

## REGOLAMENTO GENERALE

**destinato agli atleti, agli iscritti ai corsi sportivi e agli accompagnatori di minori per il contenimento del rischio contagio Covid 19 alla ripresa delle attività ASD ARTISTICA CASALE - Nuova Palestra Dante**

In base all' aggiornamento del Protocollo di Sicurezza deliberato dalla Federazione Ginnastica d'Italia il 1° luglio 2020 **ASD ARTISTICA CASALE** ha stilato il seguente regolamento a cui dovranno attenersi scrupolosamente tutti coloro che entreranno nei locali dell'ASD ARTISTICA CASALE – Nuova Palestra Dante per partecipare alle sessioni di allenamento.

Si precisa che tali indicazioni potranno essere oggetto di modifica e/o reversione a seguito di modifiche legislative.

1. Gli atleti, i soci frequentatori dei corsi sportivi e gli accompagnatori di minori devono attenersi al regolamento, accedere alla palestra attraverso le specifiche entrate e utilizzare le uscite predisposte.
2. All'entrata e all'uscita della palestra è obbligatorio l'igienizzazione delle mani con l'apposito gel disponibile in diversi punti all'interno della struttura.
3. Al momento dell'entrata viene misurata la temperatura con apposito lettore a distanza (5cm) e in caso di temperatura superiore a 37.5° C non è possibile accedere. Sugeriamo a questo proposito di misurare sempre la temperatura prima di uscire da casa. È **inoltre necessario sottoscrivere l'autodichiarazione prevista** e informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'art.13 GDPR (reg.UE 2016/679) **da presentare OBBLIGATORIAMENTE il primo giorno di lezione.**
4. Gli orari di inizio e fine sessioni di allenamento sono stati fissati in modo da ridurre, per quanto possibile, il rischio di concentrazione di persone nello stesso momento.
5. L'accesso alla palestra deve avvenire secondo le specifiche presenti nel regolamento. Non è consentito lo stazionamento degli accompagnatori all'interno della struttura.
6. Durante l'attività sportiva è obbligatorio mantenere la distanza interpersonale di due metri prevista dalla legge, mentre a riposo la distanza minima è di un metro.
7. All'interno della palestra non può essere ammesso contemporaneamente un numero di persone superiore a 26 (istruttori compresi).
8. Se durante la sessione di allenamento si avvertono sintomi quali tosse, astenia, mialgie, diarrea, anosmia, temperatura corporea superiore a 37,5°C, è necessario informare immediatamente il tecnico presente per attivare le procedure previste per legge.
9. Le comunicazioni e le richieste da parte dei soci devono essere effettuate tramite sistemi a distanza (telefono, mail, ...). Sarà cura dell'associazione organizzare eventuali incontri di gruppo utilizzando

sistemi di videoconferenza. È proibito pertanto procedere a colloqui o richieste tramite contatto diretto con i tecnici e i volontari.

10. In caso di mancato rispetto di quanto previsto dal regolamento generale è prevista l'esclusione dalla sessione di allenamento.
11. **È possibile presentarsi in palestra al massimo 15 minuti prima dell'inizio dell'allenamento.** Non sarà possibile far entrare nessuno dopo l'orario di inizio previsto.
12. Le ginnaste di età superiore ai cinque anni devono essere munite di dispositivi personali di protezione (mascherina) che devono essere utilizzati prima dell'inizio, immediatamente al termine della lezione e durante eventuali pause e non possono essere cedute a terzi.
13. Ogni ginnasta dovrà avere una borsa sufficientemente capiente per contenere tutti gli effetti personali (nessun indumento deve rimanere all'esterno, neanche le scarpe), da lasciare negli appositi spazi segnalati. Pertanto, gli spogliatoi potranno essere utilizzati SOLO come deposito zaini.
14. Oltre all'attrezzatura usuale, **ogni atleta dovrà avere:**
  - **gel igienizzante personale**
  - **scarpette da ginnastica artistica (o calze pulite per uso esclusivo palestra)**
15. È necessario essere in possesso di specifica certificazione di idoneità all'attività sportiva agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) valida.
16. È necessario essere in regola con il pagamento delle quote di partecipazione.
17. Non sarà possibile lasciare alcun oggetto in custodia presso la struttura.
18. Le ginnaste una volta entrate in palestra devono attendere l'inizio della lezione nella posizione indicata dai tecnici. All'interno della struttura troveranno altri dispenser di gel disinfettanti dislocati per la palestra; prima di iniziare l'allenamento sarà necessario igienizzare anche i piedi.
19. Nel cambio/salita agli attrezzi mantenere la distanza di due metri tra atleti in attesa, mentre durante il riscaldamento è necessario mantenere la distanza di quattro metri.
20. È vietato consumare cibo nella struttura.
21. È vietato scambiare oggetti di uso personale (magnesia, paracalli, salva pelle, elastici, polsiere, cellulari, borracce, ecc.)
22. Gli atleti devono uscire attraverso il percorso segnalato al massimo 10 minuti dopo la fine del loro allenamento.

Ringraziamo tutti anticipatamente per la collaborazione, la pazienza e l'impegno che vorrete dedicare affinché possiamo superare insieme e nel migliore dei modi questa situazione di criticità.

La Direzione.