

## Protocollo Covid Atlete

[agg. Gennaio]

L'accesso all'area di allenamento è consentito esclusivamente ad atleti, allenatori e dirigenti regolarmente tesserati.

Tutti gli operatori sportivi, prima dell'accesso al sito sportivo, dovranno essere sottoposti al controllo della temperatura corporea; se tale temperatura risultasse superiore ai 37,5°C non sarà consentito l'accesso. [E' buona norma misurarsi la febbre prima di recarsi al campo].

Se hai sintomi riconducibili al Virus Sars-Cov-2, resta a casa e contatta il tuo medico curante.

Presentati già pronta per l'attività ad esclusione delle scarpe che dovrai cambiare prima di accedere al terreno di allenamento.

**Ogni primo allenamento della settimana** dovrai consegnare l'autocertificazione reperibile sul nostro sito [www.aspesvolley.it](http://www.aspesvolley.it), senza la quale non potrai accedere al sito di allenamento.

Non in tutte le strutture saranno disponibili gli spogliatoi per cambiarsi, e in nessun caso sarà possibile fare la doccia. Rimane consentito l'utilizzo dei servizi igienici se necessario; al termine dell'allenamento bisognerà lasciare il campo di allenamento entro 5 minuti dal termine della seduta di allenamento.

Seguire i percorsi di ingresso e uscita senza creare file; occupare gli spazi di deposito e allenamento prescritto, con molta attenzione.

## Presidi di sicurezza individuali

- Mascherina di tipo chirurgico e/o modello SHERPA;
- Fascia sportiva per la fronte;
- Detergente per mani;
- Polsini sportivi da utilizzare sui gomiti;
- Salviette umidificate;
- Borraccia acqua personale e riconoscibile;

## Norme di comportamento

Il distanziamento sociale è il primo vero antivirus, l'attenzione che devi porre a questo comportamento è fondamentale; per quanto non specifico fa fede il protocollo ufficiale della Federazione Italiana Pallavolo, reperibile sul sito [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it).

L'uso della mascherina è obbligatorio in ogni momento dentro la palestra, ogni trasgressione verrà punita con la sospensione dall'attività.

Durate l'attività non devi mai toccarti bocca, occhi, naso, capelli, senza prima aver lavato le mani con i detergenti appositi.

Asciuga il sudore con salviette monouso, starnutisci in un fazzoletto oppure nei polsini che devi aver indossato sui gomiti.