

RIPRESA ATTIVITA' DISPOSIZIONI PER IL CONTRASTO ED IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL CORONAVIRUS COVID-19

L'ingresso al centro sportivo sarà consentito SOLO AI PRATICANTI che:

- non siano in presenza di febbre (oltre 37,5 °C) o presentino altri sintomi influenzali. Il controllo della temperatura sarà effettuato dall'incaricato con un termometro ad infrarossi.
- al primo accesso avranno compilato e consegnato all'incaricato un questionario relativo al loro stato di salute (vedi allegato).
- indossino l'abbigliamento adatto alla pratica sportiva.
- siano in possesso di mascherina, asciugamano personale ed eventualmente gel igienizzante ad uso personale.

Per l'accesso alla palestra sono previsti due percorsi separati, d'ingresso e d'uscita.

Presentarsi ai per la lezione non prima di 10 minuti di anticipo sull'orario prestabilito.

Non sarà possibile utilizzare gli spogliatoi.

Non sarà possibile sostare all'interno ed all'esterno della palestra per assistere alle lezioni.

Gli Under 18 devono essere accompagnati da un genitore/tutore o portino con sé l'autorizzazione scritta del genitore/tutore. (vedi allegato).

Per l'utilizzo dei servizi igienici sarà consentito l'accesso solamente a quelli aperti e messi a disposizione dal comune.

Le lezioni inizieranno all'ora piena e dureranno 55 minuti. In caso di bel tempo è previsto l'utilizzo degli spazi aperti fuori della palestra.

L'utilizzo della palestra all'interno sarà possibile con un distanziamento maggiore tra gli atleti. (considerando un'area di 4 metri quadrati ciascuno).

L'intera attività sportiva sarà monitorata dall'incaricato, socio volontario o consigliere dell'ASD VDK, che garantirà l'attuazione delle misure previste.

Per la riapertura sarà prevista la pulizia e la sanificazione straordinaria della palestra effettuata da azienda esterna certificata.

Tutti gli attrezzi necessari all'attività sportiva saranno utilizzati personalmente durante il turno e comunque sanificati prima dell'utilizzo di altre persone.

I tatami **se utilizzati** verranno sanificati dopo ogni turno di lezione.
(in caso di utilizzo ci rifacciamo alle linee guida specifiche indicate dalla nostra federazione di riferimento FIJLKAM)

REGOLE PER GLI ATLETI:

- Rispettare le disposizioni Statali, Locali.
- Rispettare le indicazioni degli incaricati, soci volontari o consiglieri dell'ASD VDK.
- Indossare la mascherina in ogni momento, tranne durante la lezione ad alto impatto motorio e circolatorio.
- Pulire a fondo le protezioni personali.
- Lavarsi o disinfettarsi le mani. (anche i piedi in caso di utilizzo del tatami).
- Mantenere sempre la distanza di sicurezza di due metri dagli altri atleti.
- Portare con se una bottiglietta d'acqua personale e bere solo da quella.
- Non toccare le recinzioni prima di entrare nel centro.
- disinfettare le mani in caso di contatto con altro atleta.
- Non toccarsi il viso con le mani.
- Usare panchine e sedersi ai lati opposti. (lasciando spazio tra una seduta e l'altra)
- Non toccare il compagno per salutarlo.
- Dopo la lezione, lavarsi o disinfettarsi le mani.
- Prima di lasciare il centro assicurarsi di aver ripreso i propri oggetti personali e aver buttato nell'apposito cestino quanto utilizzato (bottiglietta d'acqua, fazzoletti, ...)
- Portarsi delle scarpe da ginnastica da usarsi solamente per l'attività in Palestra. Il cambio degli indumenti e delle scarpe andrà obbligatoriamente riposto in un sacchetto o borsone personale.

DOTAZIONE DEL CENTRO SPORTIVO:

In palestra e nello spazio esterno saranno presenti i seguenti prodotti:

- Gel disinfettante per le mani.
- Prodotti a base alcolica per pulizia e disinfezione.
- Contenitore di rifiuti con apertura a pedale.
- Mascherine in caso di rotture accidentali o se l'atleta ne sia sprovvisto.