

# A.S.D. CarsoMuggia 2000

## Protocollo

Per il contenimento del rischio di contagio Covid-19 alla ripresa delle attività

1. Compilazione del modello di autodichiarazione da parte degli Atleti
2. Essere in possesso del certificato medico valido
3. Misurazione della temperatura corporea con termometro a distanza ad Atleti, Tecnici, e a chiunque acceda alla struttura
4. Accedere alla struttura con la mascherina indossata
5. Pulire le mani con soluzioni igienizzanti poste all'interno dell'impianto in prossimità dell'entrata
6. Togliere le scarpe e riporle in un sacchetto porta scarpe e mettere il sacchetto nella propria borsa, utilizzare ciabatte apposite per l'accesso ai servizi igienici
7. Nello spogliatoio mantenere la distanza interpersonale di un metro, evitare strette di mano e abbracci, riporre il proprio abbigliamento nella propria borsa
8. Entrare in palestra uno alla volta e dirigersi in primis sulla parte più lontana dall'entrata
9. Posizionarsi sui segnali a terra
10. Durante l'allenamento non è necessaria la mascherina
11. Dopo l'uso, gli attrezzi vengono sanificati
12. Uso di borracce personali da non condividere con altri, arrivare con le borracce già riempite
13. Uscire dalla palestra iniziando dalla posizione più vicina alla porta d'uscita
14. Dopo ogni seduta di allenamento la palestra viene sanificata e creato un ricambio d'aria
15. Praticare l'igiene respiratoria (starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie) i fazzoletti usati e le mascherine monouso devono essere conferiti negli appositi contenitori dedicati e chiusi
16. E' vietato stazionare nelle zone comuni o per il minimo del tempo necessario al passaggio, mantenere la distanza interpersonale di un metro, indossare la mascherina ed evitare strette di mano e abbracci.
17. Gli Atleti minorenni verranno prelevati dall'istruttore all'entrata della struttura, gli accompagnatori li riprenderanno alla fine dell'allenamento all'ingresso della struttura
18. Il Tecnico responsabile dovrà compilare un registro giornaliero dei praticanti presenti per ogni ora di allenamento da conservare.