



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA FONDATA NEL 1878
SEDE PRESSO CONI BELLUNO - VIA CIPRO, 30 – 32100 BELLUNO

PROTOCOLLO DEL GINNASTA

PRIMA DELL'ALLENAMENTO

PUOI ENTRARE IN PALESTRA SOLO SE:

- NON sei stato in zone a rischio o non hai avuto contatti con persone positive al Covid-19 nei precedenti 14 giorni;
- NON avverti sintomi febbrili.

INGRESSO

- Arriva NON prima di 15 minuti dall'orario comunicato per l'inizio della lezione indossando la MASCHERINA e mettiti in fila nella zona identificata come ingresso rispettando le distanze di sicurezza in attesa di entrare nella ZONA di ACCETTAZIONE;
- Devi essere accompagnato da un adulto fino alla porta d'ingresso (limite consentito agli accompagnatori).

ZONA di ACCETTAZIONE

- Entra nella ZONA di ACCETTAZIONE e DISINFETTA LE MANI;
- Esibisci il Green Pass se rientri nella fascia di età idonea all'accertamento;
- Posizionati nella zona di accettazione per farti misurare la temperatura:
 - qualora la temperatura sia ≥ 37.5 sarai tenuto a rientrare presso il tuo domicilio (l'accompagnatore dovrà attendere, all'esterno della struttura, l'esito della misurazione prima di allontanarsi);
 - se sei idoneo a svolgere l'attività potrai accedere alla ZONA GRADINATE.

ZONA GRADINATE

Una volta raggiunta la zona GRADINATE:

- cambiati velocemente nella seduta indicata dal tuo allenatore;
- indossa le infradito o scarpette da ginnastica;
- riponi l'abbigliamento in ordine nella tua borsa/zaino (giacca, felpa, maglietta, pantaloni, scarpe, ecc);
- prendi con te solamente la tua "scatola".

Una volta sceso dalle gradinate dovrai raggiungere la ZONA PRE-CAMPO per:

- Disinfettarti nuovamente le mani;
 - Accedere alla ZONA ALLENAMENTO;
 - Riporre le infradito e la scatola nella zona a te assegnata.



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA FONDATA NEL 1878
SEDE PRESSO CONI BELLUNO - VIA CIPRO, 30 – 32100 BELLUNO

DURANTE L'ALLENAMENTO

- Mantieni le distanze consentite sia durante l'allenamento con i compagni che quando ti avvicini alla tua allenatrice;
- Qualora fosse richiesto dall'insegnante indossa la mascherina;
- Qualora durante l'allenamento avessi materiale di scarto (fazzoletti, cerotti, bende ecc..) utilizza il tuo sacchetto personale, posto all'interno della "scatola", per lo smaltimento;
- Si sottolinea che l'accesso alle gradinate durante l'allenamento non è consentito;
- Chiedi il permesso per l'uso dei servizi igienici.

USO DEI SERVIZI IGIENICI:

- indossa le infradito o accedi ai servizi con le scarpette;
- igienizza le mani;
- accedi al servizio igienico;
- per rientrare in palestra riponi le infradito nella zona a te assegnata, igienizza nuovamente le mani e rientra in campo di allenamento.

Qualora nel corso dell'allenamento ti salisse la febbre dovrai indossare la mascherina, disinfettare le mani, indossare le infradito/scarpette e verrai accompagnato da un collaboratore presso la ZONA INFERMERIA in attesa dell'arrivo del genitore/tutore.

FINE ALLENAMENTO

- Saluta l'istruttrice e i tuoi compagni;
- Indossa la mascherina, le infradito e prendi la tua "scatola";
- Ritorna nella zona GRADINATE, cambiati velocemente, prendi la tua borsa/zaino e recati verso l'uscita. Se hai meno di 14 anni, prima di uscire, segnala la presenza del tuo accompagnatore al responsabile dell'uscita. Gli accompagnatori attenderanno l'uscita degli atleti nella zona antistante alla struttura, mantenendo le distanze di sicurezza.