

STAGIONE SPORTIVA 2021-2022 - REGOLE COVID – 19

Per poter frequentare i corsi di ginnastica è obbligatorio attenersi alle seguenti regole:

Atleta _____

- **Obbligatorio il certificato medico valido per l'attività sportiva**

MODALITA' DI INGRESSO IN PALESTRA

OBBLIGO DI INDOSSARE LA MASCHERINA per l'accesso alla palestra, la stessa deve essere mantenuta in tutte le aree comuni

- Rispettare sempre la distanza di almeno 1 metro;
- Obbligo di ridurre al minimo la permanenza all'interno degli spazi comuni;
- Obbligo di utilizzare gel igienizzante mani all'ingresso e in uscita.

Misurazione della temperatura corporea effettuata da personale addetto con apposito termometro ad infrarossi (verrà negato l'accesso a coloro ai quali verrà rilevata una temperatura superiore ai 37.5°C).

Possibilità di utilizzo degli spogliatoi nel rispetto delle seguenti direttive:

Sarà possibile accedere alla struttura solo 5 minuti prima dell'inizio dell'allenamento.

- 1. divieto assoluto di consumare cibi o bevande all'interno degli spogliatoi;
- 2. obbligo di riporre all'interno della propria borsa/zaino qualsiasi oggetto personale.

Invitiamo cortesemente ad uscire dalla struttura in tempi brevi non si dovrà sostare né fare assembramenti di alcun tipo.

E' VIETATO l'accesso a persone che non facciano parte dello staff di allenamento o del personale addetto.

NORME E REGOLAMENTO GENERALE

- raggiungere la palestra già in tenuta da allenamento;
- utilizzare gel igienizzanti messi a disposizione da Asd SpazioSport all'ingresso;
- indossare la mascherina se non impegnati nell'allenamento;
- per accedere alla palestra, è **obbligatorio cambiarsi le scarpe**, che verranno

riposte unitamente agli altri effetti personali in una borsa/zaino in spogliatoio (utilizzare scarpe da allenamento da usare esclusivamente all'interno delle palestre).

- permesso portare all'interno delle palestre **solo** lo stretto necessario (acqua con etichetta identificativa e asciugamano);
- autodichiarazione scaricabile dal sito www.spaziosportmaniago.com da consegnare al primo allenamento e che avrà validità fino ad eventuale variazione delle situazioni autocertificate.
- Evitare assembramenti prima e dopo la lezione;

DURANTE L'ATTIVITA' SPORTIVA

- Obbligo di mantenere la distanza interpersonale di almeno 2 metri
- La mascherina non è obbligatoria in caso di intenso sforzo fisico, ma deve essere portata con sé durante la permanenza nelle palestre
- Obbligo personale di disinfezione di superfici delle attrezzature utilizzate
- Obbligo di utilizzo dell'asciugamano

E' inoltre richiesto agli atleti:

- La consapevolezza e l'accettazione del fatto di non poter accedere nè di poter permanere all'interno degli impianti sportivi se fossero presenti sintomi influenzali, febbre, tosse o raffreddore, o se provenienti da zone a rischio o se avuto contatti con persone positive al virus nei 14 giorni antecedenti;
- L'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio medico di famiglia.
- L'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità nell'accedere agli impianti sportivi (in particolare, osservare le regole di igiene personale e delle mani).
- mantenimento della distanza interpersonale.

Si ringrazia per la Vostra collaborazione

Maniago, _____

A.S.D. SpazioSport

La Segreteria

Per accettazione _____

