



PREMESSA

Con riferimento al Decreto Legge 23 luglio 2021, n. 105, al Decreto Legge 22 aprile 2021, n. 52 e al Decreto Legge 6 agosto 2021, n. 111, riportiamo le Linee Guida Federali per “la Ripresa delle Attività Sportive di Base”. Le norme per l’ingresso in palestra sono dettate dalla necessità di mantenere alta la guardia sul contrasto e contenimento del Virus Covid-19

NORME PER L’INGRESSO IN PALESTRA- INFORMATIVA CERTIFICATI VERDI COVID-19

In adeguamento a quanto riportato in premessa la A.s.d. Dai Shin Do comunica che l’accesso ai locali sportivi, per le attività proposte (corsi karate/difesa personale/yoga) per tutti i Soci, sarà consentito solo a chi è dotato della “certificazione verde covid-19” (Green Pass), comprovanti l’inoculamento almeno della prima dose vaccinale Sars-CoV-2 (validità 9 mesi) o la guarigione dall’infezione da Sars-CoV-2 (validità 6 mesi); oppure l’effettuazione di un test molecolare o antigenico rapido con risultato negativo al virus Sars-CoV-2 (con validità 48 ore dal momento del prelievo).

- Il Green Pass non è obbligatorio per i bambini di età inferiore ai 12 anni, e ai soggetti esentati da idonea certificazione medica rilasciata dal medico o dal servizio sanitario nazionale, secondo i disposti di legge.
- Il controllo sarà effettuato dall’Istruttore tramite l’App “VerificaC19”, che consente, nel rispetto delle procedure di tutela dei dati riservati, un’efficace ed agevole verifica della “certificazione verde”.

Sarà consentito l’accesso senza certificazione verde solamente alle sessioni all’aperto e nelle situazioni e/o luoghi ove non vi è obbligo di legge.

MISURAZIONE TEMPERATURA INDIVIDUALE

A ogni persona in ingresso sarà misurata la temperatura con i nuovi termo scanner. Qualora la temperatura sia superiore a 37,5 non sarà consentito l’ingresso alla palestra. L’ingresso sarà pure inibito in presenza di tosse, raffreddore o sintomi parainfluenzali anche senza alterazione della temperatura. Sarà necessario arrivare non prima di 10 minuti dell’orario d’inizio della lezione, un nostro socio accoglierà gli atleti all’ingresso che, dotati di mascherine e dopo averne accertata la temperatura idonea, e per chi necessario la validità del green pass, li accompagnerà alla palestra, dove potranno levarsi le scarpe e lasciare i propri indumenti ed effetti riponendoli in zaino o borsa personale, una volta rientrato a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti. All’ingresso in palestra prima di entrare, gli atleti dovranno disinfettarsi con gel igienizzante mani e piedi. Ribadiamo l’importanza della frequente igienizzazione delle mani.

REGISTRAZIONE PRESENZE

Sarà stillato da parte del Tecnico presente per la lezione un “**Registro delle Presenze**” che sarà conservato presso la sede legale contenente i seguenti dati: Data nome cognome, Orario di lezione. Saranno resi visibili percorsi d’ingresso e di uscita diversi. I bambini devono essere accompagnati da non più di un familiare.

DISTANZIAMENTO

E' obbligo mantenere la distanza di 1 metro tra persone che non svolgono attività fisica e almeno 2 metri tra persone durante l'attività fisica. La palestra sarà suddivisa in diverse aree contrassegnate da segnaletiche orizzontali. E' necessario, per bere munirsi sempre di bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;

MASCHERINE

Le mascherine **potranno non essere usate durante gli allenamenti** ma **dovranno essere indossate e usate in tutti gli altri ambienti della palestra (ingresso, corridoi, spogliatoi, bagni, docce)**. In mancanza di tale dispositivo personale non sarà consentito l'accesso alla palestra. (la A.s.d. avrà comunque qualche mascherina di riserva in dotazione da fornire ai più smemorati)

SPOGLIATOI e UTILIZZO DEI LOCALI

L'uso dei locali è consentito per il tempo strettamente necessario sia per quanto riguarda l'ingresso che per i corridoi nel quale non si può sostare.

Se possibile si raccomanda di venire in palestra indossando già il karategi pulito. Ogni effetto personale (comprese le scarpe utilizzate esternamente) deve essere conservato all'interno della propria borsa. Non sarà più possibile appendere indumenti o giubbotti sugli attaccapanni.

Terminato l'allenamento vigerà la stessa procedura di arrivo. Si raccomanda di gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati);

In palestra è obbligatorio accedere con scarpe apposite per la palestra (infradito o ciabattine).

Non è consentito consumare cibo negli spogliatoi ed all'interno della palestra

Alle lezioni e all'interno della struttura non sono consentiti visitatori, spettatori, genitori ecc.

Il mancato rispetto di queste indicazioni vieta l'accesso alla struttura sportiva.

Durante l'attività fisica è obbligatorio attenersi a quanto sotto indicato :

- Lavarsi frequentemente le mani;
- Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;
- Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrato a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati);
- Utilizzare, ove possibile, tappetini propri o, se di uso collettivo, è obbligatorio igienizzarli ima e dopo la sessione di allenamento;

INGRESSI CONTINGENTATI

Se l'afflusso ai corsi dovesse mettere a rischio la garanzia del distanziamento adotteremo gli ingressi contingentati, perciò individuato un numero massimo per ogni corso, per accedervi sarà suggerita la prenotazione tramite messaggio cellulare whats-app specificando giornata-sede-orario.

PROTOCOLLO DI SANIFICAZIONE, DISINFEZIONE E STERILIZZAZIONE

DISPOSITIVI DI SANIFICAZIONE

Tra un corso e l'altro gli addetti garantiranno la sanificazione e disinfezione del pavimento oltre che il ricambio dell'aria.

Saranno messi a disposizione dispenser di gel disinfettante nelle zone di accesso all'impianto, di transito, e in tutti i punti di passaggio, inclusi gli accessi agli spogliatoi e ai servizi e gli accessi alle diverse aree;

Verrà effettuata la Disinfezione delle attrezzature (colpitori cerchi coni ecc.) di materiale in plastica e gomma attraverso specifici prodotti certificati.

La sanificazione avvera' con la seguente procedura:

- Pulizia preliminare a umido o con scopa aspiratore per rimuovere lo sporco.
- Disinfezione con stracci o spugne imbevute in soluzione acquosa di aldeide formica al 5% o sali di ammonio e clorexidina o ipoclorito di sodio.
- Lasciare asciugare.
- Sciacquare spesso in acqua gli stracci impiegati.
- Pulizia con normali detersivi di Lavelli, servizi igienici.

Tutti i prodotti utilizzati ci sono stati donati dal LIONS CLUB Duino e possiedono la scheda tecnica. Allegata

KARATE