



PROTOCOLLO RIPRESA ALLENAMENTI BASKET MOGLIANO STAGIONE 2020/2021

Premesse OBBLIGATORIE per la ripresa delle attività:

Autocertificazione

Prima della ripresa delle attività a tutti gli operatori sportivi coinvolti (atleti, allenatori/istruttori/, dirigenti) verrà richiesto il rilascio di un'AUTOCERTIFICAZIONE che dovrà essere sottoscritta e dovrà attestare l'assenza dei sintomi da infezione SARS-COV-2 e dei rischi di contagio per quanto di propria conoscenza.

**ATTENZIONE! GLI ATLETI CHE NON AVRANNO MANDATO
L'AUTOCERTIFICAZIONE NON POTRANNO PARTECIPARE AGLI ALLENAMENTI.**

Auto-monitoraggio clinico individuale

Nella fase successiva alla ripresa delle attività non si dovrà presentare l'autocertificazione e ciascuno sarà tenuto ad auto monitorarsi dal punto di vista clinico.

Qualora in qualunque momento fosse rinvenuta la sintomatologia tipica da COVID 19 tutti i partecipanti dovranno ritenersi esclusi dalla partecipazione all'allenamento e darne notifica, tempestivamente, al Delegato alla vigilanza, per l'attivazione delle procedure di indagine più approfondite. In caso di normale infortunio gli atleti coinvolti dovranno sostare in un'area dedicata in attesa del termine dell'allenamento o degli accompagnatori.

Riammissione di soggetti positivi al COVID 19 al gruppo di lavoro

Tutti gli operatori sportivi (atleti, istruttori/allenatori, dirigenti) accertati positivi al COVID 19 e guariti, per essere riammessi alle attività sportive dovranno presentare un certificato di guarigione, rilasciato da un infettivologo o dalla struttura di igiene pubblica della ASL di competenza che attesti l'avvenuta guarigione.

Tutti gli atleti, dovranno sottoporsi a nuova visita di idoneità all'attività sportiva agonistica (non agonistica per i minori di 11 anni), che verifichi l'effettivo stato di salute dopo il decorso della malattia.

Certificazione di idoneità agonistica e non agonistica

Tutti gli Atleti **devono** essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica per i maggiori di anni 11 o non agonistica per i minori, in corso di validità.

ATTENZIONE! GLI ATLETI CHE AVRANNO LA CERTIFICAZIONE DI IDONEITA' SCADUTA NON POTRANNO PARTECIPARE AGLI ALLENAMENTI.

Gli atleti dovranno avere:

- * mascherina
- * tappetino per esercizi (o stuoia o asciugamano da mettere a terra)

Zainetto contenente:

- * sacchetto pulito dove riporre la mascherina durante l'allenamento
- * corda da saltare (non necessario per categoria Pulcini e Scoiattoli)
- * asciugamano
- * maglia di ricambio
- * borraccia con nome bene in vista (meglio se piena da casa)

Indicazioni operative per la ripresa degli allenamenti:

- * all'atleta verrà misurata la temperatura prima di entrare in palestra ed in caso questa superi i 37.5° non potrà effettuare l'allenamento;
- * l'atleta dovrà seguire l'apposita segnaletica e relativo piano d'ingresso per evitare affollamenti mediante diversificazione dei percorsi e degli orari di atleti, tecnici e dirigenti;
- * formazione di un orario giornaliero e settimanale per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti e avere una gestione dei turni di allenamento che tenda a non fare incontrare i diversi gruppi;
- * l'atleta deve partire da casa già vestito per l'allenamento, con un paio di scarpe da ginnastica da esterno, non quelle che utilizzerà in palestra, portando con sé il tappetino e lo zainetto con all'interno il materiale indicato;
- * eventuali accompagnatori devono lasciare l'atleta all'ingresso dell'impianto sportivo ed aspettare l'orario di inizio allenamento in caso fosse necessario riprenderlo causa temperatura superiore ai 37,5°;
- * chiusura, al momento, di tutte le altre parti comuni (spogliatoi, aree ristoro ecc..) complementari al campo da gioco;
- * per evitare assembramenti gli accompagnatori sono invitati a lasciare l'impianto sportivo e a farvi ritorno a fine allenamento;
- * l'atleta deve arrivare all'allenamento indossando la mascherina e non toglierla fino a che non lo dirà il responsabile Covid ;
- * è fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.);

- * una volta registrato l'atleta entrerà nel campo, ancora con la mascherina indossata, portando con sé il proprio materiale;
- * entrando i ragazzi dovranno **OBBLIGATORIAMENTE** igienizzare le mani con una soluzione alcolica messa a disposizione dalla società;
- * durante l'allenamento i ragazzi potranno richiedere nuovamente di igienizzare le mani qualora ne sentissero l'esigenza e dopo ogni esercizio di passaggio palla;
- * quando gli atleti saranno tutti entrati, disposti a una distanza di sicurezza e avranno riposto il proprio materiale secondo indicazioni, il responsabile Covid consentirà di togliere la mascherina che verrà riposta nel sacchetto pulito all'interno dello zaino;
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.

Quale attività si potranno fare e con quale caratteristiche?

Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.

Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.

Tutte le forme di esercizi individuali con il rispetto del distanziamento sociale e dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti.

Tutti gli esercizi di gioco, sia tecnici che competitivi che prevedono il contatto.

Come svolgere l'attività?

Utilizzo di palloni sanificati all'inizio della seduta di allenamento e da sanificare alla fine della stessa dagli stessi atleti.

Mantenimento del distanziamento sociale di almeno 2 metri, da osservare anche nelle fasi di non gioco nei casi in cui è previsto il contatto.

Utilizzo di scarpe dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita)

Rispetto di 10 minuti tra le sessioni dei vari gruppi di allenamento.

In campo si potranno allenare al massimo 16 giocatori/trici.

In allegato troverete il Documento di Autocertificazione e scheda di valutazione Covid-19: dovrete **OBBLIGATORIAMENTE inviarlo via e-mail all'indirizzo basket@polisportivamogliano.it entro 5 ore dall'inizio del primo allenamento e non prima delle 48 ore dall'inizio e consegnarne una copia al Covid Manager all'ingresso in palestra.**