

## **VADEMECUM DELLE PRINCIPALI NORME IGIENICO-SANITARIE DA OSSERVARE PER LA RIPRESA DEGLI ALLENAMENTI IN SICUREZZA**

### **Prima di presentarsi nell'impianto sportivo, per lo svolgimento dell'allenamento, i ragazzi dovranno:**

- Essere liberi dai sintomi influenzali (febbre, tosse, perdita del gusto e dell'olfatto ecc.) per almeno 14 giorni prima di qualsiasi attività;
- Restare a casa se si è malati o non ci si sente bene;
- Indossare la mascherina;
- Portare con sé disinfettante per le mani e/o salviettine disinfettanti;
- Giungere al campo in tenuta sportiva in quanto non sarà consentito l'utilizzo dello spogliatoio;
- Portare con sé una bottiglia d'acqua che non dovrà essere scambiata con nessun altro ragazzo.

### **Arrivo degli atleti presso l'impianto sportivo:**

- I ragazzi dovranno presentarsi a piccoli gruppi, con la mascherina indossata e con l'autocertificazione (allegato n. 1) compilata, datata e firmata da un genitore a ogni sessione di allenamento (senza autocertificazione non potranno accedere al campo);
- Dovranno altresì consegnare il patto di responsabilità reciproca (allegato n. 2) compilato e firmato da un genitore (solo la prima volta);
- A ciascun ragazzo verrà rilevata la temperatura corporea, in caso di temperatura uguale o superiore a 37,5° non potrà accedere al campo;
- Avuto accesso al campo ogni ragazzo procederà lungo un percorso obbligato che prevede che l'entrata e l'uscita siano separate.

### **Durante le attività sportive:**

- I ragazzi dovranno astenersi dai contatti stretti con gli altri partecipanti (abbracci, strette di mano ecc.);
- Dovranno praticare il distanziamento interpersonale nelle fasi statiche (finiti gli allenamenti, prima e dopo le partitelle, etc.);
- Indossare la mascherina al termine dello svolgimento delle attività;
- Riporre all'interno del proprio zaino eventuali fazzolettini utilizzati, bicchieri, bottiglie ecc.;
- Disinfettare le mani con il gel alcolico

