particolare rilevanza nella pianificazione, organizzazione e gestione delle attività, anche considerando le necessità logistiche di movimentazione del personale e delle strutture. L'impiego degli operatori delle produzioni dovrà seguire le medesime indicazioni previste per gli altri soggetti. Dovranno al riguardo essere soddisfatti i criteri di autorizzazione e accreditamento del personale, di disponibilità alle procedure di controlli sanitari all'accesso, secondo quanto previsto. Ad ogni modo, la responsabilità dell'accertamento preventivo dei requisiti del personale sopra indicato ammesso nella struttura ricade in capo all'azienda di riferimento del lavoratore. Fatto salvo il numero totale massimo di persone autorizzate all'accesso al palazzetto, il numero effettivo di addetti ai lavori della categoria in questione dovrà essere valutato a cura della Società ospitante. ad ogni modo raccomandato l'impiego del personale minimo strettamente necessario e la delocalizzazione di attività gestibili da remoto. L'obiettivo primario quello di proteggere ogni singolo operatore collaboratore e di ottenere la più completa separazione possibile della produzione televisiva dalla parte sportiva. La massima protezione può essere ottenuta solo attraverso un'igiene coerente, un senso di responsabilità e una riduzione al minimo delle sovrapposizioni temporali o della vicinanza spaziale. Le misure di igiene individuale sono le attività più importanti per la protezione. Tutte le persone che lavorano in loco devono accettare e rispettare le norme igieniche e sottoporsi ai controlli sanitari necessari, nonché avere piena consapevolezza delle regole di condotta in materia di igiene secondo le raccomandazioni dell'ISS e del Ministero della Salute. Tutto il personale necessario per le operazioni di gara nell'impianto sportivo dovrà essere informato circa il rispetto delle misure igieniche di base (disinfezione delle mani, igiene per tosse e starnuti, distanziamento, ecc) secondo le specifiche del responsabile dell'igiene della Società ospitante in coordinamento col DGE. Ciò anche per tenere conto delle opportune indicazioni del Comitato Tecnico Scientifico in merito alla necessità che l'approvvigionamento dei test per i Team e gli altri soggetti eventualmente interessati non debba "minimamente impattare sulla disponibilità del reagentario da dedicarsi in maniera assoluta ai bisogni sanitari del Paese".

PALLAMANO

Per consentire la ripresa graduale degli allenamenti e delle competizioni ufficiali, ivi comprese le attività ad esse propedeutiche (amichevoli e tornei), della pallamano e del beach handball nel rispetto dei principi fondamentali e delle norme igieniche generali e di distanziamento sociale emanate dalle Autorità governative in relazione all'emergenza epidemiologica in atto cercando di tutelare la sicurezza e la salute di tutti gli operatori sportivi.

- Associazioni/Società sportive affiliate alla FIGH;
- Centri di allenamento federale;
- Palestre o palazzetti dello sport in cui si allenano le associazioni/società sportive;



- Atleti
- Figure tecniche e sanitarie
- Medici Sociali
- Personale di supporto
- Eventuali accompagnatori
- Chiunque a qualsiasi titolo entri in contatto con l'operatore sportivo o frequenti anche occasionalmente il sito sportivo.

CONTROLLO

Le Organizzazioni sportive/Associazioni/Società sportive, per consentire lo svolgimento dell'allenamento e delle competizioni ufficiali, ivi comprese le attività ad esse propedeutiche (amichevoli e tornei), degli atleti presso le proprie palestre o palazzetti di riferimento (siti sportivi), dovranno preventivamente identificare una persona a cui vengano demandati i compiti di controllo del rispetto di quanto previsto dai DPCM "Responsabile del Protocollo COVID-19".

In occasione di allenamenti presso centri di riferimento federale, si dovrà identificare un Responsabile del Protocollo COVID-19, preferibilmente tra i componenti la delegazione, incaricato del controllo del rispetto delle regole non solo presso il sito sportivo ma anche per il trasporto, la sistemazione alberghiera e quant'altro necessario per il corretto svolgimento dell'attività collegiale.

MATERIALE INFORMATIVO

L'organizzazione sportiva, attraverso apposita cartellonistica all'ingresso del sito sportivo, eventualmente integrata con le modalità ritenute più idonee ed efficaci (es. depliant, comunicazioni sul portale internet, messaggistica individuale, ecc.), informa tutti gli atleti, i componenti degli staff e chiunque entri nel sito sportivo sulle disposizioni delle Autorità competenti.

In particolare, le informazioni devono riguardare:

- la consapevolezza di non poter fare ingresso al sito sportivo laddove sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, difficoltà respiratorie, rinorrea, temperatura superiore a 37.5°C, alterazioni del gusto o dell'olfatto, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, ecc.)
- l'obbligo per gli operatori sportivi di sottoscrivere il consenso informato e l'apposita autodichiarazione per poter accedere al sito sportivo per la prima volta;
- l'obbligo di dover comunicare tempestivamente al Medico Sociale/Medico dello sport presente nel sito sportivo o, in sua assenza, al Responsabile del Protocollo COVID-19 l'eventuale comparsa dei sintomi suelencati nel corso della permanenza presso il sito sportivo o successivamente al primo accesso, ovvero alla sottoscrizione dell'autodichiarazione;
- l'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (superiore a 37.5°C) o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio Medico di Medicina Generale/ASL di riferimento;
- l'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità competenti nell'accedere al sito sportivo (con particolare riferimento al rispetto delle norme di igiene delle mani e sull'utilizzo dei DPI);
- l'obbligo di mantenere la distanza interpersonale di almeno un metro nei luoghi comuni;
- modalità di utilizzo delle diverse strutture del sito sportivo (palestre, servizi igienici, sala medica, aree comuni, ecc.)

PULIZIA E SANIFICAZIONE DEI LUOGHI

Gli operatori sportivi possono utilizzare esclusivamente i seguenti spazi comuni all'interno del sito sportivo:

- campo di gioco / palestra;
- spogliatoi con annessi locali doccia;
- servizi igienici (previa specifica pulizia);



- sala pesi (ad accesso limitato e regolamentato);

MODALITÀ DI INGRESSO NEL SITO SPORTIVO

All'interno del sito sportivo, per le sedute di allenamento, possono essere ammessi contemporaneamente i seguenti operatori sportivi, da intendersi come numero massimo:

- n. 16 atleti per la pallamano, n. 10 atleti per il beach handball
- n. 3 tecnici • n.1 medico • n. 1 fisioterapista
- n. 1 Responsabile del Protocollo COVID-19
- n. 1 custode del sito sportivo

È raccomandata, ove possibile, una turnazione su gruppi fissi e riconoscibili di operatori sportivi, compresi eventuali accompagnatori, in un'ottica di tracciabilità delle presenze e delle interazioni tra soggetti presenti nel sito sportivo. Non è ammessa la presenza di personale non direttamente coinvolto nell'attività sportiva, compresi eventuali visitatori, accompagnatori o spettatori; laddove fosse strettamente necessaria l'ammissione di alcune persone (ad esempio addetti al campo, manutentori, ecc.) si dovranno attenere scrupolosamente alle medesime modalità di accesso degli operatori sportivi e dovranno attendere, se possibile, il termine della seduta di allenamento.

In occasione delle competizioni ufficiali e delle attività ad esse propedeutiche, all'interno del sito sportivo, possono essere ammessi contemporaneamente i seguenti operatori sportivi, da intendersi come numero massimo:

- n. 16 atleti per la pallamano, n. 12 atleti per il beach handball, per squadra;
- n. 5 ufficiali per squadra;
- n. 2 direttori di gara;
- n. 2 commissari speciali;

- n. 1 segretario al tavolo di giuria;
- n. 1 cronometrista al tavolo di giuria;
- Responsabile del Protocollo COVID-19 della squadra ospitante;
- n. 1 custode del sito sportivo • n. 1 operatore DAE;
- n. 1 dirigente addetto agli arbitri per la Società ospitante;
- n. 1 speaker • n. 2 cameramen • n. 1 addetto al live ticker;
- n. 1 telecronista.

Sono altresì ammessi all'interno del sito sportivo le forze dell'ordine, gli addetti al servizio sanitario previsti dai regolamenti federali, il personale addetto all'impianto, i rappresentanti dei mezzi di informazione, i dirigenti federali accreditati dalla Federazione, nonché i tesserati delle due società in numero non superiore a 5 (cinque) per squadra. Inoltre:

- Gli operatori sportivi, prima dell'accesso al sito sportivo, devono essere sottoposti al controllo della temperatura corporea con termo scanner, se tale temperatura risultasse superiore ai 37,5°C non sarà loro consentito l'accesso. I soggetti in tale condizione saranno momentaneamente isolati e forniti di mascherina, qualora non ne fossero già dotati; non dovranno recarsi al Pronto Soccorso e/o nella sala medica del sito sportivo, ma dovranno contattare nel più breve tempo possibile il proprio Medico di Medicina Generale/ASL di riferimento/Medico Sociale e seguire le sue indicazioni;
- All'ingresso del sito sportivo è obbligatorio disinfettare le mani con gel a base alcolica che deve essere messo a disposizione dal Gestore del sito sportivo sia all'ingresso dello stesso che nei luoghi strategici di utilizzo;



- L'accesso al sito sportivo deve essere organizzato/programmato al fine di evitare il rischio di creare assembramenti e interazioni tra gli operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita, soprattutto nel caso in cui siano previsti allenamenti di più gruppi di atleti pertanto a tale scopo:
 - deve essere previsto un percorso di ingresso differente da quello di uscita;
- L'inizio di una seduta di allenamento deve essere differita di non meno di 30 minuti dalla fine della seduta precedente e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, sanificazione ed areazione;
- L'ingresso nel sito sportivo è consentito al massimo 10 minuti prima l'inizio dell'allenamento e deve essere abbandonato nel minor tempo possibile dopo la fine dell'allenamento e comunque non oltre i 15 minuti successivi;
- Deve essere tenuto un registro quotidiano di tutti gli ingressi nel sito sportivo, in particolare deve essere segnata l'ora di ingresso ed uscita, il motivo dell'accesso (atleta, tecnico, fisioterapista, ecc.) e la firma dell'operatore sportivo; il Responsabile del Protocollo COVID-19 dovrà vigilare sulla completa e corretta compilazione del registro quotidiano degli ingressi ed è responsabile della sua conservazione;
- L'utilizzo dello spogliatoio deve essere ridotto al minimo indispensabile rispettando comunque il distanziamento minimo di 1,5 metri tra ogni atleta; il materiale personale, prima dell'inizio dell'allenamento, deve essere riposto all'interno della borsa individuale; la doccia è consentita, a seconda delle dimensioni dei locali doccia, ad un massimo di due atleti contemporaneamente; non è consentito l'uso di asciugacapelli all'interno degli spogliatoi ma deve essere attrezzato un locale più ampio, possibilmente arieggiato, con prese di corrente a norma di legge; gli spogliatoi ed i locali doccia, come tutte le aree comuni precedentemente identificate, devono essere areati completamente e puliti ad opera dell'organizzazione sportiva dopo ogni seduta di allenamento e sanificati almeno una volta al giorno;
- la riammissione nel sito sportivo di operatori sportivi già risultati positivi all'infezione da COVID-19 deve essere preceduta da una preventiva comunicazione al Medico Sociale (che dovrà successivamente darne comunicazione al Medico Federale) avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti la "avvenuta guarigione" rilasciata dal Dipartimento di Prevenzione territoriale di competenza; per le attività collegiali delle Squadre Nazionali tale comunicazione andrà indirizzata direttamente al Medico Federale.

ATTIVITÀ CONSENTITE ALL'INTERNO DEL SITO SPORTIVO

- All'interno del sito sportivo sono consentite esclusivamente le attività strettamente necessarie all'allenamento fisico
- All'interno dei siti sportivi non si può svolgere alcun meeting in presenza (analisi video, riunioni tecniche, riunioni di dirigenti), che devono essere eseguite da remoto attraverso apposite piattaforme FAD
- Non è altresì consentito consumare alimenti od utilizzare gli spazi comuni per attività diverse da quelle programmate Il Responsabile del Protocollo COVID-19 è autorizzato ad allontanare dal sito sportivo chiunque non rispetti quanto disposto dal presente Protocollo e dalle disposizioni delle Autorità competenti.

PRECAUZIONI IGIENICHE PERSONALI

- Lavarsi frequentemente le mani;
- Indossare i dispositivi di prevenzione del contagio individuali;
- Mantenere la distanza interpersonale come meglio di seguito specificato;
- Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- • Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;
- Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;
- Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;



- Non consumare cibo all'interno dell'impianto;
- Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE

- Tutti gli operatori sportivi devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e, possibilmente, guanti monouso.
- La mascherina deve essere indossata dagli atleti anche nella fase di preparazione prima dell'inizio dell'allenamento e deve essere nuovamente indossata appena terminato lo stesso.
- Se necessario interrompere momentaneamente l'allenamento per discutere di un aspetto tecnico con l'allenatore, l'atleta deve indossare la mascherina.
- Tutti i componenti dello staff, e comunque chiunque autorizzato ad accedere al sito sportivo, devono indossare la mascherina e, possibilmente, i guanti monouso per tutta la permanenza all'interno del sito sportivo.
- Tutti i dispositivi di sicurezza sopra menzionati devono essere smaltiti in maniera adeguata, pertanto l'organizzazione sportiva deve prevedere un sistema di raccolta dedicato (es. fazzoletti monouso, mascherine, guanti ecc.).

MODALITÀ DI ALLENAMENTO

- Si raccomanda, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti.
- Gli atleti prima di ogni allenamento, e in ogni pausa dell'allenamento, devono disinfettarsi le mani con gel a base alcolica che deve essere messo a disposizione dal Gestore del sito sportivo.
- Tutti i palloni devono essere disinfettati con idonee sostanze spray al termine di ogni seduta di allenamento. L'uso della pece deve essere limitato al massimo, meglio se evitato completamente, vista l'oggettiva difficoltà di pulizia e sanificazione dei materiali su cui si deposita.
- È richiesto l'uso di calzature dedicate (da cambiarsi all'ingresso e all'uscita dal sito sportivo).
- Sul campo di allenamento potranno accedere al massimo 16 atleti contemporaneamente per la pallamano, massimo 10 atleti per il beach handball.
- Nelle fasi di riscaldamento individuale, e comunque in ogni fase dell'allenamento nella quale non sia indispensabile il posizionamento ravvicinato e/o il contatto fisico tra gli atleti, deve essere mantenuto sempre un distanziamento minimo di 2 metri. A puro titolo esemplificativo, negli esercizi che prevedono delle file gli atleti devono mantenere un distanziamento minimo di 2 metri.
- Nelle pause dell'allenamento ogni atleta deve mantenere un distanziamento di almeno 2 metri da ogni altro atleta e/o operatore sportivo evitando assembramenti.
- È responsabilità del Tecnico supervisionare sul rispetto delle precedenti norme.
- Nella sala pesi possono accedere al massimo 4 atleti per volta, in funzione delle dimensioni dei locali, indossando sempre guanti monouso e mantenendo un distanziamento minimo di 2 metri.
- Tutti gli attrezzi impiegati (manubri, bilancieri, pesi, macchinari, ecc.) devono essere puliti dopo ogni singolo utilizzo da parte degli atleti e comunque sanificati almeno una volta al giorno.
- È consentito l'uso dei palloni, gli esercizi di riscaldamento a coppie, gli esercizi tecnici con il passaggio della palla ed i tiri in porta in presenza del portiere. È altresì consentito l'allenamento 1 contro 1, attacco-difesa, 6 contro 6 ed ogni altra forma di gioco che preveda il posizionamento ravvicinato e/o il contatto fisico degli atleti.
- Nelle esercitazioni tecnico-tattiche possono essere impiegati sul campo di gioco al massimo 14 atleti contemporaneamente (8 atleti nel beach handball), gli altri atleti presenti nel sito di allenamento devono sostare al di fuori del campo di gioco (panchina, sala pesi, ecc.) mantenendo sempre un distanziamento di almeno 2 metri tra loro e con gli altri operatori sportivi. Si precisa che sebbene siano consentite le fasi di gioco che prevedano il contatto diretto degli atleti, tali fasi devono essere limitate al massimo. Inoltre il distanziamento tra gli atleti nelle altre fasi dell'allenamento ed al di fuori dal campo di gioco, ma all'interno del sito di allenamento, hanno lo scopo di limitare al massimo il rischio di contagio riducendo il più possibile il tempo di possibile esposizione all'agente virale.



COMPETIZIONI

Così come disposto dal citato DPCM 11 Giugno 2020, lettera e, a partire dal 12 Giugno 2020 sono consentiti esclusivamente gli eventi e le competizioni sportive riconosciute di interesse nazionale dal Comitato olimpico nazionale italiano (CONI), dal Comitato Italiano Paralimpico (CIP) e le competizioni ufficiali, ivi comprese le attività ad esse propedeutiche, riconosciute dalle rispettive federazioni, ovvero organizzati da

organismi sportivi internazionali ma solo a porte chiuse ovvero all'aperto senza la presenza di pubblico, sempre nel rispetto delle norme previste dal presente Protocollo.

GESTIONE DELLE TERAPIE FISICHE E DELLA SALA MEDICA

- Il fisioterapista non può essere presente sul campo di allenamento ma deve rimanerne al di fuori, con mascherina chirurgica, guanti monouso, e possibilmente, occhiali protettivi o visiera;
- In caso di necessità, tipo infortunio che avviene sul campo di allenamento o comunque all'interno del sito sportivo, il fisioterapista ed il Medico Sociale, se presente, possono intervenire per le misure di primo soccorso; gli altri atleti e i tecnici presenti devono mantenere una distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato, a meno di situazioni di emergenza; nel caso in cui l'atleta non possa tornare ad allenarsi, deve essere trasportato nella sala medica dal fisioterapista e dal Medico Sociale o, in sua assenza, da un tecnico (anch'esso dotato di mascherina chirurgica, guanti monouso e, possibilmente, occhiali protettivi o visiera); da questo momento l'atleta infortunato deve indossare nuovamente la mascherina chirurgica. Nella sala medica l'atleta infortunato deve essere monitorato e controllato dal sanitario e dovranno essere messe in atto tutte le procedure e/o accertamenti ritenuti necessari;
- Le metodiche fisioterapiche strumentali devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere effettuata alla fine di ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato;
- Alla fine di ogni trattamento il fisioterapista deve cambiare sia i guanti che la mascherina, mentre la visiera o occhiali protettivi devono essere sanificati;
- I lenzuolini coprilettino devono essere usa e getta e il lettino deve essere sanificato dopo ogni trattamento;
- Nella sala medica può accedere solamente un atleta per volta, indossando sempre la mascherina chirurgica;
- Deve essere prevista una turnazione/programmazione tra gli atleti che necessitano di trattamenti fisioterapici al fine di evitare assembramenti;
- Il materiale di consumo utilizzato dal fisioterapista deve essere gettato negli appositi contenitori per i materiali potenzialmente infetti che devono essere forniti dal Gestore del sito sportivo;
- La sala medica deve essere dotata di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro, al fine di effettuare la massima ventilazione possibile e per sanificare i macchinari e il lettino, deve passare un tempo di almeno 15 minuti • la sala medica deve essere interamente sanificata almeno una volta al giorno.

PALLAVOLO – BEACH VOLLEY

All'interno dell'impianto, per le sedute di allenamento, potranno essere ammessi i seguenti operatori sportivi:

Beach Volley

- Per il Beach Volley si deve distinguere il singolo campo dall'impianto generale, che può avere anche più campi.

Nell'impianto:

- Il COVID Manager



- Il Fisioterapista
- Il Medico Sociale
- Il Custode dell'impianto

Nel singolo campo:

- Atleti in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.
- Due tecnici per max 8 atleti presenti (rapporto 1 a 4 e comunque max 4 atleti per ogni metà campo)
- Il Preparatore Fisico

Si ricorda che in impianti con più campi è necessario regolamentare il flusso in entrata ed in uscita dal singolo campo evitando assembramenti, oltre che garantire un numero adeguato di servizi igienici di pertinenza di ciascun campo.

Pallavolo:

- Il COVID Manager
- ATLETI in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM18/02/82) in corso di validità.

- Due Tecnici per max 14 atleti presenti (rapporto 1 a 7)
- Il Preparatore Fisico
- Il Fisioterapista
- Il Medico Sociale
- Il Custode dell'Impianto.

Non è ammessa la presenza di personale non direttamente coinvolto nell'attività sportiva.

Laddove fosse strettamente necessaria l'ammissione di alcune persone (ad esempio addetti al campo, manutentori, etc), le stesse si dovranno attenere scrupolosamente alle indicazioni relative alle modalità di accesso degli operatori sportivi.

Visitatori e accompagnatori non possono essere ammessi all'interno dell'impianto.

Richiedere agli operatori sportivi, per quanto possibile l'utilizzo, di mezzi di trasporto privati e singoli, sia per accedere al sito sportivo, sia per gli spostamenti in ambito privato.

Da ridurre quanto più possibile l'utilizzo di macchine comuni e soprattutto dimezzi pubblici (in tale caso risulta necessario rispettare scrupolosamente le norme comportamentali previste).

Precauzioni Igieniche Personali

- Lavarsi frequentemente le mani;
- Indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti, in base al carico metabolico e in base alla indossabilità del dispositivo stesso;
- Mantenere la distanza interpersonale;
- Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;
- Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini. o borse personali e, una volta rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;
- Non consumare cibo all'interno dell'impianto.
- Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso. Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia nei servizi igienici.



- Igienizzare e pulire frequentemente il pallone e l'attrezzatura utilizzata, con particolare riguardo al tappeto di gioco.

Raccomandazioni per gli ATLETI:

gli atleti devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e guanti monouso.

La mascherina dovrà essere indossata anche durante l'allenamento, seppur individuale, qualora non fosse possibile rispettare la distanza di sicurezza di 2 metri in tutte le fasi della seduta, mentre occorrerà dotarsi di un altro paio di guanti monouso (che non verranno utilizzati durante l'allenamento) da indossare alla fine dell'attività.

In caso di attività in Sala Pesi, questa dovrà essere svolta sempre indossando guanti monouso, e la postazione dovrà essere sempre pulita al termine del singolo utilizzo.

Raccomandazioni per lo STAFF:

i componenti dello Staff devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e con guanti monouso.

La mascherina e i guanti dovranno essere tenuti per tutta la durata dell'allenamento e disinfettati con gel in caso di interazione dell'attrezzatura di atleti diversi.

Fondamentale il mantenimento della distanza interpersonale prevista.

EVENTUALI ALTRE PERSONE:

è obbligatorio l'uso della mascherina chirurgica e dei guanti monouso, per tutto il periodo di permanenza presso l'impianto, e il rispetto delle distanze sopra definite. Tutti i dispositivi di sicurezza sopra menzionati, andranno smaltiti in maniera adeguata. Va quindi organizzato un sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine, guanti ecc.).

Modalità di Allenamento

Le modalità di allenamento sono in costante aggiornamento in parallelo con l'evoluzione epidemica e sulla base delle indicazioni governative emanate, ed è riferibile a tutte le discipline della Federazione Italiana Pallavolo:

BEACH VOLLEY

Questa pagina del protocollo, che si riferisce alle possibili modalità di allenamento sarà in costante aggiornamento in parallelo con l'evoluzione epidemica e sulla base delle indicazioni governative emanate, ed è riferibile a tutte le discipline della Federazione Italiana Pallavolo:

1. Tutte le forme di preparazione fisica in presenza:
 - a. nelle sale pesi ad uso esclusivo, nel rispetto delle regole di accesso limitato, uso dei DPI (mascherina e guanti monouso), distanza di sicurezza di almeno 2 metri, pulizia e disinfezione degli attrezzi al termine di ogni esercizio e tra una sessione e un'altra di allenamento,
 - b. nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti,
 - c. individualmente, nella propria residenza, da remoto.
2. Tutte le forme individuali di allenamento tecnico individuale;
3. Qualsiasi esercitazione o gioco guidato in cui sia rispettata la distanza di sicurezza di almeno 2 metri; è consentito anche il 2vs2 non prevedendo "attacco contro muro" o "la ricezione in zone di conflitto", salvo che non venga indossata la mascherina

Modalità di svolgimento delle Attività:

1. MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA: come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo;
2. SOLO PER GLI ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE: RACCOMANDATO il ricorso a TEST SIEROLOGICI preventivi allo svolgimento dell'attività, pur non rappresentando questi stessi una



certificazione di immunità (come previsto dalle attuali indicazioni scientifiche); nello svolgimento di tale attività preventiva, dovranno essere seguiti gli iter protocollari previsti dal sistema sanitario nazionale;

3. **UTILIZZO DELLA MASCHERINA** qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.

4. **DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO:** è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

5. **RACCOMANDATA** la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.

6. **RACCOMANDATO** L'uso del cappellino o di fasce assorbisudore; 7. **RACCOMANDATO** l'uso degli occhiali;

8. **RACCOMANDATA**, laddove possibile, la presenza sul campo di un "punto acqua" che consenta agli atleti la frequente pulizia del viso e del corpo (sabbia, sudore, ecc.);

9. Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia e disinfezione.

10. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento – pulizia – disinfezione del campo di gioco devono entrare al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento e devono uscire dallo stesso entro 5 Minuti del termine dello stesso.

PALLAVOLO

Alto livello (serie A e squadre Nazionali), Campionati Nazionali (Serie B) e Under 19

1. Tutte le forme di preparazione fisica in presenza:

a. nelle sale pesi ad uso esclusivo, nel rispetto delle regole di accesso limitato, uso dei DPI (mascherina e guanti monouso), distanza di sicurezza di almeno 2 metri, pulizia e disinfezione degli attrezzi al termine di ogni esercizio e tra una sessione e un'altra di allenamento,

b. nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti,

c. sul campo di gioco mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri;

d. individualmente, nella propria residenza, da remoto.

2. Tutte le forme di allenamento tecnico individuale;

3. Tutte le forme di allenamento in gruppi, esercizi sintetici e tutte le forme di gioco 6 vs 6 purché ci sia il rispetto imprescindibile delle regole 3, 4, 5 sotto riportate.

Modalità di svolgimento delle attività:

1. **MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA:** come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo;

2. **RACCOMANDATO** il ricorso a TEST SIEROLOGICI preventivi allo svolgimento dell'attività, pur non rappresentando questi stessi una certificazione di immunità (come previsto dalle attuali indicazioni scientifiche); nello svolgimento di tale attività preventiva, dovranno essere seguiti gli iter protocollari previsti dal sistema sanitario nazionale;

3. **UTILIZZO DELLA MASCHERINA** qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.

4. **DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO:** è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo



svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

5. RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.

6. Utilizzo SCARPE dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita)

7. Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione.

8. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento – pulizia – disinfezione - sanificazione del campo di gioco devono entrare al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.

Campionati di Serie (Regionali e Territoriali) - Campionati di Categoria fino all'under 17 (compresa) - Attività Promozionale

In considerazione che l'attività di queste categorie riprenderà presumibilmente non prima della fine di agosto/inizio di settembre, nel periodo indicato in questo protocollo (ovvero fino al 14 luglio 2020), sarà

possibile svolgere le seguenti attività in rispetto delle regole sotto riportate:

1. Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.
2. È raccomandato, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti.
3. Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali
4. Tutte le forme di allenamento tecnico individuale con esercizi ANALITICI garantendo il rispetto delle regole 2, 3 e 4 sotto riportate;
5. Tutte le forme di esercizi in coppie o terne garantendo il rispetto delle regole 2, 3 e 4 sotto riportate;
6. Tutte le forme di esercizi SINTETICI, dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti (interventi situazionali in difesa, ricezione, il muro solo individuale, ecc.): è possibile il passaggio della palla tra gli atleti rispettando le regole 2, 3 e 4 sotto riportate.
7. La Preparazione Fisica:
 - Nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti;
 - Sul campo di gioco mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri;
 - individualmente, nella propria residenza, da remoto.

Modalità di svolgimento delle attività

1. MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA: come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo";
2. UTILIZZO DELLA MASCHERINA qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.
3. DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO: è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.
4. RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.
5. Utilizzo SCARPE dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).
6. Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione.
7. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento – pulizia - disinfezione – sanificazione del campo di gioco devono entrare al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.



Gestione delle Terapie Fisiche

- Il fisioterapista non potrà essere presente nel campo di allenamento ma deve rimanere al di fuori, con i dispositivi di protezione individuale e con la dotazione di primo intervento (ghiaccio, tape, cerotti, ecc.).
- In caso di necessità, tipo infortunio che avviene sul campo di allenamento, il fisioterapista può intervenire per le misure di primo soccorso (tipo tape, ghiaccio, fasciature ecc), essendo sempre munito di guanti, mascherina chirurgica, e possibilmente visiera o occhiali protettivi. In questo caso, si raccomanda fortemente che gli altri atleti e tecnici, siano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Nel caso in cui l'atleta non possa tornare ad allenarsi, deve essere trasportato in una sala, o in mancanza, in uno spazio adibito al primo soccorso, accompagnato da un tecnico (sempre dotato di mascherina chirurgica e guanti) e dal fisioterapista. Da questo momento, l'atleta infortunato, deve indossare la mascherina chirurgica. In questo spazio l'atleta deve essere monitorato e controllato dal sanitario, in modo da predisporre, in caso di dubbi, un intervento medico e/o strumentale tipo RX, ecografia, ecc.
- Le metodiche fisioterapiche strumentali, devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve e ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato.
- Il terapeuta deve essere sempre munito di mascherina, guanti e possibilmente visiera o occhiali protettivi. Alla fine di ogni trattamento, sia i guanti e la mascherina, devono essere cambiati, mentre per quanto riguarda la visiera o occhiali, devono essere sanificati.
- I lenzuolini copri-lettino, devono essere usa e getta e il lettino, una volta tolta la carta, deve essere sanificato.
- Il locale adibito deve essere dotato di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro, al fine di effettuare la massima ventilazione possibile e per sanificare i macchinari e il lettino, deve passare un tempo di almeno 15 minuti.
- In caso di indicazione massoterapica, questa deve essere eseguita, sempre con la dotazione vista in precedenza, compresi i guanti in lattice.
- Gli atleti che devono effettuare terapie masso-fisioterapiche, devono avere guanti e mascherina chirurgica.
- Il materiale di consumo, deve essere gettato negli appositi contenitori.

PESCA SPORTIVA

L'allenamento è previsto solo se individuale, a meno che non si tratti di persone conviventi, con mantenimento della distanza di sicurezza interpersonale di almeno due metri.

Sarà possibile la presenza di un accompagnatore per i minori o per le persone non completamente autosufficienti.

Per la natura stessa dei luoghi in cui si svolge la pesca sportiva, esclusivamente all'aria aperta, non sono previste particolari criticità dei siti di allenamento, prescrivendo comunque ed in modo assoluto il divieto di assembramento in luoghi di transito o sosta prima del raggiungimento del sito di pesca o sul sito stesso. Al fine di svolgere l'allenamento, è consentito spostarsi con mezzi di trasporto, sempre individualmente, per raggiungere il luogo individuato per esercitare tale attività.

Non è consentito svolgere allenamenti fuori dalla propria Regione.

Le principali misure di prevenzione del contagio da adottare, oltre al distanziamento sociale, anche nel caso in cui l'allenamento si svolga a bordo di imbarcazioni, sono:

- igienizzare frequentemente le mani (si consiglia l'uso di soluzione detergente) e dell'attrezzatura sportiva e di tutte le superfici con le quali si viene a contatto;
- indossare guanti mono uso, mascherine o visiere;
- non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;



- starnutire o tossire in un fazzoletto o nella piega interna del gomito;
- bere solo da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- non disperdere nell'ambiente fazzolettini di carta o altri materiali usati;
- non consumare cibo sul sito di pesca o in aree comuni.

Nel caso in cui l'allenamento si svolga in un impianto sportivo, il responsabile, gestore o proprietario, dello stesso dovrà:

- adottare regole di accesso, transito e stazionamento nel sito che evitino assembramenti o contatti nelle aree di pesca o nelle zone comuni;
- prevedere delle comunicazioni informative da affiggere nel sito sportivo, in particolare nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di pesca;
- prevedere sistemi di raccolta dedicati ai rifiuti potenzialmente infetti e di smaltimento in sicurezza (fazzoletti monouso, mascherine/visiere etc.);
- prevedere pulizia e sanificazione giornaliera del sito;
- vietare contatti ravvicinati tra operatori, guardie e atleti;
- vietare lo scambio di attrezzatura sportiva;
- adottare procedure di organizzazione, controllo e vigilanza favorendo tecnologie digitali;
- prevedere luoghi di isolamento temporaneo per coloro che dovessero manifestare l'insorgere di sintomi durante l'attività di pesca;
- prevedere una procedura temporanea di trattamento per coloro che dovessero manifestare l'insorgere di sintomi durante l'attività sportiva.

TENNIS – BEACH TENNIS

Tutti gli atleti sono invitati a rispettare le seguenti regole:

Prima di Giocare

- Pulire a fondo il proprio materiale di gioco;
- Lavare o disinfettare le mani;
- Mantenere sempre la distanza di sicurezza dagli altri giocatori;
- Rispettare le disposizioni Statali, Locali e del Circolo;
- Portare in campo la propria bottiglia d'acqua e bere solo da quella;
- Non toccare le recinzioni prima di entrare in campo.

Durante il Gioco

- Indossare un guanto sulla mano non dominante *oppure* disinfettare le mani ogni fine game;
- Non toccarsi la faccia con le mani;
- Usare racchetta e il piede per raccogliere le palline e mandarle all'avversario;
- Utilizzare le panchine ai lati opposti;
- Salutare e ringraziare usando soltanto la racchetta. **Dopo aver Giocato**
- Cambiare subito l'overgrip della racchetta;
- Lavare o disinfettare le mani;
- Vista la difficoltà di avere uno spogliatoio sanificato per ogni atleta la pulizia personale deve essere effettuata presso la propria abitazione.



TENNIS TAVOLO

Allestimento della palestra

- L'area di gioco deve essere minimo di m 4.5 x 9, delimitata da transenne (aree di gioco a distanza minima di 2 m);
- Nell'area possono stare solo i 2 giocatori. L'allenatore sta all'esterno delle transenne, minimo a 2m;
- Il montaggio e smontaggio delle aree di gioco deve essere effettuata con guanti monouso e mascherina chirurgica.

Spogliatoi, docce, servizi igienici e locali di servizio

- Gli spogliatoi e le docce non possono essere utilizzati;
- I water e i lavandini possono essere utilizzati solo a condizione che sia assicurata la continua pulizia e disinfezione degli stessi. Ogni lavandino deve disporre di sapone a sufficienza;
- Eventuali locali che fungono da magazzino per i materiali di gioco (racchette, palline, retine, ecc.) o per l'abbigliamento di gioco devono rimanere chiusi.

Materiale tecnico

- Ogni giocatore deve portare la propria racchetta;
- Le racchette non possono essere scambiate per nessun motivo. Dopo l'allenamento ogni giocatore deve lavare la propria racchetta con acqua e sapone;
- L'allenatore deve portare le palline, previamente disinfettate, per metterle a disposizione dei giocatori;
- Finito l'allenamento, l'allenatore o i giocatori devono lavare le palline utilizzate con acqua e sapone (o le disinfettano) e lavarsi accuratamente le mani;
- Il tavolo non deve essere toccato durante l'allenamento.

Pulizia dei tavoli

- Al termine di ogni singola sessione di allenamento (cioè ad ogni cambio dei singoli atleti impegnati) i tavoli utilizzati devono essere adeguatamente puliti/disinfettati con soluzioni idroalcoliche o a base di cloro e con comuni detergenti.

Ristoro

- Ogni giocatore deve portare la propria borraccia (non cedibile ad altri) e i propri snack;
- Le regole di distanziamento sociale sono da rispettare anche nei momenti di pausa.

Tragitto e accesso alla palestra

- Si consiglia ai giocatori e agli allenatori di recarsi in palestra a piedi o con la bicicletta;
- I giocatori possono entrare in palestra al massimo 5 minuti prima dell'inizio dell'allenamento;
- I giocatori devono lasciare la palestra al massimo 5 minuti dopo la fine dell'allenamento;
- Nel caso in cui siano previsti più gruppi, gli orari di allenamento devono essere coordinati in modo da evitare assembramenti e incroci a inizio o fine allenamento (deve essere prevista una pausa di 10 minuti tra una occupazione dei tavoli e quella successiva).

Linee guida per le associazioni/società sportive

- Ogni società nomina un "Responsabile del protocollo COVID-19" (può essere anche l'allenatore);
- Non possono essere svolti allenamenti di doppio;
- Tutti i giocatori per potersi allenare devono prenotarsi al Responsabile del protocollo Covid-19, che deve registrare tutti gli orari, compilare una lista dei presenti e archivarla.

Linee guida per i giocatori

- Solo i giocatori totalmente asintomatici possono partecipare agli allenamenti;
- Ogni giocatore deve portare il proprio disinfettante;
- È vietato asciugare il sudore delle mani sul tavolo;
- È vietato respirare/soffiare/alitare sulla pallina;
- L'asciugamano utilizzato per il sudore del viso può essere utilizzato solo con la mano che tiene la racchetta, non con quella che regge la pallina e non può appoggiato sul tavolo;



- Nel corso del gioco la mano libera non può essere portata al viso. Si consiglia di indossare un guanto nella mano libera (per ricordarsi di non toccare il viso e l'asciugamano);
- Durante l'allenamento è vietato cambiare lato del tavolo;
- Non è consentita nessuna stretta di mani o battito di mani al termine dell'allenamento;
- Prima e dopo l'allenamento i giocatori devono lavarsi bene le mani;
- I rifiuti sono da portare a casa o devono essere smaltiti secondo le procedure.

Informazioni per i genitori e i visitatori

- I genitori possono accompagnare i figli in palestra ma devono lasciarli subito; nessun visitatore può essere ammesso, per alcun motivo, nel luogo di allenamento.

Informazioni per l'allenatore

Deve indossare obbligatoriamente la mascherina chirurgica, **preferibilmente con una sezione di protezione trasparente all'altezza delle labbra per facilitare la comunicazione (lettura labiale).**

- Può allenare un massimo di 4 giocatori. Se ci sono due gruppi di allenamento nella stessa palestra, i gruppi non devono mai mischiarsi;
- Sono consentiti solo allenamenti di singolo e non di doppio;
- Non può avere nessun contatto fisico con i giocatori;
- Il multiball è consentito solo nelle sessioni di allenamento individuale e l'allenatore deve indossare un guanto monouso sulla mano libera. Il giocatore non deve toccare le palline.

TERMINI CONCLUSIVI

Gli atleti debbono rispettare tassativamente tutte le suddette condizioni federali ed attenersi in modo particolare alle prescrizioni contenute nelle linee guida per gli atleti ed alle relative note di approfondimento in merito a chi ha contratto il COVID19.

IL PRESENTE REGOLAMENTO È SOGGETTO AD AGGIORNAMENTI DERIVANTI DA NUOVE DISPOSIZIONI LEGISLATIVE O FEDERALI.