



G.S. Forze Vive
Associazione Sportiva Dilettantistica
Codice Fiscale e Partita I.V.A. 09371590150 - Codice FIP 001452
Email 001452@spes.fip.it

REGOLE DA RISPETTARE PER LO SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI

PERSONE AUTORIZZATE

- Sono autorizzate ad accedere alla palestra SOLO ed ESCLUSIVAMENTE gli atleti, gli allenatori e i dirigenti della società.
- NESSUNO che non ricopra un ruolo di cui sopra potrà accedere alla struttura, nemmeno nella zona di ingresso principale e/o sulla tribuna per assistere o attendere.
- Non potendo chiudere la porta di accesso alla palestra si chiede agli allenatori presenti in campo di invitare qualunque persona non autorizzata all'ingresso a lasciare la palestra.
- TUTTE le persone autorizzate all'accesso in palestra dovranno indossare gli appositi DPI (es: mascherina, guanti, ecc.) e per gli atleti la mascherina dovrà essere indossata fino al momento di ingresso al campo di gioco.

UTILIZZO SPOGLIATOI

- Gli spogliatoi e relativi servizi igienici interni agli stessi saranno CHIUSI e non potranno essere utilizzati per nessuna ragione.
- Resterà disponibile il gruppo servizi igienici del pubblico indicato con la lettera "B" nella piantina allegata per gli atleti che ne avranno necessità di utilizzo durante l'attività.
- Si invitano tutti gli atleti a portare una borraccia personale vista l'impossibilità di utilizzare gli spogliatoi.

INGRESSO PALESTRA

- Gli atleti dovranno utilizzare scarpe dedicate all'allenamento da cambiare con quelle in uso all'arrivo in palestra nella zona indicata in piantina con la lettera "A".
- Una volta cambiate le scarpe nella zona "A" gli atleti potranno accedere al campo seguendo il percorso "VERDE" indicato in piantina.
- All'ingresso in campo tutte le persone autorizzate saranno sottoposte alla misurazione della temperatura corporea tramite apposito strumento di rilevazione e in caso di temperatura superiore ai 37,5°C dovranno abbandonare la palestra.
- Qualora una persona presentasse la sintomatologia tipica da Covid-19, febbre, presenza di tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale dovrà abbandonare la palestra.
- Qualora una persona dovesse presentare sintomi durante l'attività questa verrà invitata ad abbandonare la palestra, in caso di minorenni verranno chiamati i genitori.
- Ad ogni allenamento tutte le persone autorizzate dovranno registrare la propria presenza in modo che sia sempre possibile mantenere uno storico dei presenti ad ogni sessione di allenamento.



G.S. Forze Vive
Associazione Sportiva Dilettantistica
Codice Fiscale e Partita I.V.A. 09371590150 - Codice FIP 001452
Email 001452@spes.fip.it

USCITA PALESTRA

- Per uscire dalla palestra gli atleti dovranno cambiarsi le scarpe nella zona “A” e seguire il percorso “BLU” indicato in piantina.

IGIENIZZAZIONE MATERIALE E SUPERFICI

- Si invitano tutti gli allenatori e gli atleti a dotarsi di un liquido/gel tascabile igienizzante personale, sarà comunque messo a disposizione in caso di necessità al fine di poter svolgere l’attività fisica.
- Alla conclusione dell’allenamento gli allenatori provvederanno alla sanificazione dei palloni tramite l’utilizzo di panni dedicati e soluzioni clorate apposite e/o alcool etilico.
- All’inizio dell’allenamento gli allenatori provvederanno alla sanificazione delle superfici utilizzate durante l’allenamento tramite l’utilizzo di appositi prodotti per la pulizia.

MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DELL’ALLENAMENTO

- L’attività proposta agli atleti ha come obiettivo la ripresa della condizione fisica e mentale degli atleti.
- Il numero massimo di atleti che possono accedere contemporaneamente sul campo di gioco è di 16.
- Potranno essere svolti tutti gli esercizi di gioco che prevedono il contatto come da disposizioni regionali.
- In tutte le fasi di riposo dovrà essere mantenuta la distanza minima di 2 metri.
- Ogni sessione di allenamento sarà distanziata dalla successiva di almeno 10 minuti in modo da permettere la sanificazione dei materiali e delle superfici e di non fare incrociare i gruppi.

PROTOCOLLI CLINICO-DIAGNOSTICI

- Prima della ripresa degli allenamenti a tutte le persone autorizzate all’ingresso sarà richiesto di compilare l’autocertificazione che dovrà essere sottoscritta e dovrà attestare l’assenza dei sintomi da Covid-19 e dei rischi di contagio per quanto di propria conoscenza.
- Nella fase successiva alla ripresa delle attività, pur non essendo necessario consegnare settimanalmente l’autocertificazione, crediamo che al fine di effettuare l’automonitoraggio clinico quest’ultima possa essere un valido punto di partenza. Se contestualmente, per la vostra sicurezza e quella di chi frequenta la palestra, volete anche compilarla e consegnarla settimanalmente agli allenatori è sicuramente cosa gradita.
- Tutti gli atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica per i maggiori di anni 11, non agonistica per i minori, in corso di validità.