



Associazione Sportiva Dilettantistica
TennisTavolo S. Bartolomeo
Salzano

REGOLAMENTO PER ACCEDERE ALLA PALESTRA

Secondo quanto stabilito dal Protocollo di Dettaglio FITET per la prevenzione e protezione da contagio COVID-19 durante lo svolgimento delle attività di tennistavolo – aggiornamento del 17 settembre 2020

Salzano il 5 Ottobre 2020

LINEE GENERALI:

- Potranno partecipare alle attività solamente giocatori totalmente asintomatici.
- Ogni giocatore dovrà presentarsi con l'autocertificazione Fitet già compilata e firmata, da un genitore in caso di minore.
- Chi presenterà anche solo uno dei sintomi previsti dall'autocertificazione non potrà accedere all'impianto ma dovrà obbligatoriamente rimanere a casa e prendere contatto con il proprio medico di famiglia.
- Ogni giocatore dovrà arrivare indossando correttamente la mascherina che potrà togliersi solo per svolgere l'allenamento una volta arrivato nella propria area di gioco. L'accesso all'area di gioco sarà consentito al massimo 5 minuti prima dell'inizio dell'attività.
- Ogni giocatore dovrà presentarsi già in tenuta da gioco con esclusione delle sole scarpe che si cambierà in apposito spazio dedicato e riporrà nella propria borsa personale.
- Ogni giocatore dovrà portare con sé un flacone di gel personale disinfettante per le mani, un asciugamano, la propria racchetta igienizzata, la borraccia. Tutti questi oggetti non potranno essere scambiati con gli altri giocatori..

ACCESSO ALL'IMPIANTO

- L'accesso sarà consentito solamente agli atleti (regolarmente iscritti) ai tecnici e ai dirigenti. I genitori ed eventuali accompagnatori non potranno restare in palestra durante lo svolgimento dell'attività e nessun visitatore sarà ammesso nell'area di gioco.
- All'ingresso verrà misurata la temperatura corporea per mezzo di un termometro digitale ad infrarossi e in caso di una temperatura superiore a 37,5 gradi non sarà consentito l'ingresso in palestra.
- Si procederà con l'igienizzazione delle mani e l'atleta (accompagnatore in caso di minore) firmerà il foglio presenze sia in entrata che, successivamente, in uscita.
- Attraverso un percorso guidato si accederà allo spogliatoio dove l'accesso sarà contingentato e dove ci si potrà cambiare le scarpe (che andranno riposte nella borsa personale) e dove è assolutamente vietato lasciare indumenti personali. Eventuali giacche, giubbotti etc dovranno essere riposti nella propria borsa. I tempi di permanenza negli spogliatoi dovranno essere ridotti al minimo necessario per cambiarsi e dovrà essere comunque mantenuta una distanza interpersonale non inferiore ad un metro. Prima di uscire dallo spogliatoio bisognerà igienizzare le mani.

IN PALESTRA

- Bisognerà portare con sé la borsa nella quale dovranno essere riposti gli oggetti ad uso personale come elencato sopra.
- individuare con il tecnico l'area di gioco a cui si avrà accesso e raggiungerla immediatamente; i tecnici decideranno preventivamente i turni e gli accoppiamenti ai tavoli che, possibilmente, resteranno fissi per tutto l'allenamento. Gli atleti designati sul medesimo tavolo provvederanno al montaggio dello stesso e alla sistemazione delle transenne con predisposizione di un'area di gioco che dovrà avere misure minime di 9 mt x 4,5 mt. Ultimato il montaggio si ri-sanificheranno le mani con il proprio gel personale e potranno togliersi la mascherina.
- la palestra, secondo il Protocollo Covid-19, sarà allestita con max 6 tavoli, montati in modo da garantire SEMPRE una distanza minima tra i giocatori di almeno 2 metri.
- sarà consentito l'accesso massimo di 16 atleti per turno, con prenotazione.



Associazione Sportiva Dilettantistica
TennisTavolo S. Bartolomeo
Salzano

- All'interno dell'area di gioco potranno esserci solo 2 giocatori. E' previsto l'allenamento multiball: all'interno dell'area di gioco dovrà essere presente il distributore (tecnico/ allenatore o sparring) e il giocatore interessato alla realizzazione dell'esercizio.
- Sono consentite solo attività di singolo e non di doppio. I giocatori non impegnati ai tavoli potranno svolgere, in un apposito spazio singolarmente contrassegnato, attività di preparazione fisica con l'obbligo di usare un asciugamano personale poiché è vietato l'utilizzo di materassini ginnici
- È vietato toccare il tavolo e asciugare il sudore delle mani sullo stesso.
- È vietato respirare/soffiare/alitare sulla pallina.
- L'asciugamano potrà essere utilizzato solo con la mano che tiene la racchetta e non potrà essere appoggiato sul tavolo, ma all'interno della propria sacca.
- Nel corso del gioco la mano libera non può essere portata al viso.
- Qualora si cambiasse l'avversario di gioco si dovrà procedere alla sanificazione del tavolo e delle palline
- Alla fine del proprio turno i giocatori dovranno provvedere all'igienizzazione del tavolo e delle palline utilizzate mentre i giocatori del secondo turno, alla fine dell'attività, provvederanno a smontare i tavoli e transenne, ogni coppia si dedicherà solo al proprio campo.
- Tra un turno di allenamento ed il successivo ci saranno 10 minuti per aerare il locale ed igienizzare i campi. Solamente trascorsi 10 minuti da quando saranno usciti tutti i partecipanti del turno di allenamento potranno entrare gli atleti del turno successivo
- Quando si smette di giocare o di fare attività fisica è obbligatorio indossare la mascherina e igienizzarsi le mani.

USCITA DAI LOCALI

- I giocatori dovranno lasciare tempestivamente l'area di gioco dopo la fine dell'attività. e, indossando correttamente la mascherina, potranno recarsi nello spogliatoio per il cambio scarpe.
- È vietato farsi la doccia.

Per quanto non esplicitamente menzionato da questo regolamento, vale l'ultimo Protocollo Fitet pubblicato sul sito della Federazione.

In fede
Il Presidente
Marco Bortoletti