



CESENA FITNESS

PROTOCOLLO ANTI-COVID-19

GIUGNO 2020

LINEE GUIDA PER GLI OPERATORI SPORTIVI

*IN LINEA CON LE DIRETTIVE EMANATE DALL'UFFICIO PER LO SPORT DELLA
PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI E DALLA GIUNTA NAZIONALE UISP
E DALLA FSN DI RIFERIMENTO PER LE ATTIVITA' DI DANZA*

Allegato A

MODULO DI AUTODICHIARAZIONE

Allegato B

SCHEMA DI UTILIZZO DELL'IMPIANTO SPORTIVO

PER ULTERIORI INFORMAZIONI CONSULTARE I TESTI INTEGRALI:

<http://www.sport.governo.it/media/2135/linee-guida-sport-di-base-e-attivita-motoria.pdf>

http://www.uisp.it/nazionale/files/principale/2020/protocollo_applicativo_covid19.pdf

https://www.federdanza.it/images/COVID-19/Linee_guida_allenamenti_rev1_24052020.pdf

1. PREMESSA

Il presente protocollo applicativo è volto a fornire le indicazioni generali e le azioni di mitigazione necessarie a consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da Covid-19.

Questo per tutelare la salute degli atleti, dei gestori degli impianti del "personale" coinvolto e di tutti coloro che, a qualunque titolo, frequentano i siti in cui si svolge l'attività motoria in genere, con indirizzo generale e unitario che ha carattere temporaneo e strettamente legato all'emergenza.

Le sessioni di allenamento e le lezioni sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale, senza alcun assembramento e a porte chiuse (senza la presenza di pubblico).

REGOLA BASE DEL DISTANZIAMENTO SOCIALE VALIDA SEMPRE, PER TUTTI:

almeno 1 metro per le persone che non stanno svolgendo attività fisica (con mascherina indossata)

almeno 2 metri durante l'attività motoria (senza indossare la mascherina)

2. ACCESSO ALLA PALESTRA

Prima della ripresa degli allenamenti gli atleti Tecnici, Insegnanti, Allenatori, Operatori e gli accompagnatori dovranno sottoscrivere e consegnare in segreteria l'**autodichiarazione** (vedi allegato A) attestante l'assenza di infezione da SARS-COV 2 e di rischi di contagio: sottoscrivendo la predetta autocertificazione, inoltre, gli atleti e gli accompagnatori dichiarano di aver letto, compreso e accettato incondizionatamente il presente Protocollo.

Compito dei Tecnici, Insegnanti, Allenatori, Operatori

Il Tecnico, Insegnante, Allenatore, Operatore o l'accompagnatore degli atleti ha il compito di rispettare un comportamento idoneo a minimizzare il rischio di contagio con il rispetto rigoroso delle norme di comportamento e distanziamento previste dalla normativa vigente e dal presente Protocollo e di verificare costantemente il rispetto delle stesse da parte dell'atleta.

Prescrizioni per tutti gli utenti

- Gli utenti dovranno dichiarare di non essere stati affetti da malattia Covid-19 (autodichiarazione da consegnare ogni 14 giorni);
- Gli utenti che sono stati affetti da malattia Covid-19 devono presentare la documentazione della ASL di appartenenza di guarigione e di autorizzazione a interrompere l'isolamento fiduciario;
- L'accesso non potrà essere consentito ai soggetti in quarantena;
- La temperatura corporea **potrà** essere misurata all'ingresso; alle persone con una temperatura uguale o superiore a 37,5°C l'accesso non sarà consentito.
- **Gli utenti dovranno tenere la mascherina togliendola solo ad inizio allenamento (riponendola in sacchetti di plastica) e indossarla nuovamente al termine, ovvero ad ogni spostamento tra le aree di allenamento (corridoi);**
- **Seguire la segnaletica dei percorsi e distanze di rispetto;**
- Utilizzare i contenitori di rifiuti appositi per i fazzoletti monouso e altro materiale d'uso personale.

Utilizzo degli spazi

Al fine di garantire il distanziamento gli utenti si alleneranno rispettando il numero massimo di persone per ogni vano della palestra come indicato nella pianta (allegato B).

INGRESSO ALL'IMPIANTO SPORTIVO

Accodarsi all'ingresso con mascherina e rispettando la distanza di un metro, dando la precedenza alle persone in uscita dalla palestra, all'entrata igienizzare le mani con il gel e poi passare la tessera personale nel lettore magnetico. Il personale potrà verificare la presenza degli effetti personali richiesti (mascherina, borraccia personalizzata, sacchetti di plastica, scarpe di ricambio pulite, asciugamano grande).

SPOGLIATOI E SERVIZI IGENIZI

Le docce resteranno chiuse, tuttavia gli spogliatoi saranno entrambi accessibili per il cambio delle scarpe e di eventuali indumenti **senza lasciare nulla in giro** e riponendo tutto nella propria borsa o zaino. Tutti gli utenti dovranno arrivare già vestiti in maniera adeguata per la propria attività in modo da ridurre al minimo i tempi di permanenza nello spogliatoio. Il numero massimo di persone all'interno dello spogliatoio è indicato con un cartello, attendere il proprio turno fuori rispettando le distanze in modo da non superare il numero di presenze indicato. I bagni saranno accessibili 1 persona alla volta. Gli utenti dovranno igienizzare i servizi, gli armadietti, tutte le superfici toccate con mano spazzando il prodotto disinfettante messo a disposizione.

SALE PESI E SALA CORSI

Ogni vano della palestra ha un numero massimo di occupanti indicato con un cartello (vedi allegato B) per mantenere la distanza di sicurezza di minimo 2 metri durante l'attività motoria. Una volta entrati nel vano dove allenarsi, togliersi la mascherina riponendola in una busta di plastica chiusa e conservarla in tasca o in una borsa personalizzata per evitare lo scambio accidentale con altri utenti. Restare sempre a distanza di almeno 2 metri durante l'attività. Al termine, indossare nuovamente la mascherina prima di spostarsi da una zona all'altra.

E' obbligatorio sanificare ogni macchinario ed attrezzo dopo ogni utilizzo spruzzando lo spray disinfettante e asciugando con la carta che verranno messi a disposizione in ogni zona. Questa procedura è da applicare anche ai distributori automatici, ai tappetini per l'attività nella sala corsi.

3. GRUPPI DI ALLENAMENTO / TURNI

Si pregano gli utenti di richiedere informazioni tramite e-mail e telefono piuttosto che in sede presso la segreteria.

Allo scopo di evitare assembramenti e mantenere le distanze richieste tutti gli utenti della palestra hanno l'obbligo di prenotazione su **turni a numero chiuso** di persone tramite l'applicazione "**BookyWay**" o telefondando in segreteria.

Per rispettare l'orario prenotato da tutti gli associati è severamente vietato prolungare la permanenza in palestra oltre all'orario prenotato anche in caso l'utente fosse arrivato in ritardo rispetto all'inizio del proprio turno. Tra ogni turno di allenamento è prevista una pausa nella quale lo svuotamento della palestra permetterà allo staff di sanificare gli ambienti comuni di passaggio.

Anche l'accesso alle mini-classi di allenamento e tutti i corsi in generale verrà gestito tramite l'applicazione per garantire l'adeguato distanziamento nella sala corsi (che è stata appositamente preparata con una segnaletica orizzontale che delimita lo spazio personale di ogni utente).

4. COSA PORTARE DA CASA

Tutti gli utenti della palestra devono avere con sè:

- **ZAINO/BORSA** abbastanza capiente da poter contenere tutti i propri effetti personali; deve anche essere personalizzata o facilmente riconoscibile in modo da evitare lo scambio accidentale dei propri oggetti. Si deve in ogni caso arrivare già vestiti adeguatamente per l'attività da svolgere in modo da ridurre al minimo il tempo di permanenza nello spogliatoio.
- **MASCHERINA** che va tolta solo nel momento della attività motoria e rimessa durante le fasi di riposo o spostamento ed in ogni caso non sia possibile il distanziamento di almeno 2 metri.
- **SCARPE PULITE** da utilizzare solamente per l'attività in palestra.
- **BORRACCIA D'ACQUA PERSONALIZZATA** che sia facilmente riconoscibile; nel caso di bottiglie acquistate dal distributore, scrivere sopra il proprio nome.
- **GEL IGIENIZZANTI PER MANI**, lo troverai anche in sede ma meglio averne anche uno personale.
- **SACCHETTI DI PLASTICA**: uno dove riporre la mascherina quando non si usa, uno dove chiudere e gettare oggetti personali potenzialmente infetti (come fazzoletti usati, mascherine monouso, cerotti, salviette ecc.), un'ultimo sacchetto dove riporre le scarpe con cui si è arrivati in palestra.


ALLEGATO A
AUTODICHIARAZIONE COVID 19

Il/la sottoscritto/a (genitore/tutore legale dell'atleta in caso di minore):

Cognome		Nome	
Nato/a		il	
Residente a		Via e n.	
Nella qualità di (*)			

(*) specificare : es. Atleta Tecnico, Insegnante, Allenatore, Operatore, Collaboratore.

DICHIARA

che non ha avuto diagnosi accertata di infezione da Covid-19 e che negli ultimi 14 giorni, inoltre:

	SI	NO
• è stato in contatto stretto con persone affette da Covid -19?		
• è stato in contatto stretto con casi sospetti o ad alto rischio?		
• è stato in contatto stretto con familiari di casi sospetti?		
• ha avuto nelle ultime due settimane sintomi riferibili all'infezione da Covid-19 (tra i quali temperatura corporea superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto)?		
• manifesta attualmente sintomi riferibili all'infezione da Covid-19 (tra i quali temperatura corporea superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto).		

- **Dichiara** di impegnarsi a comunicare prima di ogni ingresso nel sito sportivo eventuali variazioni di quanto sopra dichiarato, compreso l'insorgenza di sintomi riferibili all'infezione da Covid-19, tra i quali temperatura corporea (che andrà preventivamente rilevata) superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto.

Il/la sottoscritto/a attesta sotto la propria responsabilità che quanto sopra dichiarato corrisponde al vero consapevole delle conseguenze civili e penali di una falsa dichiarazione, anche in relazione al rischio di contagio all'interno della struttura sportiva ed alla pratica di attività sportive agonistiche (art. 46 D.P.R. n. 445/2000).

Autorizza, inoltre l'Associazione Polisportiva Dilettantistica Cesena Danze al trattamento dei dati particolari relativi allo stato di salute contenuti in questo modulo ed alla sua conservazione ai sensi del Reg. Eu 2016/679 e della normativa nazionale vigente.

Luogo e data

Firma dell'atleta o del genitore/tutore legale per minorenni

.....

ALLEGATO B
PIANTA DELLA PALESTRA
CON NUMERO MAX DI OCCUPANTI PER OGNI VANO



CESENA DANZE

UISP
sportpertutti

