

## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19*

La Quadrifoglio s.s.d. a r.l. gestore dell'impianto sportivo Villa Gentile ha predisposto una bozza di regolamento concordato con il Comitato Regionale della FIDAL Liguria e presentato a tutti i presidenti delle società sportive che frequentano Villa Gentile in data 19 maggio 2020.

A seguito delle osservazioni raccolte è stata elaborata una versione presentata, discussa e condivisa in data 27 maggio 2020. Durante questa riunione sono emersi alcuni spunti che sono stati in parte raccolti in nella presente versione del Regolamento. Altri verranno adottati non appena le condizioni lo consentiranno.

Pertanto Quadrifoglio dispone la riapertura del centro sportivo Villa Gentile a far data dal 29 maggio 2020 in accordo al presente REGOLAMENTO.

La Quadrifoglio s.s.d. a r.l. si riserva di rivedere il presente regolamento qualora si verificassero le seguenti situazioni:

- La rideterminazione delle condizioni di distanziamento sociale nell'ambito dell'attività sportiva (in termini di co-presenze all'interno dell'impianto)
- L'aggravarsi delle condizioni di evoluzione della pandemia COVID-19.

### Tabella dei contenuti:

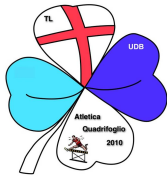
PREMESSA .....	2
art. 1. VALIDITÀ E DURATA DEL PRESENTE REGOLAMENTO.....	3
art. 2. ISTITUZIONE DEL COVID COACH.....	3
art. 3. FORMAZIONE E INFORMAZIONE.....	3
art. 4. GESTIONE DEI CASI SINTOMATICI .....	4
art. 5. ADDETTI AL CAMPO.....	4
art. 6. ALLONTANAMENTO DI PERSONE CHE NON RISPETTANO LE REGOLE .....	4
art. 7. CRITERI DI AMMISSIONE ALL'IMPIANTO IN REGIME DI NUMERO CHIUSO .....	4
art. 8. DOTAZIONI PERSONALI PER ESSERE AMMESSI AL CAMPO .....	4
art. 9. CALENDARIO DI AMMISSIONE .....	5
art. 10. INGRESSO E USCITA DALL'IMPIANTO SPORTIVO .....	5
art. 11. USO DELLA MASCHERINA .....	6
art. 12. PRATICHE DI IGIENE.....	6
art. 13. ESERCIZI DI GRUPPO .....	7
art. 14. ESERCIZI DI RISCALDAMENTO.....	7
art. 15. VELOCITÀ PIANA E AD OSTACOLI .....	7
art. 16. RIPETUTE E CORSA DI RESISTENZA .....	7
art. 17. LANCI.....	7
art. 18. SALTO IN ALTO.....	8
art. 19. SALTII IN ESTENSIONE (LUNGO E TRIPLO).....	8
art. 20. SALTO CON L'ASTA .....	8
art. 21. SERVIZI IGIENICI.....	8
art. 22. SPOGLIATOI .....	8
art. 23. UFFICI SEGRETERIA.....	8
art. 24. SALA MUSCOLAZIONE.....	8
art. 25. UTILIZZO ATTREZZATURE COMUNI .....	8
Allegato 1: Lo Sport riparte in sicurezza .....	10
Allegato 2: calendario valido fino al 13 giugno 2020.....	11
Allegato 3: autodichiarazione per atleti e tecnici autorizzati .....	12
Allegato 4 Modalità di svolgimento degli allenamenti su anello e pedane.....	13
Allegato 5: registro presenze giornaliero società .....	15



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19*

### **PREMESSA**

- Visto il Decreto-Legge 19 maggio 2020, n. 34 recante "Misure urgenti in materia di salute, sostegno al lavoro e all'economia, nonché di politiche sociali connesse all'emergenza epidemiologica da COVID-19".
- Vista l'ordinanza regionale n°30/2020 recante per oggetto "Ulteriori misure in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19 relative alla attuazione sul territorio della Regione Liguria delle disposizioni di cui al DPCM 17 maggio 2020 e s.m.i.
- In riferimento alle linee guida emanate dall'Ufficio dello Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri ai sensi dell'art. 1 lettere f) e g) del DPCM del 26 aprile 2020 relative alle modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali
- In riferimento alle indicazioni emanate dall'Ufficio dello Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri «Lo sport riparte in sicurezza» - Rapporto di CONI, CIP e Politecnico di Torino per quanto specificato nella "Proposta di linee guida per la realizzazione di un disciplinare di accesso e modalità di svolgimento delle attività di allenamento negli impianti di atletica leggera in previsione della loro riapertura durante il periodo dell'emergenza da COVID-19"
- Vista la Circolare prot. 1907/20 della FIDAL e s.m.i.



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

# REGOLAMENTO Villa Gentile COVID-19

## Sezione I – disposizioni generali

### **art. 1. VALIDITÀ E DURATA DEL PRESENTE REGOLAMENTO**

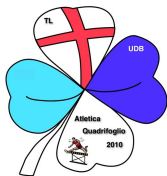
1. Il presente Regolamento ha validità dal giorno 28 maggio 2020
2. Il presente Regolamento ha durata fino a tutto il 13 giugno 2020
3. Quadrifoglio di riserva di cambiare le condizioni del Regolamento in funzione di accadimenti legati all'evoluzione della pandemia COVID-19.
4. Il presente regolamento verrà pubblicato su:
  - a. sito internet [www.villa-gentile.it](http://www.villa-gentile.it)
  - b. pagina Facebook <https://www.facebook.com/VillaGentileGenova/?ref=bookmarks>
  - c. gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/456225561065767/>

### **art. 2. ISTITUZIONE DEL COVID COACH**

1. Un campo di atletica è frequentato da persone tesserate per diverse società sportive
2. I Presidenti delle società sono responsabili dei propri tesserati, atleti, tecnici e dirigenti
3. I Presidenti nominano formalmente un COVID Coach, che deve essere tesserato per la società, in regola con gli adempimenti FIDAL maggiorenne.
4. Il COVID Coach sarà responsabile delle relazioni con l'addetto di Quadrifoglio e del comportamento dei tesserati della società, nel rispetto del presente regolamento
5. Nel caso in cui una sola persona di una società sportiva frequenti Villa Gentile, questa in possesso dei requisiti dell'art.2 punto 4, dovrà essere nominata COVID Coach, per accedere all'impianto sportivo.

### **art. 3. FORMAZIONE E INFORMAZIONE**

1. Preliminarmente alla ripresa dell'attività sportiva e comunque prima di iniziare ogni attività che coinvolga atleti, tecnici, COVID Coach va assicurata una efficace attività informativa e formativa, a partire dalla massima diffusione e spiegazione del presente regolamento.
2. A tal fine il presente Regolamento non appena presentato e discusso a FIDAL Regionale Liguria e ai Presidenti delle società sportive, verrà inviato a FIDAL Regionale Liguria che lo distribuirà alle società stesse.
3. Le informazioni trasmesse in via preliminare devono riguardare:
  - a. indicazioni generali da applicare per prevenire il rischio da Covid-19;
  - b. indicazioni generali di comportamento per prevenire il rischio da Covid-19 all'interno degli spazi sportivi (es. aree di allenamento, servizi igienici, spogliatoi, docce, front-office, aree relax, ecc.);
  - c. comportamenti specifici da tenere nelle aree di attività (es. sala muscolazione, ecc.);
  - d. modalità per il lavaggio delle mani;
  - e. modalità di utilizzo di buste di plastica con chiusure ermetiche per il trasporto e il contenimento di abbigliamento sportivo specifico o calzature;
  - f. modalità di pulizia e igiene individuale;
  - g. procedure operative standard per la pulizia delle varie aree / attrezzature sportive;
  - h. misure da rispettare nelle aree comuni e durante le attività erogate;
  - i. modalità di utilizzo dei DPI specifici messi a disposizione;
  - j. corretta gestione di possibili sintomi di Covid-19 e attività di prevenzione



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

### **4. Le informazioni devono riguardare specificamente l'obbligo:**

1. di rimanere al proprio domicilio qualora vi sia stato contatto con soggetti risultati positivi al Covid-19 negli ultimi 14 giorni o in presenza di febbre (oltre 37.5°) e altri sintomi influenzali; in quest'ultimo caso è fatto obbligo di contattare il proprio medico di famiglia e/o il Servizio Sanitario Nazionale (SSN) di proprio riferimento;
2. di informare tempestivamente il COVID Coach delle società e Quadrifoglio
3. di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti che manifestino qualsiasi sintomo influenzale, specialmente per i COVID Coach delle società sportive

### **art. 4. GESTIONE DEI CASI SINTOMATICI**

1. Per coloro che nel corso dell'allenamento dovessero manifestare insorgenze di sintomi riconducibili a Covid-19 è indicata quale LUOGO DEDICATO ALL'ISOLAMENTO, l'area adiacente all'infermeria; sarà cura del COVID Coach della società interessata, con il supporto dell'addetto al campo incaricato, informare telefonicamente il 118.

### **art. 5. ADDETTI AL CAMPO**

1. il referente incaricato per la gestione del rischio da Covid-19 di Quadrifoglio è Mario Ponschin;
2. il referente incaricato per la gestione del rischio da Covid-19 per gli atleti è il COVID Coach delle società sportive

### **art. 6. ALLONTANAMENTO DI PERSONE CHE NON RISPETTANO LE REGOLE**

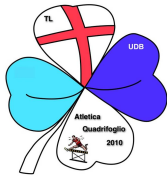
1. Si avvisano gli utenti che, fino a quando saranno in vigore le presenti norme, al Personale incaricato ed ai COVID Coach è riconosciuta la facoltà di allontanare dall'impianto coloro che non rispetteranno integralmente il presente regolamento.

### **art. 7. CRITERI DI AMMISSIONE ALL'IMPIANTO IN REGIME DI NUMERO CHIUSO**

1. Di concerto con il Comitato Regionale della FIDAL si è deciso di adottare le seguenti priorità:
  - a. Atlete e atleti nazionali in accordo ai parametri CONI/FIDAL e categoria diversamente abili
  - b. Atlete e atleti tesserati FIDAL categoria Cadetti, Allievi, Junior, Promesse, Senior
  - c. Atlete e atleti master

### **art. 8. DOTAZIONI PERSONALI PER ESSERE AMMESSI AL CAMPO**

1. Ogni persona ammessa al campo, COVID Coach, Tecnici e atleti, dovranno avere la seguente dotazione personale
2. ogni persona dovrà portare:
  - a. una penna nera o blu altrettanto da uso personale
  - b. documento di identità valido
  - c. autocertificazione
  - d. termometro personale



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

- e. nel caso atleti minorenni la dichiarazione dovrà essere rilasciata dal genitore.
3. I COVID Coach dovranno raccogliere la documentazione che verrà consegnata all'addetto al campo che la terrà in custodia come da normativa vigente.

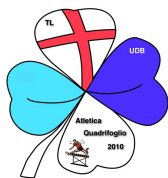
### **art. 9. CALENDARIO DI AMMISSIONE**

1. Di concerto con il Comitato Regionale della FIDAL e con i presidenti delle società sportive si è deciso provare a stilare un calendario di prenotazione per le prime due settimane di apertura.
2. Consapevoli che l'elevato numero di tesserati non consentirà di rispondere a tutte le esigenze, nel caso in cui la consultazione non porti ad una soluzione concertata il gestore fornirà una sua proposta
3. Tale calendario è riportato in allegato 2.

### **art. 10. INGRESSO E USCITA DALL'IMPIANTO SPORTIVO**

Per la validità del presente regolamento:

1. l'ingresso all'impianto sportivo avverrà contingentato per i soli atleti e tecnici, a porte chiuse, vale a dire nessun accompagnatore, genitore o altre persone saranno ammesse all'interno dell'impianto sportivo
2. l'ingresso alla pista di atletica sarà limitato a 50 presenze contemporanee (tecnici + atleti)
3. l'accesso all'impianto è consentito ai tesserati FIDAL per l'anno 2020 in regola con la visita medica
4. non sono ammessi ingressi giornalieri
5. ogni società sportiva dovrà individuare, per ogni turno di presenza sul campo, il COVID Coach, che sarà responsabile di:
  - o verificare i documenti e i requisiti dei propri atleti
  - o compilare la distinta di ingresso con le presenze e l'indicazione della temperatura corporea
  - o informare i propri atleti sulle disposizioni COVID e sul contenuto del presente regolamento
  - o verificare i comportamenti dei propri atleti, ed adottare le conseguenti misure, compreso l'eventuale allontanamento in seguito a comportamenti non aderenti alle disposizioni COVID summenzionate ed al presente regolamento.
6. Nel caso in cui una sola persona tesserata per una società sportiva frequenti Villa Gentile questa, se in possesso dei requisiti dell'art.2 punto 4, dovrà essere nominata COVID Coach dal Presidente della sua società, per accedere all'impianto sportivo.
7. l'ingresso e l'uscita di tecnici e atleti avverrà con modalità tali da garantire:
  - o ingresso e uscita attraverso percorsi segregati e separati
  - o non ci sarà nessuna interferenza tra il passaggio degli atleti e quello delle persone e dei mezzi che opereranno all'interno del cantiere di ricostruzione della gradinata.
8. l'ingresso degli atleti e dei tecnici avverrà dal cancello pedonale presente su via Brigata Salerno, nelle vicinanze dell'ingresso carrabile dell'impianto, dove è stato tracciato apposito attraversamento pedonale provvisorio (in tinta gialla) e sarà istituita zona velocità 30 km/h per la quale è già stata richiesta e ottenuta specifica ordinanza;
9. l'uscita degli atleti e dei tecnici avverrà dai giardini annessi all'impianto sportivo, in prossimità della lunetta del salto in alto, verso il cancello di via Era seguendo i cartelli indicatori
10. il campo sarà aperto tutti i giorni dal lunedì al venerdì dalle 12:00 alle 20:00
11. Nel rispetto dei quotidiani orari di apertura gli allenamenti si svolgeranno per Sessioni/Fasce Orarie di allenamento che sarà di 120 minuti.
12. Un addetto di Quadrifoglio aprirà il cancello alle 12,00 – 14,00 - 16,00 - 18,00.



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

13. Il cancello starà aperto solo per 15 minuti.
14. Quando mancheranno 15 minuti al termine delle due ore stabilite l'addetto al campo darà un segnale sonoro con un fischietto per tre volte
15. Tutte le persone presenti devono lasciare l'impianto, nel rispetto di quelli che stanno entrando nel turno successivo
16. Un addetto di Quadrifoglio accoglierà i COVID Coach delle società e raccoglierà i moduli presenza, il DOCUMENTO DI AUTOCERTIFICAZIONE attestante l'assenza di infezione da Covid-19 e la presa visione del regolamento disponibile presso la postazione di ingresso; il documento avrà validità di 14 giorni.
17. I COVID Coach delle società faranno effettuare la misurazione della temperatura corporea per mezzo di termometri personali a tutti coloro che devono entrare nell'impianto (atleti e tecnici) e dovranno segnalarla nel foglio presenza
18. **Tale foglio giornaliero DEVE essere lasciato all'addetto al campo (vedi allegato 6)**
19. nell'eventualità si riscontri temperatura sopra i 37,5 non sarà consentito l'ingresso nel luogo di allenamento e la persona sarà invitata a far rientro nella propria abitazione

### **art. 11. USO DELLA MASCHERINA**

1. L'ingresso all'impianto sportivo è consentito solo con i dispositivi di prevenzione del contagio (mascherina) che devono essere indossati fino all'inizio dell'allenamento e successivamente al momento di lasciare l'impianto sportivo
2. Per gli atleti durante l'allenamento non è obbligatorio l'uso di mascherina
3. I tecnici e i COVID Coach DEVONO mantenere la mascherina durante la loro permanenza all'interno di Villa Gentile

### **art. 12. PRATICHE DI IGIENE**

1. ogni persona dovrà portare:
  - a. una penna nera o blu altrettanto da uso personale
  - b. documento di identità valido
  - c. documentazione di cui al DPCM 26 aprile 2020 in regola
  - d. nel caso atleti minorenni la dichiarazione dovrà essere rilasciata dal genitore.
  - e. lavarsi frequentemente le mani
2. All'interno del sito dovrà essere garantita la possibilità di rispettare le seguenti prescrizioni igieniche
  - a. mantenere la distanza interpersonale minima di 1 mt in caso di assenza di attività fisica;
  - b. mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt. Ulteriori indicazioni di dettaglio potranno essere definite dagli specifici Protocolli emanati delle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana;
  - c. non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
  - d. 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;
  - e. 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;
  - f. bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
  - g. gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati.



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

- h. Nel rispetto del DPCM del 26 aprile 2020 non è consentito scambiarsi oggetti di qualsiasi tipo. In mancanza di questi oggetti e dei documenti necessari le persone autorizzate NON saranno ammesse all'impianto sportivo.

### **Sezione II – pratica sportiva**

#### **art. 13. ESERCIZI DI GRUPPO**

1. TUTTI gli esercizi di gruppo a terra dovranno essere effettuati mantenendo una distanza tra i singoli atleti di non meno di tre metri utilizzando possibilmente un materassino personale
2. stesso criterio dovrà essere adottato per tutti quegli esercizi solitamente svolti anche in piccoli gruppi quali ad esempio Skip e similari o esercizi di “agilità” svolti con gli ostacoli

#### **art. 14. ESERCIZI DI RISCALDAMENTO**

1. si deve utilizzare la CORSIE n° 6 e, ove possibile, la parte esterna per tutta l'intera lunghezza della pista di m. 400, mantenendo la distanza interpersonale di 8-10 metri
2. In corrispondenza del parco adiacente alla lunetta dell'alto si consiglia di fare riscaldamento prendendo la rampa e proseguendo nell'anello dentro ai giardini. In tal modo otteniamo la curva di partenza libera in corsia 5 e 6 e la possibilità di usare la nuova partenza dei 100 sul tettilineo opposto all'arrivo.

#### **art. 15. VELOCITA' PIANA E AD OSTACOLI**

1. si invitano i COVID Coach e i tecnici delle società sportive, di concerto con l'addetto al campo di Quadrifoglio, ad utilizzare i due rettilinei in caso di un numero di persone elevato
2. al fine di NON interferire con la corsa di riscaldamento in sesta corsia si invitano i responsabili COVID delle società sportive a **posizionare blocchi e partenze in prossimità degli 80**, utilizzando la corsia n° 3
3. per ripetute fino a 300 m utilizzare la corsia N°4
4. si invitano tutti alla massima attenzione nelle fasi di recupero, soprattutto quando si procede in senso contrario alla normale direzione di corsa.
5. Si invitano gli atleti a recuperare nella corsia utilizzata, ove possibile, ovvero all'interno della pista, prestando attenzione a interferenze con altre pedane: Lanci, Alto, Asta

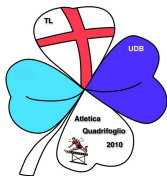
#### **art. 16. RIPETUTE E CORSA DI RESISTENZA**

1. valgono le disposizioni della circolare FIDAL per attività superiore al giro di pista utilizzare la corsia n°1 mantenendo la distanza interpersonale di 8-10 metri
2. si raccomanda il buon senso. Dato il numero chiuso si sconsiglia di effettuare allenamenti lunghi che potrebbero essere effettuati fuori dall'impianto sportivo, come peraltro indicato dalla circolare FIDAL non sono ammessi allenamenti lunghi all'interno dell'impianto.

#### **art. 17. LANCI**

1. ogni atleta deve avere il suo attrezzo personale,
2. nel caso un atleta non abbia un suo attrezzo, questo verrà prelevato dai magazzini dai responsabili COVID delle società.





## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

3. Ogni atleta prende un solo attrezzo utilizzando i guanti in lattice e provvederà personalmente alla sanificazione mediante la nebulizzazione di igienizzante spray a disposizione e la successiva asciugatura con carta;
4. la stessa operazione verrà eseguita al termine dell'utilizzo dell'attrezzo; la carta verrà gettata nell'apposito contenitore predisposto.

### **art. 18. SALTO IN ALTO**

1. ogni atleta dovrà portare con sé nello zaino un TELO di protezione personale della misura di m. 4,00 x 2,50 che, di volta in volta, verrà posizionato e tolto prima e dopo ogni salto

### **art. 19. SALTI IN ESTENSIONE (LUNGO E TRIPLO)**

1. le buche dei salti non possono essere utilizzate
2. analogamente non è utilizzabile la corsia in sabbia per esercizi propriocettivi.

### **art. 20. SALTO CON L'ASTA**

1. ogni atleta dovrà portare con sé nello zaino un TELO di protezione personale della misura di m. 4,00 x 2,50 che, di volta in volta, verrà posizionato e tolto prima e dopo ogni salto

## **Sezione III – servizi di impianto**

### **art. 21. SERVIZI IGIENICI**

1. Fino a nuove disposizioni l'utilizzo di servizi igienici nell'impianto sportivo sarà interdetto

### **art. 22. SPOGLIATOI**

1. Fino a nuove disposizioni l'utilizzo degli spogliatoi e relative docce nell'impianto sportivo sarà interdetto

### **art. 23. UFFICI SEGRETERIA**

1. Fino a nuove disposizioni la segreteria tecnica dell'impianto sportivo sarà chiusa

### **art. 24. SALA MUSCOLAZIONE**

1. Fino a nuove disposizioni la sala muscolazione sarà chiusa

### **art. 25. UTILIZZO ATTREZZATURE COMUNI**

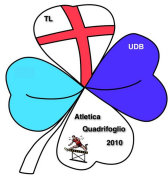
1. Per l'utilizzo delle seguenti attrezzature comuni, ogni persona che li movimentata deve usare guanti di protezione che saranno poi smaltiti opportunamente negli appositi contenitori:
  - a. Blocchi di partenza
  - b. Coperture tappeti
  - c. Scope, pale, rastrelli, ...
  - d. Coperture tappeti
  - e. Rete gabbia lanci
  - f. Ostacoli
  - g. Siepi





## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19*

- h. Asticelle alto e asta
- i. Ritti alto e asta
- j. Ogni altra attrezzatura comune non elencata (coni, cinesini, ...)



## impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19

### Allegato 1: Lo Sport riparte in sicurezza

  
Presidenza del  
Consiglio dei Ministri  
Ufficio per lo sport

# Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



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



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

**Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:**



METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

**In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:**



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



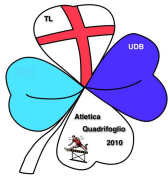
ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle **Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate** di riferimento, nonché della **Federazione Medico Sportiva Italiana**

  
[sport.governo.it](http://sport.governo.it)



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19*

### **Allegato 2: calendario valido fino al 13 giugno 2020**

***A cura di FIDAL REGIONALE LIGURE***



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19*

### **Allegato 3: autodichiarazione per atleti e tecnici autorizzati**

AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DEGLI ARTT. 46 E 47 D.P.R. N. 445/2000

La società sportiva \_\_\_\_\_ affiliata alla Federazione Italiana di Atletica Leggera, Codice Fidal \_\_\_\_\_, ha tesserato presso di sé l'atleta (nome cognome) \_\_\_\_\_, nato a \_\_\_\_\_, il \_\_\_\_\_, residente in \_\_\_\_\_, Provincia \_\_\_\_\_, via \_\_\_\_\_, numero civico \_\_\_\_\_, tessera FIDAL \_\_\_\_\_

IL SOTTOSCRITTO DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ

- ✓ di non essere stato affetto da COVID-19 positivo accertato e guarito;
- ✓ di non aver avuto negli ultimi 14 giorni, per quanto di mia conoscenza, contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19;
- ✓ di essere a conoscenza dell'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di sintomi respiratori (a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia) e di ritornare agli allenamenti, dopo tali sintomi, a seguito di esito negativo di tampone.

Luogo e Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

(se l'atleta è minorenne firma del genitore o di chi esercita la potestà genitoriale)

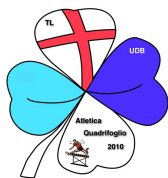


## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

### **Allegato 4 Modalità di svolgimento degli allenamenti su anello e pedane**

Le misure riportate in calce sono tutte a carico e in supervisione al COVID Coach di ogni singola società:

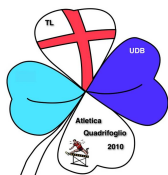
1. Lanci: Dovranno essere previste Fasce Orarie destinate all'attività dei lanci per i soli Atleti in possesso di attrezzi personali; diversamente, causa la presunta impossibilità di garantire nel passaggio dell'attrezzo (di metallo) da atleta ad atleta la sanificazione degli attrezzi di dotazione dei singoli impianti, le attività dei lanci dovranno essere vietate. Ove la pratica della sanificazione fosse garantita, si potranno usare, sempre con il principio "dell'attrezzo personale" gli attrezzi in dotazione all'impianto; in questo caso ogni atleta alla fine dell'allenamento dovrà personalmente garantire la sanificazione dell'attrezzo che a conclusione dell'allenamento dovrà essere riposto in rastrelliere/ceste all'uopo destinate
2. Distanziamento 0: presupposto come durante un allenamento il volume e la forza di espirazione, come pure la velocità di espulsione delle particelle di fonazione e non solo, viaggiano a velocità e distanze superiori rispetto a quanto avviene nella quotidianità, è necessario rivalutare il concetto di distanziamento da rispettare durante un allenamento.
3. Distanziamento 1: le ripetute potranno anche essere effettuate da più atleti nella stessa corsia purchè con partenze distanziate, da mantenere durante la prova, di non meno di tre metri l'uno dall'altro
4. Distanziamento 2: gli esercizi di gruppo a terra dovranno essere effettuati mantenendo una distanza tra i singoli atleti di non meno di tre metri in relazione alla tipologia di esercizio da eseguire; stesso criterio dovrà essere adottato per tutti quegli esercizi solitamente svolti anche in piccoli gruppi quali ad esempio Skip e similari o altri esercizi di "agilità" svolti con gli ostacoli e non solo.
5. Distanziamento 3: le staffette, come pure gli esercizi dei cambi fatti in sequenza tra più atleti e ad andatura molto ridotta, potranno essere effettuati purchè gli atleti siano provvisti dei guanti in lattice (poi da gettare) per tutte e due le mani o quanto meno per la mano che prenderà/cederà il testimone, oppure a mani libere se dotati di prodotti di igienizzazione da usare (su mani e testimone) immediatamente dopo la conclusione dell'esercizio (non dell'allenamento), in questo caso evitando di portare la mani al volto durante lo svolgimento dell'esercizio.
6. Distanziamento 4: stesso criterio dovrà essere adottato per le attività sulle pedane per i salti in estensione, con l'ulteriore considerazione che nei casi in cui l'esercizio è ovviamente il salto dovessero concludersi all'interno della fossa, prima di ogni successivo singolo esercizio/balzo/salto, la sabbia dovrà essere rivoltata (questo aspetto merita però un approfondimento) con rastrello e/o pala, possibilmente dal Tecnico dotato di guanti in lattice poi da gettare.
7. Distanziamento 5: più in generale ogni singola attrezzatura utilizzata per gli allenamenti (attrezzi da lancio personali ovviamente esclusi) per praticità si suggerisce di farla movimentare dai Tecnici che per lo scopo dovranno essere sempre dotati di guanti in lattice e prodotto igienizzante da utilizzare quando necessario.
8. Zone di caduta salto in alto e salto con l'asta: salvo avere la capacità/possibilità di riservare tali attrezzature all'utilizzazione di un singolo atleta per tutto il periodo di "apertura regimentata",



## *impianto sportivo Villa Gentile – Genova* *Regolamento Fase 2 – COVID-19*

- causa le caratteristiche dei tessuti che rivestono le zone di caduta e la loro impossibilità ad essere sanificati, l'utilizzazione in sicurezza di tali attrezzature appare di difficile attuazione. La proposta è quella di far dotare ogni singolo atleta di un personale foglio di cellophane di sufficiente resistenza (piegato non sarà né pesante né ingombrante) e delle dimensioni approssimative di m 3.00 x 4.00 (alto) e m 4.00 x 5.00 (asta) da stendere e rimuovere dalla zona di caduta a conclusione di ogni singola prova o dell'allenamento se riferito ad un solo atleta in pedana
9. Zone di caduta salto in lungo: per evidenti ragioni sanitarie, la zona di caduta è INTERDETTA
  10. Allenamenti Lunghi: per i mezzofondisti, causa la specificità delle loro specialità in relazione alle necessità di distanziamento e di svolgimento di tutte le altre specialità, non dovrebbe essere consentito svolgere i "lunghi" sull'anello. Potranno evidentemente svolgere test e ripetute (max m 800/1000) sull'anello, nelle modalità precedentemente descritte. Si dovrà in ogni caso raccomandare il rispetto del distanziamento maggiorato anche durante i loro allenamenti svolti esternamente all'impianto laddove l'allenamento fosse svolto assieme ad altro/altri atleti
  11. Sale di Muscolazione: INTERDETTA
  12. Ospiti e Accompagnatori: allenamenti a porte CHIUSE
  13. Fontanelle: L'approvvigionamento dell'acqua dalle fontanelle dell'impianto sarà consentito, ma dovrà essere proibito di bere direttamente dalle fontanelle; sarà obbligatorio dotarsi di borracce personali e/o bere utilizzando i bicchieri di plastica.

Lanci	Utilizzo dei soli attrezzi personali
Distanziamento 0	
Distanziamento 1	
Distanziamento 2	
Distanziamento 3	Guanti in lattice e dispenser
Distanziamento 4	Guanti in lattice
Distanziamento 5	Guanti in lattice e dispenser
Zone di Caduta	Cellophane 3x4 metri per alto Cellophane 4x5 metri per asta
Lunghi	



## impianto sportivo Villa Gentile – Genova Regolamento Fase 2 – COVID-19

### Allegato 5: registro presenze giornaliero società

Utilizzare modulo per ogni giorno ovvero cumulativo

VILLA GENTILE GENOVA	elenco presenze COVID-19 - fase2	periodo dal 28 maggio al 13 giugno									
	<b>società sportiva:</b>										
	fascia oraria										
	<b>Covid Coach:</b>	nome	cognome	recapito telefonico							
	nota per il COVID Coach: compilare la tabella presenza indicando la temperatura registrata										
		maggio					giugno				
<b>atleti autorizzati</b>		29	3	4	5	8	9	10	11	12	13
<b>tecnici autorizzati</b>	#REF!	3	4	5	8	9	10	11	12	13	

VILLA GENTILE GENOVA	elenco presenze COVID-19 - fase2	periodo dal 28 maggio al 13 giugno									
	<b>società sportiva:</b>										
	fascia oraria										
	<b>Covid Coach:</b>	<	cognome	recapito telefonico							
	nota per il COVID Coach: compilare la tabella presenza indicando la temperatura registrata										
		data									
<b>atleti autorizzati</b>											
<b>tecnici autorizzati</b>	<b>28</b>										