

## A.S.D. SPORTIME LOMBARDIA - TUTELIAMO INSIEME LA SALUTE DI TUTTI

1) L'Associazione ha il compito di informare su tutte le misure di prevenzione da adottare per gli allenamenti : i Soci sono tenuti a prestare attenzione a quanto comunicato in merito, prendendo visione del protocollo interno pubblicato sul sito sportimelombardia.it e della cartellonistica esposta nelle sedi utilizzate per le lezioni, che riepiloga le indicazioni dettagliatamente fornite dagli allenatori.

2) La segreteria, per regolare la presenza dei Soci durante ogni allenamento, predispone uno specifico elenco dei partecipanti per ogni seduta: nessuna altra persona, a qualsiasi titolo, potrà unirsi al gruppo stabilito. I collaboratori dell'Associazione controllano gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazione; gli elenchi delle presenze verranno mantenuti per un periodo di 14 giorni.

3) Ogni Socio prima dell'inizio degli allenamenti compila il modulo di autocertificazione, comunicando all'Associazione qualunque variazione rispetto a quanto dichiarato.  
Prima dell'accesso agli allenamenti viene rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura >37,5 °C.  
L'ingresso è consentito solo con l'utilizzo della mascherina, correttamente posizionata (copre naso e bocca). La mascherina può essere tolta solo dopo aver raggiunto la postazione che garantisce la distanza di legge. Per gli spostamenti è necessario indossare nuovamente la mascherina.

4) Gli spogliatoi non sono accessibili.

5) Fino ad inizio allenamento i Soci devono attendere all'esterno della struttura. Nelle strutture utilizzate per le attività sociali sono regolamentati i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di eventuale attrezzatura sportiva, anche delimitando le zone o segnalando le postazioni al fine di garantire la distanza di sicurezza:

- almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica,
- almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).

Ove possibile entrata e uscita sono differenziate per evitare assembramenti al cambio dei gruppi.

6) Ogni impianto all'ingresso è dotato di dispenser con prodotti igienizzanti per le mani: è obbligatorio disinfettare le mani prima di accedere alla struttura.

7) Gli ambienti utilizzati sono areati nelle pause fra un gruppo e l'altro; quando è possibile l'allenamento si deve svolgere con le finestre aperte. Le strutture utilizzate vengono igienizzate quotidianamente. Si esegue la disinfezione di qualunque attrezzo non personale utilizzato e lasciato in loco.

8) I Soci non possono condividere borracce, bicchieri e bottiglie o scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.  
I Soci devono presentarsi all'interno della struttura con indosso gli indumenti che verranno utilizzati per l'attività, ad eccezione delle scarpe, che dovranno essere cambiate all'ingresso e riposte nelle borse personali. In palestra è obbligatorio utilizzare apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo. Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale.  
Ogni Socio deve utilizzare il proprio tappetino personale.  
E' vietato abbandonare o gettare mascherine o guanti all'interno della palestra. E' necessario che ogni persona smaltisca i propri dispositivi di sicurezza presso la propria abitazione. E' consigliato portare sempre con sé anche un proprio gel disinfettante mani.