

La Costanza 1884 A.Massucchi A.S.D., nel rispetto delle norme igienico-sanitarie in materia di prevenzione del contagio del Covid-19, applicherà tutte le indicazioni previste dal DCPM DEL 17/05/2020.

La Costanza 1884 A.Massucchi A.S.D. chiede agli atleti di sollevare l'Associazione Sportiva stessa, da ogni responsabilità in caso di un eventuale positività da Covid-19, in quanto non accertabile il luogo del contagio. Per i minori occorre la firma del genitore con la patria potestà.

Gli atleti alla ripresa degli allenamenti devono presentare un'autodichiarazione (**Allegato 2**) attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza, nonché la certificazione di attestazione dell'interesse Nazionale che deve essere esibita per l'accesso agli impianti, nonché per tutti gli usi previsti, ivi compresa l'attività di controllo a cui sono preposte le autorità locali.

Ogni giorno l'atleta dovrà provvedere a misurarsi la temperatura corporea col proprio termometro a casa e accettarsi che sia nella norma. (inferiore 37,5°).

Alleghiamo il modulo di Autocertificazione dove ogni mattina l'atleta dovrà dichiarare il proprio stato di salute sia nel rispetto delle norme che del regolamento anti-contagio.

Senza il modello adeguatamente compilato e firmato non sarà possibile accedere alla palestra di allenamento.

Per ciò che concerne l'attività da svolgere nelle palestre, come da indicazioni della FMSI (PROTOCOLLO FMSI PER LA RIPRESA DELL'ATTIVITA' SPORTIVA DEGLI ATLETI - **Allegato 1**), tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità.

### **REGOLE DI ACCESSO E USO DELLA PALESTRA**

- Ogni giorno gli atleti dovranno misurarsi la temperatura corporea a casa prima di venire in palestra e accettarsi che sia nella norma (inferiore ai 37,5°).
- I genitori dovranno lasciare gli atleti davanti al cancellino esterno di ingresso.
- Sarà possibile l'ingresso nella struttura agli atleti solamente uno alla volta. Gli atleti in attesa all'esterno della palestra dovranno mantenere la distanza interpersonale di almeno 1 metro.
- L'atleta dovrà presentarsi con l'abbigliamento per l'attività sportiva già indossato e in un'area a lui riservata seguendo delle precise regole comportamentali, dovrà togliersi le scarpe, la mascherina che con il cellulare depositerà in appositi contenitori sigillati, successivamente riposti nella propria borsa.
- Dovrà avere un paio di ciabatte che verranno utilizzate esclusivamente in palestra, una volta finito l'allenamento, dovranno essere riposte in un contenitore sigillato e portate a casa.
- Dovrà avere un proprio contenitore personale dove riporre la magnesina.
- Successivamente si recherà nella zona di controllo, dove dovrà disinfettarsi le mani tramite gel igienizzante messo a disposizione, dovrà consegnare il modulo di Autocertificazione. e si farà misurare la temperatura corporea dall'addetto predisposto tutti i giorni. L'atleta dovrà provvedere a misurarsi la temperatura corporea col proprio termometro a casa.
- In palestra l'atleta dovrà prendere possesso di una sedia messa a sua disposizione dove riporre la propria borsa.
- L'atleta dovrà sostare al suo posto ogni qualvolta non impegnati durante l'allenamento.
- Non sarà possibile accedere agli spogliatoi.
- Saranno disponibili solo i servizi igienici dell'atrio.

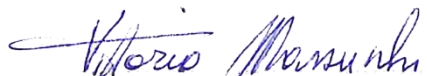
**PROTOCOLLO FMSI PER LA RIPRESA DELL'ATTIVITA' SPORTIVA DEGLI ATLETI  
PER GLI ATLETI, TECNICI, DIRIGENTI E ADDETTI AI LAVORI**

- Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchieri, utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con i compagni altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).
- Non è consentito consumare cibo all'interno dei locali della struttura
- Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, compreso cellulare in appositi contenitori sigillati
- Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende;
- Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.
- Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate.
- Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto monouso o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.
- Qualora si manifestino sintomi evidenti di infezione respiratoria in atto e/o febbre l'atleta deve immediatamente abbandonare l'allenamento e isolarsi, lo stesso deve rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), oppure rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- Comunicare tempestivamente al personale societario se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate da zone a rischio o in quarantena.
- Non si potranno usare gli spogliatoi.
- I metodi d'insegnamento dovranno adeguarsi alla necessità del mantenimento della distanza sociale, fra istruttore e praticante. Per tutte quelle pratiche sportive per cui può essere necessaria una distanza inferiore a quella di sicurezza dovrà essere usata la mascherina e guanti.
- Gli istruttori dovranno fare massima attenzione al momento di inizio e fine degli allenamenti e saranno addetti al controllo del rispetto del protocollo da parte dei frequentatori
- Chi non rispetta il regolamento "Protezione COVID" sarà allontanato dalla struttura.
- Dovrà essere fornita specifica autocertificazione chi è risultato positivo al virus ed è guarito.
- Verifica della validità del certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica degli atleti convocati;

Per quanto non previsto dal presente regolamento valgono le disposizioni delle normative vigenti per il contenimento del contagio da COVID-19

Associazione Sportiva Dilettantistica  
La Costanza 1884 Andrea Massucchi ASD

Il Presidente  
Vittorio Massucchi



Per presa visione ed accettazione.

Sig./ra \_\_\_\_\_

(Cognome e nome )

Data: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

(In caso di minore firma del genitore)