

PROTOCOLLO DI SICUREZZA ANTI CONTAGIO COVID -19: ATTIVITÀ SPORTIVE DI TENNIS, FITNESS, NUOTO, ATLETICA, TENNIS TAVOLO, PALLAVOLO, PALLACANESTRO, CALCIO, BEACH VOLLEY E JUDO E ARTI MARZIALI.

14 Settembre 2020

A. PREMESSE DOCUMENTI RICHIAMATI E COVID MANAGER

Il presente protocollo (di seguito "Protocollo") è redatto per consentire gli allenamenti, l'attività sportiva di base, l'attività motoria in genere e l'utilizzo degli impianti Sisport siti in Torino, Via Pier Domenico Olivero 40 e Settimo Torinese Via Santa Cristina 1 (di seguito "Impianti") limitatamente alle attività sportive di tennis, fitness, nuoto, atletica, tennis tavolo, pallavolo, pallacanestro, calcio beach volley, Judo e arti marziali e definisce le misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del COVID-19 negli ambienti sportivi e nei citati impianti.

Tutto il personale, gli atleti, gli utenti, i soci e i fornitori sono tenuti ad uniformarsi alle disposizioni del Protocollo con consapevole, costante e collaborativa puntualità.

E' consentito l'accesso solo a atleti, utenti, soci, fornitori, allenatori, addetti e personale Sisport, negli spazi e secondo le modalità prescritte nel presente Protocollo.

E' predisposta una adeguata informazione su tutte le misure di prevenzione da adottare negli Impianti.

Onde evitare condizioni di assembramento e aggregazioni, **l'accesso agli Impianti e alle attività sportive ivi svolte sarà consentito solo tramite prenotazione.**

Il presente Protocollo richiama espressamente i seguenti documenti che ne formano parte integrante:

- a) Accordo FCA N.V. e Organizzazioni sindacali nazionali FIM-CISL, UILM-UIL, FISMIC, UGLM, AQCFR e FIOM-CGIL del 09/04/2020;
- b) Protocolli redatti dalle Federazioni e Enti di Promozioni Sportiva a cui Sisport è affiliata;
- c) DVR Sisport rischio specifico Covid-19;
- d) DPCM del 08/08/2020;
- e) Linee Guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020. Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali;
- f) Linee Guida. Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra. Emanate ai sensi del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 17 Maggio 2020, art.1, lett. e);
- g) Linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere. Emanate ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art. 1 lettera f);
- h) Linee Guida per la riapertura delle Attività Economiche, Produttive e Ricreative (Documento 20/151/CR10a/COV19) Conferenza delle Regioni e delle Province Autonome aggiornato al 06/08/2020).
- i) Decreto del Presidente della Giunta Regionale n.82 del 17 luglio 2020 e seguenti.

Viene istituita la figura del COVID MANAGER che, sulla base di delega dell'Amministratore Delegato di Sisport, ha il compito di coordinare e verificare il rispetto delle disposizioni riportate nel presente protocollo finalizzate a prevenire la diffusione del contagio da COVID-19.

In particolare, a titolo esemplificativo e non esaustivo, il COVID MANAGER ha le seguenti competenze:

- verifica della misurazione della temperatura all'ingresso;
- verifica del corretto utilizzo dei DPI;
- verifica delle procedure di accesso all'impianto;
- verifica dell'organizzazione degli spogliatoi, nel pieno rispetto delle indicazioni normative di riferimento
- raccolta delle autocertificazioni;
- redazione del registro delle presenze degli utenti e operatori sportivi (atleti, tecnici, dirigenti, ecc.);
- custodia del registro delle presenze degli utenti e operatori sportivi (atleti, tecnici, dirigenti, ecc.) per un periodo di tempo non inferiore a 15 gg.;
- verifica della corretta esecuzione dell'attività di pulizia, disinfezione e sanificazione;
- verifica del corretto svolgimento dell'attività di allenamento;
- verifica della predisposizione del materiale informativo e relativi aggiornamenti;
- attuazione delle procedure relative alla gestione dell'atleta sintomatico.

In relazione alle necessità di Sisport e alla tipologie di attività tempo per tempo riavviate, l'incarico di COVID MANAGER potrà essere assegnato a più soggetti.

La/le persona/e incaricate del ruolo di COVID MANAGER è comunicato a tutti gli operatori di Sisport e sarà in ogni caso identificabile tramite indicazioni e cartellonistica visibile in molteplici zone dell'impianto.

B. OBBLIGHI, CONDOTTE GENERALI E PRATICHE IGENICHE

Gli utenti devono dichiarare di non essere stati affetti da COVID-19.

Gli utenti che sono stati affetti da COVID-19 devono presentare la documentazione della ASL di appartenenza di guarigione e di autorizzazione a interrompere l'isolamento fiduciario.

Gli utenti dovranno dichiarare l'assenza di esposizione personale a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19 negli ultimi 14 giorni.

E' vietato l'accesso ai soggetti in quarantena.

La temperatura corporea sarà misurata agli utenti ad ogni accesso; alle persone con una temperatura superiore a 37,5°C l'accesso non sarà consentito e dovranno consultare il proprio medico.

Gli utenti dovranno tenere la propria mascherina sino all'inizio dell'attività sportiva, depositarla dentro un sacchetto monouso per indossarla nuovamente al termine ad esclusione dei minori di età inferiore ai 6 anni.

Gli utenti dovranno rispettare le indicazioni ai sensi dell'allegato 16 del DPCM 17/05/2020 (Misure igienico-sanitarie) di seguito ritrascritte:

- 1. lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani;*
- 2. evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;*
- 3. evitare abbracci e strette di mano;*
- 4. mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro;*
- 5. praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);*
- 6. evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;*
- 7. non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;*
- 8. coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;*
- 9. non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;*
- 10. pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;*
- 11. è fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, utilizzare protezioni delle vie respiratorie come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale igienico-sanitarie.*

Gli utenti devono seguire la segnaletica orizzontale con linee di rispetto.

Gli utenti sono tenuti a rispettare le regole di igiene e le buone prassi.

Atleti, utenti, soci, fornitori, allenatori, addetti accederanno agli Impianti già cambiati. Gli indumenti non utilizzati per l'allenamento andranno riposti in una sacca personale da riporre possibilmente in un proprio mezzo o comunque distanziata rispetto ad altre.

All'interno degli Impianti è obbligatorio tenere le seguenti condotte e buone pratiche igieniche:

- lavarsi frequentemente le mani anche tramite gli appositi gel disinfettanti;
- mantenere una distanza interpersonale di almeno 1 metro e di almeno 2 metri durante l'attività fisica;
- mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'atto motorio, al carico metabolico e alle altre misure di mitigazione disponibili;
- non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto starnutire o tossire 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;
- bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati).

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche:

- verrà messo a disposizione un sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine);

- saranno dislocati gel disinfettanti;

È vietato lo scambio di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.) tra operatori sportivi e personale comunque presente negli Impianti

Coloro che praticano l'attività hanno l'obbligo di:

- mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;
- disinfettare i propri effetti personali e non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi);
- arrivare nell'impianto già vestiti adeguatamente all'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, segnaletica fissa, muri e recinzioni.

C. INFORMAZIONE

A. Informazione preventiva.

Vengono fornite le seguenti informazioni preventive e generali a tutti gli atleti, utenti, soci, fornitori, allenatori, addetti e personale Sisport, cui ciascuno si deve attenere:

- a) l'obbligo per ciascuno di non fare ingresso nella sede e di rimanere al proprio domicilio in caso di positività al virus o di sottoposizione alle misure della quarantena o dell'isolamento fiduciario (ad esempio, per contatto stretto con persone positive o nell'ipotesi di ingresso in Italia da Paese estero) nonché in presenza di febbre oltre 37.5° o di altri sintomi influenzali (prendendo contatto, in questo caso, con il medico curante e/o altra Autorità sanitaria indicata dalla normativa in vigore) nonché in caso di contatti negli ultimi 14 giorni con soggetti risultati positivi al COVID 19 o che provengano da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS;
- b) il divieto di permanenza presso l'impianto sportivo al manifestarsi dei sintomi febbrili/influenzali di cui al punto precedente avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;
- c) l'impegno a rispettare tutte le disposizioni emanate (in particolare, quelle concernenti il distanziamento sociale, le regole di igiene delle mani e gli altri comportamenti corretti sul piano dell'igiene);
- d) il divieto di accesso all'impianto sportivo nel caso in cui, all'ingresso, la temperatura corporea sia superiore a 37.5°;
- e) l'obbligo di seguire le seguenti buone pratiche di condotta e di igiene:
 - lavarsi frequentemente le mani, anche attraverso appositi dispenser di gel disinfettanti;
 - mantenere la distanza interpersonale minima di 1 mt in caso di assenza di attività fisica;
 - mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;
 - 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;
 - non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
 - 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;
 - bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
 - gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati);
 - non scambiare dispositivi (tablet e smartphone);
 - disinfettare i propri effetti personali e non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi);
 - arrivare nell'impianto già vestiti adeguatamente all'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, segnaletica fissa, muri e recinzioni.

B. Informazione all'interno dell'impianto sportivo

All'interno degli Impianti sono presenti informazioni specifiche e precisamente.

- Cartellonistica relativa a:

- a) disposizioni generali sulle norme di comportamento;
- b) numero delle persone che possono accedere nelle varie aree;
- c) percorsi da seguire;

- d) certificazioni della sanificazione;
- e) prescrizioni e istruzioni di igiene suggerite dal Ministero della Salute.

- Informazione generale rispetto a:

- a) l'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37.5°C) o altri sintomi influenzali e di chiamare il proprio medico;
- b) il divieto di accesso a chi, negli ultimi 14 giorni, abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19 o provenga da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS2;
- c) la consapevolezza di non poter fare ingresso o di poter permanere nell'impianto sportivo e di doverlo dichiarare tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, temperatura);
- d) l'impegno a rispettare tutte le disposizioni e in particolare, mantenere la distanza di sicurezza, osservare le regole di igiene delle mani e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene;
- e) lavarsi spesso le mani;
- f) coprire le vie aeree quando si tossisce e starnutisce;
- g) cestinare i fazzolettini di carta, una volta utilizzati;
- h) non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
- i) porre particolare attenzione all'igiene delle superfici;
- j) mantenere una distanza interpersonale di almeno 1 metro e di almeno 2 metri durante l'attività fisica;
- k) evitare contatti stretti quali abbracci o strette di mano.

D. MODALITA' DI INGRESSO

A. Controllo della temperatura

Ad ogni ingresso all'impianto sarà rilevata la temperatura corporea e non sarà consentito l'accesso a coloro che presentino una temperatura superiore ai 37,5°.

B. Autodichiarazione

Ad ogni ingresso all'impianto sarà necessario compilare e consegnare l'Autodichiarazione di assenza delle condizioni che, a norma di legge, comportano l'obbligo tassativo di rimanere al proprio domicilio (in particolare, la sottoposizione alle misure della quarantena o dell'isolamento fiduciario).

C. Distanziamento

Ad ogni ingresso sarà fatto obbligo di mantenere la distanza minima interpersonale; sono espressamente vietati assembramenti in entrata e in uscita dall'impianto; devono essere rispettate le code, sempre mantenendo la distanza minima interpersonale, e le indicazioni del personale preposto.

D. Obbligatorio l'utilizzo di mascherine

Ad ogni ingresso all'impianto sarà fatto obbligo di utilizzare mascherine per tutto il tempo di permanenza, ad esclusione del tempo dedicato all'attività sportiva e per il quale si rimanda ai protocolli di ciascuna Federazione Sportiva.

E. Transennamenti/Separatori

Aposse transenne e/o separatori saranno predisposti all'ingresso dell'impianto sportivo per evitare eventuali assembramenti in attesa dell'accesso allo stesso e garantire il rispetto del distanziamento di 1.50/2.00 m tra quanti eventualmente in attesa, come pure tra questi e il Personale di servizio.

E. UTILIZZO SPAZI E PARTI DELL'IMPIANTO

Sisport Via Pier Domenico Olivero - 40 - 10137 Torino

Spogliatoi tennis: Utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta.

Spogliatoio maschile:

- capienza ad un massimo di n°12 utenti in contemporanea.

Spogliatoio femminile:

- capienza ad un massima di n°6 utenti in contemporanea.

Spogliatoi fitness: Utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta e suddivisi come segue:

Spogliatoio femminile:

- M1: capienza ad un massimo di n°8 utenti in contemporanea.
- M2: capienza ad un massimo di n°7 utenti in contemporanea.
- M3: capienza ad un massimo di n°8 utenti in contemporanea.
- M4: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea.
- M5: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- M6: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- M7: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea.
- M8: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea.

Spogliatoio maschile:

- F1: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- F2: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- F3: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- F4: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- F5: capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea.
- F6: capienza ad un massimo di n°6 utenti in contemporanea.

Spogliatoi Calcio area 112/136 utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta e suddivisi come segue:

- Spogliatoio n°1 capienza ad un massimo di n°15 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°2 capienza ad un massimo di n°12 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°3 capienza ad un massimo di n°08 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°4 capienza ad un massimo di n°06 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°5 capienza ad un massimo di n°12 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°6 capienza ad un massimo di n°11 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°7 capienza ad un massimo di n°12 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°8 capienza ad un massimo di n°05 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°9 capienza ad un massimo di n°04 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°10 capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea

Spogliatoi Calcio Palazzetto dello Sport

- M13: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea.
- M14: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea.

Servizi igienici: utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta.

Docce: Utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta.

Campi da tennis: aperti e con la limitazione a n° 4 utenti in contemporanea per ciascun campo.

Spazi per attività all'aperto: aperti garantendo la distanza interpersonale di 2 metri.

Area Fitness:

- Gymfloor: n° 30 utenti in contemporanea;
- Sala 1: n° 15 utenti in contemporanea;
- Sala 2: n° 14 utenti in contemporanea;
- Sala 3: n° 31 utenti in contemporanea;
- Sala Postural: 5 utenti in contemporanea;

- Palazzetto dello Sport: n° 30 utenti in contemporanea;
- Sala gialla area 112: n° 25 utenti in contemporanea.

Piscine e vasca natatoria: aperte.

Vasca A:

- Per attività agonistiche accesso limitato a 7 utenti per corsia da 25 mt.
- Per attività di nuoto libero sportivo accesso limitato a 7 utenti per corsia da 25 mt.
- Per corsi di nuoto (bambini e adulti) 7 utenti per corsia da 25 mt.
- Le attività di agonismo e nuoto libero sportivo saranno svolte in corsie differenti e dedicate a ciascuna pratica.
- Le differenti corsie destinate ad agonismo e nuoto libero sportivo saranno identificate e individuabili tramite apposta segnaletica e cartellonistica.

Vasca B:

- per attività agonistiche accesso limitato a 14 utenti per corsia da 50 mt.
- per attività di nuoto libero sportivo e nuoto libero comunale accesso limitato a 14 utenti per corsia da 50 mt.
- Per corsi di nuoto (bambini e adulti) 14 utenti per corsia da 50 mt.
- accesso alla vasca per la balneazione limitato a massimo di n°120 utenti mantenendo la distanza interpersonale di 2 metri, su due fasce orarie (come da orari pubblicati su www.sisport.life) e con ingressi scaglionati onde evitare assembramenti
- Le attività di agonismo, nuoto libero sportivo, nuoto libero comunale e balneazione saranno svolte in corsie aree/vasche differenti e dedicate a ciascuna pratica.
- Le differenti corsie/aree/vasche destinate ad agonismo, nuoto libero sportivo, nuoto libero comunale e balneazione saranno identificate e individuabili tramite apposta segnaletica e cartellonistica.
- Area esterna destinata a Solarium: accesso limitato a 250 persone in contemporanea mantenendo il distanziamento sociale di 1,5 metri tra persone non appartenenti allo stesso nucleo familiare/conviventi. Gli ingressi saranno su fasce orarie (come da orari pubblicati su www.sisport.life) e con ingressi scaglionati onde evitare assembramenti
- Acquabike e acquafitness: accesso limitato a 15 utenti per ogni corso.

Spogliatoi e docce piscina: aperti nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, rispettando la distanza di almeno 1 mt ed entro i seguenti limiti massimi di utenti in contemporanea: maschili 80 utenti; femminili 80 utenti.

Campo di atletica: aperto ed accessibile mantenendo la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri e con la limitazione a n° 200 utenti in contemporanea.

Campo lanci: aperto ed accessibile mantenendo la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri e con la limitazione a n°179 utenti in contemporanea.

Capannone di atletica: pista indoor di atletica aperta ed accessibile mantenendo la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri e con la limitazione a n°23 utenti in contemporanea.

Capannone di atletica sala di muscolazione: aperto ed accessibile mantenendo la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri e con la limitazione a n°5 utenti in contemporanea.

Campo da pallavolo outdoor: aperto ed accessibile con la necessità del mantenimento della distanza interpersonale di almeno un metro, elevata a due metri durante lo svolgimento dell'attività sportiva e, in ogni caso, con capienza massima di n° 17 utenti in contemporanea.

Campo da pallacanestro outdoor: aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 12 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale.

Campo da calcio a 11:

- Campo A aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 80 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri;
- Campo B aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 80 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri.

Campo da calcio a 5:

- Campo A aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 15 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri;
- Campo B aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 15 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri;

Spogliatoi e docce calcio: aperti e utilizzabili nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, in modo da assicurare la distanza di sicurezza di 2 metri. Le docce potranno essere utilizzate anche da più atleti contemporaneamente purchè sia garantita la distanza di sicurezza di 2 metri;

Beach Volley:

- Campo A e B chiuso e non accessibile;
- Spogliatoi e docce beach volley: chiusi e non accessibili.

Palestra Judo e Arti Marziali:

- capienza 6 coppie di atleti delle quali 3 in attività in contemporanea e le rimanenti in attesa al di fuori del tatami o del Dojo;
- capienza 12 individuali di cui 4 atleti in attività in contemporanea ed i rimanenti in attesa al di fuori del tatami o del Dojo;
- Spogliatoi e docce: accessibili nel rispetto del distanziamento sociale di almeno 1m e nel rispetto della cartellonistica esposta.

Sisport Via Santa Cristina, 1 Settimo T.se

Spogliatoi fitness: aperti nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, rispettando la distanza di almeno 1 mt

- Spogliatoio maschile: n°7: n° 7 utenti in contemporanea;
- Spogliatoio femminile: n°4: n° 6 utenti in contemporanea;

Servizi igienici: utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta.

Docce: Utilizzabili rispettando quanto previsto dalla cartellonistica esposta.

Campi da tennis: aperti e con la limitazione a n° 4 utenti in contemporanea per ciascun campo.

Campi da Tennis Tavolo: n° 3 campi da tennis tavolo con la limitazione a n°2 utenti in contemporanea per ciascun campo.

Spazi per attività all'aperto: aperti garantendo la distanza interpersonale di 2 metri.

Area Fitness

- Gymfloor: n°8 utenti in contemporanea;

Piscine e vasca natatoria: aperte.

Vasca:

- Per attività agonistiche accesso limitato a 7 utenti per corsia da 25 mt
- Per attività di nuoto libero accesso limitato a 7 utenti per corsia da 25 mt.
- Per corsi di nuoto (bambini e adulti) 7 utenti per corsia da 25 mt.

Le attività di agonismo e nuoto libero saranno svolte in corsie differenti e dedicate a ciascuna pratica.

Le differenti corsie destinate ad agonismo e nuoto libero saranno identificate e individuabili tramite apposta segnaletica e cartellonistica.

Acquafitness: accesso limitato a 15 utenti per ogni corso.

Spogliatoi e docce piscina: aperti nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, rispettando la distanza di almeno 1 mt;

- Spogliatoio maschile n°3 e n°5: n° 14 utenti in contemporanea;
- Spogliatoio femminile n°1 e n°3: n° 15 utenti in contemporanea.

Impianto di atletica: aperto ed accessibile mantenendo la distanza interpersonale di sicurezza di 2 metri e con la limitazione a n°200 utenti in contemporanea.

Campo da calcio a 11:

- Campo A aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 80 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri
- Campo B aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 80 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri.

Spogliatoi calcio:

- Spogliatoi n°1-2-3-4: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°5 (allenatori): capienza ad un massimo di n°03 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n°10: capienza ad un massimo di n°04 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n° 123: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n° 124 (arbitri): capienza ad un massimo di n°4 utenti in contemporanea
- Spogliatoio n° 125: capienza ad un massimo di n°10 utenti in contemporanea

Campo da calcio a 5:

- aperto ed accessibile con la limitazione di massimo 15 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri;

Spogliatoi e docce calcio: aperti e utilizzabili nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, in modo da assicurare la distanza di sicurezza di 2 metri. Le docce potranno essere utilizzate anche da più atleti contemporaneamente purchè sia garantita la distanza di sicurezza di 2 metri;

Beach Volley:

- Campo A accessibile con limitazione di massimo 4 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri.;
- Campo B accessibile con limitazione di massimo 4 utenti in contemporanea nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di 2 metri.

Spogliatoi e docce beach volley: aperti e utilizzabili nel rispetto dei cartelli informativi presenti nei locali, in modo da assicurare la distanza di sicurezza di almeno 1 metro. Le docce potranno essere utilizzate anche da più atleti contemporaneamente purché sia garantita la distanza di sicurezza di 1 metro e mezzo;

- Spogliatoio maschile n°126 n° 7 utenti in contemporanea;
- Spogliatoio femminile n°1: n° 7 utenti in contemporanea.

Palestra Judo e Arti Marziali:

- capienza 9 coppie di atleti in contemporanea;
- spogliatoi e docce: accessibili nel rispetto del distanziamento sociale di almeno 1m e nel rispetto della cartellonistica esposta.

F. PULIZIA, IGIENIZZAZIONE E SANIFICAZIONE

La pulizia delle aree comuni, degli spazi di ogni singola attività, di attrezzi e macchine, di spogliatoi e servizi igienici sarà effettuata più volte al giorno.

La pulizia e igienizzazione degli attrezzi alla fine di ogni esercizio è a cura dell'utente.

L'igienizzazione dei locali e delle attrezzature sarà effettuata con frequenza giornaliera

Per le superfici toccate più di frequente saranno utilizzati panni diversi per ciascun tipo di oggetto/superficie (porte, maniglie, finestre, vetri, tavoli, interruttori della luce, servizi igienici, rubinetti, lavandini, scrivanie, sedie, tasti, tastiere, telecomandi, stampanti)

E' vietato nel corso dell'allenamento utilizzare in comune delle attrezzature o scambiarsi bottiglie o borracce.

In varie parti degli Impianti e in punti ben visibili sono presenti dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani. I dispenser posti all'ingresso devono essere utilizzati da tutti coloro che accedono all'impianto, i quali devono igienizzarsi le mani in entrata e in uscita; ripetere l'igienizzazione, utilizzando i dispenser nelle aree di frequente transito, o in aree strategiche.

La sanificazione sarà eseguita in presenza di soggetto sintomatico come da successivo punto.

G. GESTIONE SOGGETTI SINTOMATICI PRESSO LA SEDE

Di seguito vengono indicate le procedure operative da seguire per la gestione di soggetti che presentino sintomi quali febbre o infezione respiratoria in atto, nel corso della loro presenza presso gli Impianti.

- a) Il soggetto che accusi febbre o manifesti sintomi di infezione respiratoria in atto dovrà subito:
 - essere dotato e indossare la mascherina chirurgica;
 - abbandonare il resto della squadra e/o gli altri partecipanti alla medesima attività e/o la superficie di gioco/area sportiva, evitare contatti ravvicinati con altri e segnalare all'istruttore/allenatore la situazione;
 - dovrà essere avvisato il Medico Sociale;
 - il soggetto dovrà isolarsi in apposita area, e rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), che potrà invitare il soggetto stesso a rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- b) Se i sintomi lo consentono, dopo aver interpellato il proprio medico curante, il soggetto deve portarsi presso il proprio domicilio e contattare il medico curante.
- c) Se i sintomi non consentono l'allontanamento in autonomia sarà contattato NUMERO UNICO EMERGENZA 112 o il Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24,

A valle dell'allontanamento del soggetto, in caso di riscontro di positività al CODIV-19 si procederà alla chiusura dell'impianto per procedere con la sanificazione prima della riapertura.

Per il personale (dipendenti / collaboratori) entrati in contatto con il soggetto sintomatico, Sisport procede immediatamente ad avvertire le autorità sanitarie competenti e i numeri di emergenza per il COVID-19 forniti dalla Regione o dal Ministero della Salute, collaborando con le Autorità sanitarie per la definizione degli eventuali "contatti stretti".

Il COVID Manager si occuperà di mettere in atto tutte le procedure per garantire un rapido intervento sanitario.

Il COVID Manager fornirà la massima collaborazione alla rete sanitaria che si attiverà nel caso in cui il soggetto che manifestava sintomatologie sospette risulti effettivamente positivo al Virus. Sarà cura dell'ASL/Rete sanitaria contattare eventuali pazienti che dovranno sottoporsi ad isolamento fiduciario

H. DISPOSIZIONI GENERALI PER TUTTE LE ATTIVITA' SPORTIVE

Rispettare e seguire attentamente le disposizioni impartite dal personale del centro sportivo.

Leggere e prestare attenzione ai cartelli informativi presenti all'interno dell'Impianto riportanti le indicazioni aziendali in materia di contenimento del coronavirus.

Mantenere sempre indossata la mascherina protettiva; togliere la stessa poco prima dell'inizio dell'attività sportiva e depositarla dentro un sacchetto monouso.

In tutte le aree è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro.

Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri.

Dovrà essere mantenuta la distanza degli allenatori dagli atleti e utenti di almeno due metri.

Non stazionare nelle aree comuni e/o aree verdi del centro sportivo e recarsi subito verso l'uscita.

E' vietata ogni forma di assembramento; si raccomanda particolare attenzione a tale divieto nelle aree di attesa prospicienti le aree sportive (a titolo indicativo e non esaustivo si intendono le aree di accesso ai campi da tennis, alle aree fitness e alla reception) ove non ci si deve in alcun modo trattenere ma solo transitare.

In tutto l'impianto sportivo è vietato toccare muri e recinzioni.

Negli spogliatoi, tutti gli indumenti (compreso le scarpe) e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti eventualmente presenti; è vietato l'uso promiscuo degli armadietti.

All'interno degli impianti sportivi non si potrà svolgere alcun meeting in presenza (analisi video, riunioni tecniche, incontri con genitori, riunioni dirigenti), che dovrà essere sostituito con attività da remoto attraverso apposite piattaforme

I. DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER IL TENNIS

A. Regole generali

Obbligo di arrivare con l'abbigliamento proprio della disciplina del Tennis già indossato.

È consentito l'utilizzo degli spogliatoi e delle docce solo su prenotazione e nel rispetto delle capienze indicate nella cartellonistica esposta.
Rispettare e seguire attentamente le disposizioni impartite dal personale del centro sportivo
Leggere e prestare attenzione ai cartelli informativi presenti all'interno del centro riportanti le indicazioni aziendali in materia di contenimento del coronavirus.

Mantenere sempre indossata la mascherina protettiva; togliere la stessa poco prima di entrare in campo e depositarla dentro un sacchetto monouso, per indossarla nuovamente al termine dell'attività

In tutte le aree è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro.

Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri.

E' vietata ogni forma di assembramento.

Al termine dell'allenamento è necessario lasciare l'impianto nel più breve tempo possibile

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

E' consentito solo il gioco *singolo e doppio*.

Nel percorso di ingresso/uscita dall'ingresso principale al campo da tennis è vietato toccare muri e recinzioni.

È concesso l'uso degli spogliatoi e delle docce solo al termine dell'attività.

L'ingresso è consentito solo su prenotazione.

Ridurre il tempo di utilizzo delle docce e dei phon

È richiesta una pulizia accurata dei materiali di gioco i quali dovranno essere personali; vietato scambiarsi/utilizzare in comune qualsiasi attrezzo sportivo.

Lavare e disinfettare le mani.

L'accesso è consentito non prima di 15 minuti di anticipo sull'orario previsto per l'entrata in campo.

Mantenere sempre la distanza di sicurezza di due metri dagli altri giocatori, anche negli scambi sotto rete.

Salutare e ringraziare usando soltanto la racchetta.

Pulire a fondo il materiale di gioco.

Portare in campo la propria bottiglietta dell'acqua e bere esclusivamente da quella.

Indossare un guanto sulla mano non dominante.

Non toccarsi il viso con le mani.

Giocare con due tubi di palle diversi (chi serve utilizza il suo tubo di palle) e usare la racchetta e piede per raccogliere le palle.

Nelle pause di gioco mantenere le distanze e utilizzare le panchine ai lati opposti del campo.

Prima e dopo l'attività sportiva, mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro; entrare e uscire scaglionati dal campo, sempre nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro.

Cambiare l'overgrip della racchetta.

Dopo aver giocato lavare e disinfettare le mani.

Utilizzare palle nuove a ogni gruppo di utenti o disinfettarle con uno spray igienizzante alla fine di ogni seduta di gioco.

Gli operatori addetti ai campi devono evitare rigorosamente di toccare le palle da tennis a mani nude.

Per le lezioni individuali ogni allievo utilizza sempre e soltanto palle da lui stesso portate.

Al termine dell'attività ogni giocatore deve pulire la panchina dove sono stati appoggiati sacca ed effetti personali.

Ridurre il tempo di utilizzo delle docce e dei phon.

Obbligo di utilizzare i phon con guanti in lattice monouso di propria dotazione.

L. **DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER IL FITNESS**

A. Regole generali

Si suggerisce di arrivare con l'abbigliamento proprio della disciplina del Fitness già indossato.

Rispettare e seguire attentamente le disposizioni impartite dal personale del centro sportivo.

Leggere e prestare attenzione ai cartelli informativi presenti all'interno del centro riportanti le indicazioni aziendali in materia di contenimento del coronavirus.

Mantenere sempre indossata la mascherina protettiva; togliere la stessa poco prima di iniziare l'attività sportiva e depositarla dentro un sacchetto monouso per indossarla nuovamente al termine dell'attività.

In tutte le aree è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro.

Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri.

E' vietata ogni forma di assembramento.

Al termine dell'allenamento è necessario lasciare l'impianto nel più breve tempo possibile.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

L'accesso è consentito 15 minuti prima dell'attività prenotata.

Obbligo di cambio scarpe prima di iniziare a svolgere l'attività sportiva nelle sale al chiuso.

Non è consentito l'uso promiscuo degli armadietti.

Obbligo di utilizzare tappetino e asciugamano strettamente personale, con la precisazione che non sarà consentito l'ingresso a chi è sprovvisto di tali dispositivi.

Pulizia e igienizzazione degli attrezzi alla fine di ogni esercizio a cura dell'utente.

Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani o altro.

Utilizzare gli spogliatoi secondo quanto indicato dal personale presente e dalla cartellonistica esposta.

Ridurre il tempo di utilizzo delle docce e dei phon.

Obbligo di utilizzare i phon con guanti in lattice monouso di propria dotazione.

M. **DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER L'ATTIVITA' NATATORIA/BALNEAZIONE**

A. Regole di comportamento prima e dopo l'allenamento/balneazione

Appositi cartelli e segnaletica indicheranno le corsie e limitazioni di capienza dedicate a: (a) attività agonistica, (b) nuoto libero sportivo, (c) nuoto libero comunale e (d) balneazione.

L'accesso all'impianto è consentito unicamente 15' prima l'inizio dell'attività. Ogni accesso sarà registrato e l'informazione sarà mantenuta disponibile per le Autorità Competenti per 14 giorni, rispettando la tutela della privacy

Prima dell'accesso in spogliatoio gli utenti dovranno obbligatoriamente provvedere al cambio scarpe nell'apposita zona, debitamente indicata.

Tutti gli indumenti personali devono essere riposti dentro la borsa, anche qualora depositati negli appositi armadietti; non è consentito l'uso promiscuo degli armadietti. Bisogna utilizzare sacchetti per riporre i propri effetti personali.

In spogliatoio utilizzare unicamente l'armadietto/zona che verrà assegnata. Cambiarsi velocemente, riporre gli oggetti e indumenti nelle proprie borse e ricoverare quest'ultime all'interno del proprio armadietto/box. E' vietato consumare cibo negli spogliatoi.

Si consiglia di arrivare con il costume già indossato in modo da ridurre al minimo il tempo in spogliatoio

Prima di accedere alla vasca bisogna provvedere a doccia saponata su tutto il corpo.

Accedere alle vasche passando dalla vaschetta lavapiedi.

Gli indumenti/accessori/attrezzature consentite in vasca sono: costume, cuffia, occhialini, ciabatte, sacchetto monouso per deposito della mascherina.

L'accesso all'area verde (solarium) è consentito previa prenotazione dell'attività in vasca B. E' obbligatorio utilizzare la mascherina per tutto il tempo di permanenza, ad esclusione del periodo dedicato all'attività in acqua e quando si è sul proprio lettino o propria postazione solarium.

I lettini e le postazione solarium non potranno essere spostati dagli utenti.

Ciascun utente dovrà posizionare sul lettino e postazione solarium, prima dell'utilizzo, un proprio telo e rimuoverlo ultimato l'uso.

Non sono ammessi ospiti e/o accompagnatori all'interno dell'impianto.

Ridurre il tempo di utilizzo delle docce e dei phon.

L'uscita dall'impianto è consentita 15' dopo la fine dell'attività.

B. Regole di comportamento durante l'allenamento/balneazione

Ogni atleta nuota unicamente nella corsia assegnata dall'istruttore nuotando a destra e mantenendo una distanza interpersonale di almeno 2 metri.

Mantenere la distanza di sicurezza per tutta la durata dell'allenamento anche durante le fisiologiche pause tra una serie e l'altra.

Rispettare le norme comportamentali di base.

La balneazione è concessa mantenendo la distanza interpersonale di 2 metri.

La balneazione, al pari delle altre attività, potrà avvenire previa prenotazione e nelle fasce orarie presenti sul sito www.sisport.life, presso la cassa dell'impianto natatorio e in ogni caso con i limiti di capienza indicati al precedente punto **F. UTILIZZO SPAZI E PARTI DELL'IMPIANTO.**

N. DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER L'ATLETICA

A. Regole generali

Obbligo di arrivare con l'abbigliamento proprio della disciplina dell'Atletica già indossato (spogliatoi chiusi e non accessibili).

Rispettare e seguire attentamente le disposizioni impartite dal personale del centro sportivo.

Leggere e prestare attenzione ai cartelli informativi presenti all'interno del centro riportanti le indicazioni aziendali in materia di contenimento del coronavirus.

Mantenere sempre indossata la mascherina protettiva; togliere la stessa poco prima di entrare in campo e depositarla dentro un sacchetto di nylon monouso.

In tutte le aree è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1,5 metro.

Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri.

E' vietata ogni forma di assembramento.

B. Regole di comportamento prima durante e dopo l'allenamento

Nel percorso di ingresso/uscita dall'ingresso principale al campo di atletica è vietato toccare muri e recinzioni.

Prima e dopo l'attività sportiva, mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1,5 metro; entrare e uscire scaglionati dal campo, sempre nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1,5 metro.

L'accesso è consentito non prima di 10 minuti di anticipo sull'orario previsto per l'entrata in campo.

Gli allenamenti si svolgeranno per Sessioni/Fasce Orarie nel rispetto dei principi di alternanza tra gruppi di allenamento volti alla prevenzione di sovrapposizione degli stessi. Ogni Sessione/Fascia Oraria di allenamento dovrà essere di 90 o 120 minuti. Nell'arco della giornata le Fasce Orarie sono:

dalle 09:00 alle 11:00	dalle 11:30 alle 13:30	dalle 14:30 alle 16:30	dalle 17:00 alle 19:00	dalle 19:30 alle 20:30
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

Non sarà possibile fruire degli spogliatoi e dell'area docce.

Lanci: Dovranno essere previste Fasce Orarie destinate all'attività dei lanci per i soli Atleti in possesso di attrezzi personali.

Portare in campo la propria bottiglietta dell'acqua e bere esclusivamente da quella.

Sisport ha provveduto alla sanificazione degli attrezzi prima della riapertura degli impianti. Gli atleti, qualora non abbiano attrezzi personali, possono utilizzare quelli forniti da Sisport a condizione che ciascun utilizzatore, al termine dell'allenamento, proceda alla sanificazione dell'attrezzo stesso. Pertanto, terminato l'utilizzo dell'attrezzo messo a disposizione da Sisport, l'atleta deve provvedere alla sanificazione del medesimo. Il tecnico presente in campo dovrà vigilare sul rispetto della norma e sulla procedura di sanificazione da parte dell'atleta.

Le ripetute potranno anche essere effettuate da più atleti nella stessa corsia purché con partenze scalate da mantenere durante la prova, di non meno di tre metri l'uno dall'altro, oppure potranno essere effettuate disponendo gli atleti su corsie diverse e alternate (1^a e 3^a; 2^a e 4^a ecc.).

Gli esercizi di gruppo a terra dovranno essere effettuati mantenendo una distanza tra i singoli atleti di non meno di tre metri in relazione alla tipologia di esercizio da eseguire; stesso criterio dovrà essere adottato per tutti quegli esercizi solitamente svolti anche in piccoli gruppi quali ad esempio Skip e similari o esercizi di "agilità" svolti con gli ostacoli.

Le staffette, come pure gli esercizi dei cambi fatti in sequenza tra più atleti e ad andatura molto ridotta, potranno essere effettuati purché gli atleti siano provvisti di un guanto in lattice (poi da gettare) per la mano che prenderà/cederà il testimone, oppure a mani libere se dotati di prodotti di igienizzazione da usare (su mani e testimone) immediatamente dopo la conclusione dell'esercizio.

Stesso criterio dovrà essere adottato per le attività sulle pedane per i salti in estensione, con l'ulteriore considerazione che nei casi in cui l'esercizio e ovviamente il salto dovessero concludersi all'interno della fossa, prima di ogni successivo singolo esercizio/balzo/salto, la sabbia dovrà essere rivoltata con rastrello e/o pala, possibilmente dal Tecnico dotato di guanti in lattice poi da gettare.

Ogni singola attrezzatura utilizzata per gli allenamenti (attrezzi da lancio personali esclusi) sarà movimentata dai Tecnici che per lo scopo saranno sempre dotati di guanti in lattice e prodotto igienizzante da utilizzare

Gli allenamenti saranno individuali, scaglionati e programmati a circuito per evitare incroci tra gli atleti durante le loro sessioni di allenamento (vedi disciplinare Fidal aggiornamento del 05/06/2020).

Allenamenti Lunghi: per i mezzofondisti, causa la specificità delle loro specialità in relazione alle necessità di distanziamento e di svolgimento di tutte le altre specialità, potranno evidentemente svolgere test e ripetute (max m 800/1000) sull'anello, nelle modalità precedentemente descritte. Si dovrà in ogni caso raccomandare il rispetto del distanziamento maggiorato anche durante i loro allenamenti svolti esternamente all'impianto laddove l'allenamento fosse svolto assieme ad altro/altri atleti.

Nella *sala di muscolazione* dovrà essere sempre mantenuta la distanza interpersonale non inferiore ai 2 metri. L'accesso alla sala sarà contingentato dal tecnico presente in campo che ne controllerà gli accessi, onde rispettare il limite massimo di capienza come indicato al precedente punto F.

Ciascun atleta dovrà provvedere alla sanificazione degli attrezzi utilizzati alla fine di ogni esercizi.

Per l'utilizzazione delle panche è obbligatoria l'utilizzazione di un telo/asciugamano personale da utilizzare avendo accortezza di usarlo sempre nello stesso verso. Ciascun atleta dovrà quindi avere tappetino e asciugamano strettamente personale, con la precisazione che non sarà consentito l'ingresso a chi è sprovvisto di tali dispositivi.

Non sono ammessi ospiti e/o accompagnatori all'interno dell'impianto.

Sul prato interno all'anello, e negli altri spazi liberi eventualmente presenti all'interno dell'impianto sportivo, saranno organizzate per gruppi coordinate da un Istruttore o da un Tecnico, ulteriori attività di allenamento e pratica in "*Postazioni per Attività*" e nei "*Circuiti a stazioni*". In ogni "postazione" e in ogni singola "stazione" potrà fare attività un singolo Atleta.

Per ogni campo/ area destinata all'atletica, sarà predisposto un corridoio di uscita differente da quello di ingresso, adeguatamente identificati e segnalati con cartellonistica; è fatto obbligo di entrare ed uscire dai campo/aree unicamente utilizzando le aree destinate ad ingresso/uscita.

O. DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER IL TENNIS TAVOLO

A. Regole generali

I giocatori e gli allenatori, dovranno arrivare già vestiti in maniera idonea per l'allenamento. Eventuali effetti personali dovranno essere riposti in appositi contenitori sigillati (armadietti) all'interno degli spogliatoi.

Sarà possibile accedere all'impianto solo su prenotazione.

In caso di allenamento a gruppi, le sedute di allenamento dovranno svolgersi sempre con atleti dello stesso gruppo, composto da massimo 4 persone, che si alleneranno due alla volta.

I campi da gioco saranno delimitati da transenne e/o elementi di contorno/separazione. Ciascuna area da gioco avrà una superficie minima di mt. 4.5 x 9 Tra le diverse aree di gioco si deve rispettare una distanza minima tra i giocatori di 2 metri.

Mantenere sempre indossata la mascherina protettiva; è consentito togliere la mascherina durante l'allenamento per poi indossarla nuovamente al termine dell'attività.

In tutte le aree è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri.

Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri. Tale distanza deve essere obbligatoriamente rispettata anche nella fase di riposo. Nel caso in cui l'allenamento sia tale da incrementare la funzione metabolica, il distanziamento sarà proporzionalmente aumentato, su indicazione del tecnico di riferimento

Al termine dell'allenamento è necessario lasciare l'impianto nel più breve tempo possibile

Non sono ammessi allenamenti di doppio.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

Nell'area di gioco è consentita la presenza di solo 2 giocatori. Il tecnico allenatore potrà sostare oltre le transenne del campo di gioco e ad una distanza di sicurezza non inferiore di 2 mt.

È concesso l'uso degli spogliatoi e delle docce solo al termine dell'attività. L'ingresso è consentito solo su prenotazione.

Ridurre il tempo di utilizzo delle docce e dei phon

Ogni giocatore dovrà portare la propria racchetta personale. È fatto divieto di scambio delle racchette tra giocatori.

L'allenatore deve portare le palline, previamente disinfettate. Finito l'allenamento, l'allenatore o i giocatori devono lavare le palline con acqua e sapone (o le disinfettano).

Le aree di gioco saranno allestite con i tavoli e tutti gli altri materiali necessari e, successivamente, disallestite.

Il soggetto che esegue allestimento e disallestimento ha l'obbligo di svolgere le operazioni indossando la mascherina chirurgica e lavandosi sempre le mani con acqua e sapone oppure con gel disinfettante, prima e dopo l'allestimento/disallestimento.

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.

L'accesso è consentito non prima di 10 minuti di anticipo sull'orario previsto per l'entrata in campo.

Portare in campo la propria bottiglietta dell'acqua e bere esclusivamente da quella.

Non toccarsi il viso con le mani.

Nelle pause di gioco mantenere la distanza di sicurezza.

Prima e dopo l'attività sportiva, mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro; entrare e uscire scaglionati dal campo, sempre nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro.

Dopo aver giocato lavare e disinfettare le mani.

Ogni giocatore deve portare il proprio disinfettante alcolico all'allenamento.

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, e non con la mano che regge la pallina e non può essere appoggiato sul tavolo.

Nel corso del gioco la mano libera non può essere portata al viso.

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. Dopo averle lavate, le mani devono essere asciugate con un asciugamano pulito personale e di uso esclusivo del singolo giocatore o con un asciugamano di carta monouso.

Nel corso dell'allenamento il giocatore deve avere a portata di mano il suo flacone di disinfettante idroalcolico da usare nel caso di contatto con oggetti o superfici potenzialmente contaminati.

I rifiuti sono da portare a casa o devono essere smaltiti secondo le procedure disposte dal gestore dell'impianto.

L'allenatore verificherà che un gruppo di allenamento non sia costituito da un numero superiore a 4 giocatori.

Se ci sono due gruppi di allenamento nella stessa palestra, i gruppi non devono mai mischiarsi.

L'allenatore terrà tenere un registro dei giocatori che partecipano a ogni allenamento e, a fine allenamento, lo trasmetterà al Responsabile del protocollo Covid-19 dell'associazione/società.

L'allenatore non può avere nessun contatto fisico con i giocatori. Se l'allenatore desidera mostrare un movimento lo deve fare mantenendo le distanze sociali previste.

Non è consentito l'allenamento multiball di gruppo.

Nelle sessioni di allenamento individuale l'allenatore può utilizzare l'allenamento multiball con il giocatore. In tal caso l'allenatore deve indossare un guanto monouso sulla mano libera per svolgere l'allenamento multiball. Il giocatore non deve toccare le palline.

Negli spogliatoi è vietato l'uso di applicativi comuni, quali asciugacapelli, ecc... che al bisogno dovranno essere portati da casa.

P. **DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER LA PALLAVOLO**

A. Regole generali

È vivamente raccomandato giungere in palestra indossando già la tenuta di allenamento.

Non sarà possibile recarsi negli spogliatoi per il cambio e la doccia.

L'accesso al sito sportivo è regolamentato, come previsto al precedente punto **D MODALITA' DI INGRESSO**, per evitare di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita

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.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

All'interno del campo possono accedere un massimo di 21 persone così suddivise: un COVID Manager, fino ad un massimo di 14 atleti (14 se disabili altrimenti 12), due tecnici (1 ogni 7 giocatori: massimo 7 atleti se disabili, altrimenti 6), un Preparatore Fisico, un Fisioterapista, un Medico Sociale, un Custode dell'Impianto.

È fatto obbligo di indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti, in base al carico metabolico e in base alla indossabilità del dispositivo stesso;

La mascherina dovrà essere indossata da tutto il personale tecnico presente in campo anche durante l'allenamento.

Gli atleti devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e tenerla durante l'intera permanenza nell'impianto. La mascherina dovrà essere indossata anche durante l'allenamento qualora non fosse possibile rispettare la distanza di sicurezza di almeno 2 metri in tutte le fasi della seduta. In caso di utilizzo della mascherina durante l'attività, dovranno essere aumentate il numero di brevi pause per il recupero della respirazione senza mascherina e in tali fasi di recupero deve essere sempre mantenuta la distanza di sicurezza di almeno 2 metri.

Durante l'attività in Sala Pesi, gli atleti dovranno svolgere l'allenamento indossando guanti monouso e dovranno pulire e disinfettare la postazione al termine del singolo utilizzo.

Mantenere la distanza interpersonale di un metro durante la presenza nell'impianto e di due metri durante l'attività fisica.

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;

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

Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;

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.

Al termine di ogni esercizio/scambio/azione di gioco il tecnico o altro operatore sportivo deve provvedere alla disinfezione dei palloni.

Nel campo saranno presenti due cesti che conterranno da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare.

Pulire e disinfettare frequentemente l'attrezzatura utilizzata, con particolare riguardo al tappeto di gioco.

Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.

È raccomandato, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti tra le quali:

- Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.
- Tutte le forme di allenamento tecnico individuale con esercizi ANALITICI garantendo il rispetto delle regole sopra citate
- Tutte le forme di esercizi in coppie o terne garantendo la progressività di ritmo, appropriato riscaldamento ed allenamento con esercizi individuali;
- 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 seguenti regole sotto riportate:
 - 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;
 - disinfezione dei palloni al termine di ogni esercizio/scambio/azione di gioco;
 - frequente pulizia e disinfezione delle mani.

La Preparazione Fisica è concessa alle seguenti condizioni:

- Nelle sale pesi (gymfloor) è consentito l'accesso previa prenotazione;

- Sul campo di gioco mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri;

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

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

Q. DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER LA PALLACANESTRO

A. Regole generali

È vivamente raccomandato giungere in palestra indossando già la tenuta di allenamento.

Non sarà possibile recarsi negli spogliatoi per il cambio e la doccia.

L'accesso al sito sportivo è regolamentato, come previsto al precedente punto **D MODALITA' DI INGRESSO**, per evitare di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita

Verrà predisposto 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.

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.

Per tutti gli atleti e tecnici partecipanti alle sessioni di allenamento/attività, è fatto obbligo di utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

Il numero massimo di atleti/e presenti contemporaneamente sul campo di gioco deve essere pari a 8. Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali e distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.

Gli atleti dovranno mantenere un distanziamento sociale di almeno 2 metri con una distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.

E' consentito l'utilizzo di uno o al massimo due palloni ad uso personale dell'atleta, da pulire frequentemente con appositi dispositivi e comunque da utilizzare già sanificati all'inizio della seduta di allenamento e da sanificare alla fine della stessa.

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

La Preparazione Fisica è concessa alle seguenti condizioni:

- Nelle sale pesi (gymfloor) è consentito l'accesso previa prenotazione.
- Sul campo di gioco è consentita la preparazione fisica mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri.
- Ogni atleta dovrà munirsi di un materassino personale per gli esercizi a terra e di un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.
- attrezzi questi dovranno essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.

Dovrà essere mantenuto il rispetto di 10 minuti tra le sessioni dei vari gruppi di allenamento. Le attività consentite potranno essere distinte come segue:

- Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.
- Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi prevalentemente individuali.
- Tutte le forme di esercizi con il rispetto del distanziamento sociale e dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti.
- È obbligatoria la turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza.
- Evitare disposizione in linea di atleti nelle fasi di corsa.
- Evitare che atleti si incrocino e abbiano contatti ravvicinati.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Igienizzazione delle mani al termine in caso di esercizi di passaggio.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di tutti.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).

Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento (fatta eccezione per l'accompagnatore dell'atleta disabile).

Sono vietate le seguenti attività:

- esercizi incongrui che generino eccesso di fatica ed affanno respiratorio sproporzionato;

- qualsiasi forma di allenamento dove sia possibile il contatto fisico tra atleti, il mancato rispetto del distanziamento sociale e il raduno in gruppi in spazi ristretti;
- tutti gli esercizi di gioco, sia tecnici che competitivi, esempio 1c1, 2c2, 3c3, 2c1, 3c2, ecc.

R. DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER IL CALCIO/CALCIO A 5

A. Regole generali

Tutte le attività sportive sono dirette dal Tecnico responsabile in possesso, delle necessarie abilitazioni previste dal Settore Tecnico con iscrizione al relativo albo.

L'accesso all'impianto sportivo è 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.

Al fine di consentire il corretto svolgimento delle attività, sarà impiegato un numero di tecnici (n°2 per ciascun gruppo) tale da garantire la costante verifica del rispetto di quanto previsto nel presente protocollo.

Ciascun operatore sportivo (tecnico, atleta, collaboratore) che prenda parte alle attività dovrà essere munito di:

- appositi DPI (guanti monouso e mascherina da utilizzare sempre qualora non sia possibile mantenere un adeguato distanziamento sociale);
- gel igienizzante;
- bottiglia d'acqua/borraccia personale che dovrà essere utilizzata dal singolo soggetto, chiusa e riposta in apposito zaino/sacca;
- scarpe da utilizzare soltanto nel corso della seduta di allenamento e da indossare prima dell'inizio e cambiare al termine della stessa.

Tutti gli oggetti personali adoperati nel corso della seduta, al termine dell'utilizzo, dovranno essere sempre riposti in un apposito zaino/sacca personale e successivamente igienizzati.

L'ingresso dei giocatori in campo avverrà in modo scaglionato uno per volta per evitare assembramenti

Gli allenamenti avverranno per gruppi di giocatori che saranno composti sempre dagli stessi calciatori in numero massimo di 20 per gruppo.

L'ingresso dei giocatori (Gruppi) in campo dovrà avvenire in modo scaglionato.

Durante l'ingresso e gli spostamenti all'interno dell'impianto, tutti gli atleti dovranno utilizzare la mascherina chirurgica di propria dotazione.

Gli atleti dovranno inoltre indossare la mascherina durante le pause tra un esercizio e l'altro.

Tutti gli operatori (tecnici, allenatori, personale) dovranno indossare la mascherina prima durante ed al termine dell'allenamento.

Qualsiasi altra persona non coinvolta nella pratica sportiva ma impegnata a vario titolo in altre funzioni (a mero titolo esemplificativo segreteria, amministrazione, supporto alle squadre di manutenzione, etc.), qualora debba svolgere la propria attività all'interno dell'impianto ha l'obbligo di indossare i dispositivi di sicurezza (mascherina e guanti di propria dotazione).

Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1m durante le fasi di ingresso, permanenza ed uscita dall'impianto. Mantenere la distanza interpersonale di almeno 2 metri durante gli allenamenti

Gli spogliatoi e le docce saranno chiusi e non accessibili.

Potrà essere concesso ai soli operatori sportivi l'uso dei servizi igienici che dovranno essere sanificati dopo ogni utilizzo. In detti locali, i lavabi debbono essere dotati di "dispenser" e di sapone liquido, salviette asciugamani monouso da gettarsi in appositi contenitori con coperchio azionabile a pedalina.

Un Medico di riferimento sarà sempre raggiungibile.

Tecnici ed allenatori annoteranno le presenze (in entrata e successivamente in uscita).

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.

Ogni atleta od operatore coinvolto nella sessione di allenamento dovrà dotarsi di apposite scarpe da utilizzare soltanto nel corso della seduta. Tale procedura avverrà in un'area predefinita denominata "area di cambio scarpe" ubicata nei pressi del campo da gioco

Tutti gli oggetti personali adoperati nel corso della seduta, al termine dell'utilizzo, dovranno essere sempre riposti in un apposito zaino/sacca personale e successivamente igienizzati.

È vietato l'uso di pettorine.

Non è consentito ad un genitore di accompagnare presso la struttura oltre al proprio altri atleti che non appartengano al suo stesso nucleo familiare o che non siano con essi conviventi.

Eventuali accompagnatori (es. genitori o altri famigliari) non avranno accesso all'impianto.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

È fatto obbligo di indossare la mascherina non appena terminato allenamento.

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 da parte degli atleti. Se si tratta di atleti minorenni dovrà provvedere il tecnico presente,

Durante l'allenamento i tecnici valuteranno 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 e che deve avere sempre come riferimento il principio del distanziamento di due metri.

È assolutamente vietata qualsiasi pratica possa incentivare o aumentare la diffusione dei "droplets" (goccioline con il respiro o con la saliva).

I portieri hanno il divieto assoluto di sputare sui guanti per aumentare l'aderenza delle mani sul pallone.

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.

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.

Saranno svolte 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 essere sempre mantenuta la distanza di almeno due metri tra un giocatore e l'altro.

Nelle fasi di allenamento di corsa o di esercitazione tecnica, gli atleti non dovranno stare "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.

Sarà adottato il parametro di un allenatore per ogni gruppo.

Il gruppo giocatori che partecipa alla stessa sessione di allenamento deve essere composto da un numero massimo di n°20 calciatori al fine del costante 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.

Non potrà essere svolta attività ad alto impatto metabolico nel programma.

Gli spazi di gioco saranno delimitati e ben definiti con attraverso delimitatori colorati che permettano una rapida identificazione delle aree di gioco identificate.

I campi di gioco saranno già predisposti prima dell'inizio dell'attività così come gli spazi necessari per lo sviluppo delle proposte di allenamento.

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.

S. **DISPOSIZIONI SPECIFICHE PER IL BEACH VOLLEY**

A. Regole generali

È vivamente raccomandato giungere in palestra indossando già la tenuta di allenamento.

L'accesso al sito sportivo è regolamentato, come previsto al precedente punto **D MODALITA' DI INGRESSO**, per evitare di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita

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.

B. Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

All'interno del campo possono accedere un massimo di 12 persone così suddivise: un COVID Manager, fino ad un massimo di 8 atleti e due tecnici (1 ogni 4 giocatori: massimo 8 atleti), un Preparatore Fisico, un Fisioterapista, un Medico Sociale, un Custode dell'Impianto.

È fatto obbligo di indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti, in base al carico metabolico e in base alla indossabilità del dispositivo stesso;

La mascherina dovrà essere indossata da tutto il personale tecnico presente in campo anche durante l'allenamento.

Gli atleti devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e tenerla durante l'intera permanenza nell'impianto. La mascherina dovrà essere indossata anche durante l'allenamento qualora non fosse possibile rispettare la distanza di sicurezza di almeno 2 metri in tutte le fasi della seduta. In caso di utilizzo della mascherina durante l'attività, dovranno essere aumentate il numero di brevi pause per il recupero della respirazione senza mascherina e in tali fasi di recupero deve essere sempre mantenuta la distanza di sicurezza di almeno 2 metri.

Durante l'attività in Sala Pesi, gli atleti dovranno svolgere l'allenamento indossando guanti monouso e dovranno pulire e disinfettare la postazione al termine del singolo utilizzo.

Mantenere la distanza interpersonale di un metro durante la presenza nell'impianto e di due metri durante l'attività fisica .

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;

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

È raccomandato l'uso del cappellino o di fasce assorbisudore;

È raccomandato l'uso degli occhiali;

Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;

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.

Al termine di ogni esercizio/scambio/azione di gioco il tecnico o altro operatore sportivo deve provvedere alla disinfezione dei palloni.

Nel campo saranno presenti due cesti che conterranno da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare.

Pulire e disinfettare frequentemente l'attrezzatura utilizzata, con particolare riguardo al tappeto di gioco.

La Preparazione Fisica è concessa alle seguenti condizioni:

- Nelle sale pesi (gymfloor) è consentito l'accesso previa prenotazione;

È concessa 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.

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

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

T. JUDO E ARTI MARZIALI

a) Regole generali

L'accesso al sito sportivo è regolamentato, come previsto al precedente punto **D MODALITA' DI INGRESSO**, per evitare di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita;

È obbligatorio l'utilizzo della mascherina all'arrivo al centro sportivo, fino a quando non abbia inizio la pratica sportiva e, altresì immediatamente dopo la conclusione della stessa;

L'ingresso all'impianto potrà avvenire solo da 5 a 10 minuti prima dell'inizio dell'allenamento.

Tutti devono rispettare i percorsi obbligati e le distanze di sicurezza.

E' fatto divieto all'atleta di arrivare all'allenamento indossando il judogi o, se questo avviene, in assenza di indumenti di copertura indossati sopra di esso durante il viaggio.

Tutti gli atleti devono essere dotati di un "kit sanitario per l'allenamento" composto da mascherina di ricambio, fazzoletti usa e getta, lozione idroalcolica, bottiglia d'acqua/borraccia personale, ecc..

Durante la pratica sportiva sarà garantito lo spazio di almeno 9m² per ogni coppia e nel caso di lavoro in solitario, almeno 4m² per atleta

Sarà consentito l'ingresso ai soli atleti iscritti al relativo corso

gli accompagnatori non sono ammessi all'interno dell'impianto;

Tutti i locali saranno dotati di gel igienizzanti e contenitori per i rifiuti; è fatto obbligo agli atleti di utilizzare i gel igienizzanti ad ogni accesso uscita all'impianto e ad ogni accesso/uscita dall'area allenamento, nonché di utilizzare per i rifiuti unicamente i contenitori dedicati.

l'igienizzazione del tatami e cambio d'aria viene effettuata prima e al termine di ogni seduta;

gli allenamenti saranno a porte chiuse;

è fatto divieto di:

- di presenza negli spogliatoi o nei servizi igienici per più di una persona, di posteggio di cicli, passeggini, monocicli, monopattini 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 individuata;
- di transito nelle aree non autorizzate.

a) Regole di comportamento prima, durante e dopo l'allenamento

Seguire i percorsi obbligati verso gli spogliatoi o analogo spazio dedicato, nel rispetto della distanza di sicurezza (un collaboratore dovrà accompagnare gli atleti non autonomi).

Collocarsi in modo opportuno nello spogliatoio (o analogo) in base alle delimitazioni previste dal gestore dalla cartellonistica ed indicazioni ivi presenti per garantire le regole di distanziamento (almeno 1m tra ogni occupante).

È obbligatorio indossare le ciabatte.

Indossare l'abbigliamento tecnico riponendo quanto precedentemente indossato nella propria borsa/zaino/busta sigillata.

Collocare la borsa/zaino/busta sigillata in uno spazio personale dedicato o comunque a portata di mano.

Seguire i percorsi obbligati verso la sala di allenamento, lasciando le ciabatte ove indicato, igienizzando mani e piedi con gel idroalcolico appena prima di salire sul tatami.

Indossare la mascherina durante gli spostamenti all'interno dell'impianto sportivo.

Igienizzare mani e piedi prima e dopo essere saliti sul tatami.

Raggiungere la postazione riservata alla coppia attraverso percorsi obbligati, adeguatamente marcati e visibili nel rispetto delle distanze di sicurezza.

Seguire i percorsi dell'entrata e dell'uscita dal Tatami e dal Dojo

Le attrezzature necessarie a ciascuna sessione sono poste in prossimità di ogni postazione, prima dell'inizio della seduta, e sono soggette a costante pulizia e sanificazione.

Tutti gli atleti devono utilizzare esclusivamente le attrezzature loro assegnate.

Tutti gli atleti devono igienizzare mani e piedi con il gel idroalcolico ogni volta che accedono o lasciano il tatami/Dojo.

Nel Tatami/Dojo sono istituite postazioni di allenamento di 4m² per atleta e di 9 m² per coppia di Atleti; a ciascun atleta/coppia di atleti è assegnata una postazione: è fatto obbligo agli atleti di rispettare le postazioni assegnate limitando al minimo gli spostamenti.

Gli atleti, raggiunto lo spazio assegnato, non dovranno eseguire il saluto in linea secondo il cerimoniale tradizionale, ma eseguire il saluto restando nell'area assegnata a ciascuna coppia; la stessa indicazione vale per il saluto di fine allenamento;

La possibilità di lasciare il tatami /Dojo e l'area di allenamento prima della fine dell'allenamento è un'eccezione riservata a casi di urgente e improcrastinabile necessità, nel qual caso dovrà comunque essere rispettato il distanziamento, dovranno essere seguiti i percorsi obbligati, e dovranno essere igienizzati mani e piedi prima di scendere dal tatami / Dojo e prima di risalirvi.

lasciare la propria postazione rispettando le distanze di sicurezza.

Ultimato l'allenamento, recuperare i propri effetti personali; indossare le ciabatte ed indossare la mascherina prima di lasciare la sala di allenamento.

Effettuare la doccia rispettando la distanza interpersonale di almeno 1 metro.

L'accesso e l'uscita al tatami/Dojo, nonché agli spogliatoi, deve avvenire seguendo la segnaletica e le indicazioni e comunque nel rispetto

Nell' area di attesa per l'accesso al tatami è obbligatorio rispettare la distanza di sicurezza.

Le sessioni di allenamento dureranno un massimo di 60 minuti.

Ultimato l'allenamento, è obbligatorio uscire dall'impianto da 5 a 10 minuti dopo la fine dell'allenamento

Fra le varie sessioni di allenamento intercorrerà un intervallo di almeno 15 minuti.

U. GESTIONE 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 allo 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 o il Medico Sociale, se non presente presso la struttura, dovrà essere tempestivamente informato per permettere l'assistenza e il corretto monitoraggio.

V. ATTIVITA' MOTORIA DI BASE PER PALLAVOLO, PALLACANESTRO E CALCIO E UTILIZZO DA PARTE DI SOGGETTI TERZI DEI CAMPI DI PALLAVOLO, PALLACANESTRO E CALCIO.

Fermo quanto previsto ai precedenti commi, l'attività motoria di base per le discipline di pallavolo, pallacanestro e calcio, e quindi le pratiche sportive di tali discipline non rientranti nelle attività federali, unitamente alle attività derivanti dal mero utilizzo da parte di soggetti terzi dei campi di pallacanestro, calcio e beach volley siti negli impianti di Sisport, è regolamentata secondo quanto disposto dal Decreto del Presidente della Giunta Regionale del Piemonte n° 82 del 17 luglio 2020 e dal relativo allegato n° 1, espressamente richiamato in tale disposizione, costituito dalla "Proposta alla Conferenza delle Regioni e delle Province autonome per la ripresa degli sport di contatto e squadra" del 25/06/2020 prot. 20/116/CR4/COV19-C6.

In particolare, sulla base della succitata "Proposta alla Conferenza delle Regioni e delle Province autonome per la ripresa degli sport di contatto e squadra" del 25/06/2020 prot. 20/116/CR4/COV19-C6, nonché del documento "Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere" prodotte alla Presidenza del Consiglio dei Ministri - Ufficio per lo sport (espressamente richiamato dalla medesima "Proposta alla Conferenza delle Regioni e delle Province autonome per la ripresa degli sport di contatto e squadra" del 25/06/2020 prot. 20/116/CR4/COV19-C6) si dispone quanto segue:

- a) l'accesso agli impianti potrà avvenire solo in assenza di segni/sintomi (es. febbre, tosse, difficoltà respiratoria, alterazione di gusto e olfatto) per un periodo precedente l'attività pari almeno a 3 giorni;
- b) all'accesso agli impianti sarà rilevata la temperatura corporea e in caso di temperatura > 37.5 °C non sarà consentito l'accesso.
- c) il registro dei presenti negli impianti sarà mantenuto per almeno 14 giorni;
- d) tutte le informazioni finalizzate alla prevenzione del contagio da Covid-19 sono fornite tramite il presente documento e la cartellonistica presente negli impianti;
- e) tutti gli utenti sono obbligati a rispettare la corretta prassi igienica individuale (frequente igiene delle mani con prodotti igienizzanti; starnutire/tossire evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani; non condividere borracce, bottiglie, bicchieri)
- f) tutti gli utenti sono obbligati a rispettare la distanza interpersonale minima di almeno 1 metro in caso di assenza di attività fisica e, per tutti i momenti in cui la disciplina sportiva lo consente, di almeno 2 metri durante l'attività fisica, fatta eccezione per le attività di contatto previste;
- g) verrà svolta regolare e frequente pulizia e disinfezione di aree comuni, spogliatoi, docce, servizi igienici, attrezzature e macchine utilizzate per l'esercizio fisico;
- h) tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti;
- i) è obbligatorio l'uso della mascherina in tutte le aree dell'impianto, salvo durante l'attività sportiva;
- j) non devono essere utilizzate calzature utilizzate all'esterno.
- k) è obbligatorio l'igienizzazione e il lavaggio delle mani, prima di toccare parti di ambienti comuni e immediatamente dopo (es. maniglie, cancelli, panchine)



- l) è obbligatorio seguire in tutte le parti dell'impianto i percorsi, la cartellonistica e le indicazioni finalizzate al mantenimento delle distanze e al rispetto delle indicazioni di prevenzione;
- m) all'interno degli spogliatoi non dovranno essere lasciati oggetti personali e vestiti;
- n) si richiamiamo tutte le misure prescritte ai precedenti articoli, in quanto non incompatibili con quanto previsto nella presente lettera U.

W. OBBLIGATORIETÀ

Il presente Protocollo è obbligatorio per tutti gli utenti.

In caso di violazione, l'utente sarà immediatamente allontanato dal centro e gli sarà interdetto l'accesso per 14 giorni, salvo che la sua condotta abbia messo a repentaglio la sicurezza di altri utenti e/o del personale Sisport nel qual caso l'utente sarà espulso e, se del caso, denunciato alle competenti Autorità.

X. ALLEGATO 4 DELLE LINEE-GUIDA DELL'UFFICIO SPORT PRESSO LA PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI DEL MAGGIO 2020

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13). Gli atleti vengono divisi in due gruppi in base a una autodichiarazione attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza:

- 1. Atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.
- 2. Atleti COVID- e atleti asintomatici nel periodo della pandemia.

Nel gruppo 1:

- 1. Test da sforzo massimale con valutazione polmonare (test cardio polmonare) e saturazione O2 a riposo, durante e dopo sforzo.
- 2. Ecocardiogramma color doppler
- 3. ECG Holter 24hr. Inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo
- 4. Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV)
- 5. Esami ematochimici: Emocromo, ALT/AST, Gamma GT, Creatininemia, CPK isotipi, Troponina, LDH, PT/PTT, INR, Elettroforesi proteica, D-dimero, PCR, Ferritina, IL-6, Esame urine completo.
- 6. Radiologia polmonare: TAC per COVID+: consigliabile e a giudizio del medico responsabile sanitario.
- 7. Nulla osta infettivologico alla ripresa (per gli atleti COVID+).

Gli atleti Covid+ dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 gg prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico sociale o, in assenza, del Medico di Medicina Generale. Il Medico potrà a suo giudizio, ampliare test ed esami.

Il/La sottoscritto/a dichiara di aver ricevuto copia del presente Protocollo, di averlo integralmente letto, compreso e si impegna a rispettarlo nella sua interezza.

anche in nome e per conto del **MINORE** nome e cognome: _____

nato/a _____ il ____ / ____ / ____.

in qualità di legale rappresentante ed esercente sullo stesso la responsabilità genitoriale.

(luogo)..... **(data)**.....

(firma leggibile)