



Protocollo Specifico per la Prevenzione del Rischio Epidemiologico da COVID-19

SEZIONI GIOVANILI di Catanzaro e Lamezia Terme

In ottemperanza alla legislazione speciale vigente nell'attuale stato di emergenza nazionale, considerate le *Linee-Guida* dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri del 3 maggio 2020 e 19 maggio 2020, richiamate le linee guida delle Federazioni di riferimento delle discipline sportive, in osservanza del quadro normativo relativo alla riapertura in sicurezza delle palestre e dei centri sportivi garantendo i necessari standard di sicurezza si adotta il seguente:

Protocollo Specifico per la Prevenzione del Rischio Epidemiologico da COVID-19 PALESTRA

Sicurezza e formazione

Tutto il personale è stato formato così da garantire il rispetto e l'attuazione del protocollo di sicurezza.

Sanificazione spazi ed attrezzature

Prima della riapertura è stata effettuata una sanificazione certificata di tutti gli spazi ed attrezzi presenti in palestra.

Igienizzazione giornaliera e pulizia

È stato predisposto uno specifico servizio di sanificazione e di costante igienizzazione della palestra e degli spogliatoi.

Aerazione degli ambienti

Sarà garantita, durante tutta la giornata, un'aerazione adeguata in tutta la palestra, anche con l'ausilio di sistemi meccanici di ventilazione. Non sono previsti sistemi di ricircolo dell'aria.

Posizionamento attrezzature

È stato riorganizzato il posizionamento delle attrezzature di allenamento così da garantire il giusto distanziamento sociale.

Prodotti igienizzanti

Sono stati messi a disposizione dei frequentatori gel disinfettanti per le mani, che si troveranno all'ingresso della palestra e vicino ai tatami.

E' stato inoltre messo a disposizione degli utenti prodotti igienizzanti per la pulizia delle attrezzature utilizzate per l'allenamento.

Spogliatoi

Agli spogliatoi potranno accedere **massimo 3** persone alla volta, utilizzando le postazioni segnalate in modo da mantenere la distanza di sicurezza.

Indumenti ed effetti personali non possono essere lasciati su panchine e appendiabiti. Gli stessi dovranno essere custoditi in appositi sacchetti, a cura degli utenti.

L'uso delle docce sarà consentito, nel rispetto delle restrizioni e limitazioni specificate con apposita cartellonistica e segnaletica.

Rilevazione temperatura

E' obbligo di ogni singolo atleta/frequentatore rilevare la temperatura in modalità autodiagnostica e precedentemente ad ogni accesso alle strutture sportive.

Sarà cura dell'interessati di redigere e consegnare al personale preposto apposita autocertificazione attestante che la temperatura corporea rientri nei valori previsti dagli standard di sicurezza delle norme di prevenzione Anti Covid.

Direttive per tutti i frequentatori della palestra

L'accesso in palestra non è consentito:

- alle persone con **temperatura uguale o superiore a 37,5°C** o altri sintomi riconducibili al contagio da COVID-19;
- a chiunque negli ultimi 14 giorni abbia avuto contatti con casi accertati o sospetti di Covid-19;
- a soggetti sottoposti a quarantena.

I soggetti che sono stati affetti da Covid-19 devono presentare documentazione rilasciata dalla ASP di appartenenza, attestante la guarigione e l'autorizzazione ad interrompere l'isolamento fiduciario;

- all'ingresso dovrà essere presentata al personale un'**autodichiarazione** attestante la conoscenza ed il rispetto delle prescrizioni previste dai Protocolli di sicurezza delle Sezioni sportive, un'autocertificazione attestante l'avvenuta misurazione della temperatura, ed il consenso relativo al trattamento dei dati (i dati saranno conservati per 30 giorni);
- durante l'allenamento mantenere sempre il distanziamento di sicurezza di **almeno 2 metri**;
- **pulire gli attrezzi utilizzati** al termine di ogni esercizio con gli appositi prodotti igienizzanti messi a disposizione dalla struttura;
- per la pratica sportiva in palestra è necessario utilizzare un paio di **scarpe dedicate** allo scopo, da indossare prima dell'inizio dell'attività;
- presentarsi in struttura con la **mascherina** e possibilmente già cambiati per l'allenamento per evitare o ridurre al minimo la permanenza negli spogliatoi;
- nella sala pesi sarà obbligatorio l'uso del **tappetino** e dell'**asciugamano personale**;
- attenersi alle indicazioni fornite dagli istruttori e rispettare scrupolosamente le prescrizioni contenute nei regolamenti, nella segnaletica e nella cartellonistica esposta.



Presidenza del
Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE
MANI, ANCHE ATTRAVERSO
APPPOSITI DISPENSER DI GEL
DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA DI
1 MT IN CASO DI ASSENZA DI
ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI
MONOUSO O BOTTIGLIE
PERSONALIZZATE



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 RIENTRATO A CASA,
LAVARLI SEPARATAMENTE
DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA
ADEGUATA ALL'INTENSITÀ
DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE
NON INFERIORE
A 2 MT



GETTARE SUBITO IN
APPPOSITI CONTENITORI I
FAZZOLETTINI DI CARTA O
ALTRI MATERIALI USATI
(BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN
"SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI"
(ES. FAZZOLETTI MONOUSO,
MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI
SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE
PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI
DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET,
ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI
EFFETTI PERSONALI E DI NON
CONDIVIDERLI (BORRACCHE,
FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE
ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO
TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI
E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E
SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it