

Prontuario delle regole anti-COVID per le famiglie e gli atleti

1. Le famiglie effettuano il controllo della **temperatura** corporea degli atleti a casa ogni giorno prima di recarsi in palestra così come previsto dal Rapporto Covid19 dell'ISS n.58/2020.
2. I genitori **non devono assolutamente mandare in palestra** i figli che abbiano febbre oltre i 37.5° o altri sintomi influenzali (tosse, cefalea, sintomi gastrointestinali quali nausea/vomito, diarrea, mal di gola, difficoltà respiratorie, dolori muscolari, congestione nasale, brividi, perdita o diminuzione dell'olfatto o del gusto, diarrea), oppure che negli ultimi 14 giorni siano entrati in contatto con malati di COVID o con persone in isolamento precauzionale.
3. **Ogni giorno** tutti gli atleti devono essere dotati dalla famiglia di **una confezione piccola di gel disinfettante personale** (pur essendo presente in palestra un dispenser di gel disinfettante comune) e **mascherina chirurgica nuova**, da usare nei momenti di ingresso, uscita, spostamenti all'interno della palestra, quando non può essere garantita la distanza interpersonale di 1 metro e in altre occasioni segnalate. È necessario che gli atleti siano dotati di una **bustina igienica personale** dove riporre la mascherina quando non ne è previsto l'utilizzo.
4. Le mascherine monouso, così come i fazzoletti di carta, dovranno essere **smaltite** esclusivamente negli appositi **contenitori segnalati con apposito simbolo**.
5. Non è consentito utilizzare **attrezzi o giochi portati da casa**, in nessuna palestra.
6. Gli atleti dovranno evitare di condividere il proprio **materiale sportivo** con i compagni.
7. Al fine di evitare assembramenti, **l'accesso agli spogliatoi** non sarà consentito durante l'orario di allenamento.
8. Gli atleti devono **igienizzarsi bene le mani** ogni volta prima di entrare in palestra.
In ogni palestra è disponibile un dispenser con gel disinfettante.
9. Per **l'accesso agli spogliatoi e ai bagni** e agli altri spazi comuni è previsto l'uso della **mascherina**