



•
•
•

PROCEDURE DI ACCESSO E UTILIZZO IMPIANTI SPORTIVI (**ottobre 2021**)

CORSI PROPEDEUTICI

Norme generali

- Per le atlete sopra i 12 anni è **OBBLIGATORIO** possedere il GreenPass per praticare l'attività sportiva all'interno di impianti sportivi (Decreto legislativo 23 luglio 2021, n° 105).
- E' ammessa la presenza di **UN SOLO ACCOMPAGNATORE adulto per bambina.**
- E' severamente **VIETATO** l'accesso dell'accompagnatore al piano palestra. L'ingresso sarà consentito solo nell'atrio e nello spogliatoio per aiutare le bambine a cambiarsi. Per effettuare tali operazioni è obbligatorio indossare la mascherina. Permane l'obbligo di mantenimento del distanziamento interpersonale di almeno 1 metro.
- E' **OBBLIGATORIO** sopra i 6 anni indossare la mascherina per accedere ed uscire dagli impianti sportivi. Si richiede, se possibile, di munire anche le bambine sotto i 6 anni di mascherine di tessuto da utilizzare solo in fase di entrata e uscita dall'impianto per uniformità del gruppo.
- **Sarà possibile utilizzare gli spogliatoi in maniera contingentata.** Per velocizzare al massimo la fase di ingresso e uscita dalla lezione, si raccomanda di far arrivare le ginnaste all'orario indicato già in tenuta da allenamento. (Si consiglia di portare una sacca dove poter riporre scarpe, giubbotti e simili che potrà essere lasciata negli spogliatoi).
- Gli ingressi e le uscite di ogni gruppo saranno scaglionati di 5/10 minuti pertanto è richiesta la **massima puntualità** per evitare che si creino assembramenti in queste fasi.
- Ogni ginnasta potrà introdurre all'interno del piano palestra solo una PICCOLA SACCA per riporre la propria borraccia, gli attrezzi personali e la mascherina.
- Ogni ginnasta dovrà **SEMPRE** avere nella sacca i seguenti oggetti **PERSONALI**:
 - ✓ Copia cartacea del GreenPass (se sopra i 12 anni)
 - ✓ Borraccia/Bottiglia d'acqua
 - ✓ Igienizzante mani
 - ✓ Pacchetto di fazzoletti da utilizzare al bisogno
 - ✓ Mascherina e elastici per capelli di scorta
 - ✓ Attrezzo
- Le porte di sicurezza dell'impianto rimarranno aperte durante l'allenamento per favorire il ricircolo di aria.
- Durante la lezione gli accompagnatori sono invitati ad attendere **FUORI** dall'impianto sportivo mantenendo un metro di distanza dagli altri genitori in modo da evitare assembramenti nel giardino o sulla strada.
- All'uscita l'accompagnatore è invitato a rendere più rapide possibili le operazioni per l'uscita della ginnasta dall'impianto (es. togliere le mezzepunte e indossare le scarpe, mettere un giubbotto, etc.).



•
•
•

Procedure di pulizia a carico delle insegnanti

Prima dell'ingresso delle ginnaste:

- ✓ Accedono al piano palestra indossando scarpe pulite
- ✓ igienizzano il pavimento con la soluzione idroalcolica e lo scottex fornito dalla società utilizzando gli spazzoloni messi a disposizione dalle scuole

Al termine dell'allenamento:

- ✓ igienizzano tavoli, panche e maniglie eventualmente utilizzati durante l'attività con la soluzione idroalcolica e lo scottex fornito dalla società
- ✓ portano via il sacco del sudicio (fornito dalla società) in cui vengono gettati gli scottex utilizzati per igienizzare l'ambiente prima, dopo e durante la sessione di allenamento.



CORSI PULCINI E COCCINELLE

Carducci

1 – FASE DI ENTRATA (Porticato + Atrio-spogliatoio)

- L'accompagnatore e la ginnasta potranno scendere fino al PORTICATO della palestra percorrendo la pedana (entrando dal cancello sulla sinistra).
- Alla PORTA A VETRI ESTERNA, un'insegnante farà accedere a gruppi di 10 bambine (con accompagnatori) alle zone dedicate al cambio.

La ginnasta con l'aiuto dell'accompagnatore:

- ✓ si toglierà le scarpe
 - ✓ riporterà altri eventuali indumenti o oggetti non necessari inseriti in una sacca chiusa che potrà essere lasciata nella zona adibita al cambio;
 - ✓ indosserà le mezzepunte
- Una volta pronta la bambina si posizionerà di fronte alla PORTA DI ACCESSO AL PIANO PALESTRA dove troverà un'insegnante che si occuperà di:
 - ✓ misurerà la temperatura
 - ✓ igienizzare le mani
 - ✓ indirizzare la bambina nella zona del piano palestra a lei destinata:

Al fine di agevolare le procedure gli ACCOMPAGNATORI sono tenuti a USCIRE VELOCEMENTE DALLA ZONA DI CAMBIO.

Chiediamo gentilmente di riporre giubbotti e scarpe all'interno di borse o sacche chiuse e di lasciarle nello spogliatoio disposte ordinatamente.

Le GINNASTE potranno introdurre in palestra solo una PICCOLA SACCA dove dovranno riporre MASCHERINA, BORRACCIA e ATTREZZI.

2 – FASE DI USCITA (Atrio-spogliatoio)

- Le insegnanti gestiranno le uscite evitando che si creino assembramenti.
- All'interno dell'Atrio e dello spogliatoio (lo stesso dove si sono cambiate all'entrata) con l'aiuto dell'accompagnatore, potranno togliersi le mezzepunte e indossare le scarpe e altri indumenti per poi uscire velocemente. Si richiede la massima rapidità.
- Una volta fuori dall'impianto, la ginnasta e il suo accompagnatore dovranno immediatamente recarsi fuori dal cancello esterno senza aspettare le compagne.



•
•
•

CORSI ESORDIENTI

Carducci

1 – FASE DI ENTRATA (scalette + Stanza a vetri-spogliatoio)

- L'accompagnatore e la ginnasta potranno scendere dalle SCALETTE sulla destra fino alla STANZA A VETRI della palestra (entrando dal cancello sulla **destra**).
- Alla PORTA A VETRI ESTERNA, un'insegnante farà accedere a gruppi di 10 bambine (con accompagnatori) alle zone dedicate al cambio.

La ginnasta con l'aiuto dell'accompagnatore:

- ✓ si toglierà le scarpe
 - ✓ riporterà altri eventuali indumenti o oggetti non necessari inseriti in una sacca chiusa che potrà essere lasciata nella zona adibita al cambio;
 - ✓ indosserà le mezzepunte
- Una volta pronta la bambina si posizionerà di fronte alla PORTA DI ACCESSO AL PIANO PALESTRA dove troverà un'insegnante che si occuperà di:
 - ✓ misurerà la temperatura
 - ✓ igienizzare le mani
 - ✓ indirizzare la bambina nella zona del piano palestra a lei destinata:

Al fine di agevolare le procedure gli ACCOMPAGNATORI sono tenuti a USCIRE VELOCEMENTE DALLA ZONA DI CAMBIO.

Chiediamo gentilmente di riporre giubbotti e scarpe all'interno di borse o sacche chiuse e di lasciarle nello spogliatoio disposte ordinatamente.

Le GINNASTE potranno introdurre in palestra solo una PICCOLA SACCA dove dovranno riporre MASCHERINA, BORRACCIA e ATTREZZI.

2 – FASE DI USCITA (Stanza a vetri-spogliatoio)

- Le insegnanti gestiranno le uscite evitando che si creino assembramenti.
- All'interno della stanza a vetri e dello spogliatoio (lo stesso dove si sono cambiate all'entrata) con l'aiuto dell'accompagnatore, potranno togliersi le mezzepunte e indossare le scarpe e altri indumenti per poi uscire velocemente. Si richiede la massima rapidità.
- Una volta fuori dall'impianto, la ginnasta e il suo accompagnatore dovranno immediatamente recarsi fuori dal cancello esterno senza aspettare le compagne.



•
•
•

A.S.D. Ritmica Campomarte

CORSO ALLIEVE

Boccaccio

- L'accompagnatore e la ginnasta potranno salire fino alla PORTA ESTERNA della palestra percorrendo la pedana (entrando dal cancello sulla destra).
- Alla PORTA ESTERNA, l'accompagnatore lascerà la ginnasta all'insegnante che si occuperà delle procedure di ingresso nell'ATRIO e nello SPOGLIATOIO (individuato come zona adibita al cambio), ovvero:
 - ✓ controllerà il GreenPass (atlete sopra i 12 anni)
 - ✓ misurerà la temperatura
 - ✓ controllerà che sia indossata la mascherina
 - ✓ farà accedere a gruppi di 6 bambine
- Una volta lasciata la ginnasta, l'accompagnatore è pregato di attendere la fine della lezione FUORI dal cancello.
- Nella ATRIO O NELLO SPOGLIATOIO la ginnasta:
 - ✓ si toglierà le scarpe, altri eventuali indumenti o oggetti non necessari (che verranno lasciati in una borsa chiusa);
 - ✓ indosserà le mezzepunte
- Una volta pronta la bambina si posizionerà di fronte alla PORTA DI ACCESSO AL PIANO PALESTRA dove troverà un'insegnante che si occuperà di:
 - ✓ igienizzare le mani
 - ✓ indirizzare la bambina nella zona del piano palestra a lei destinata.
- Una volta giunte nella zona del PIANO PALESTRA indicata dalle insegnanti, la ginnasta potrà togliersi la mascherina, appoggiare la sacca in terra e iniziare la sessione di allenamento.
- Al termine della sessione di allenamento ogni ginnasta dovrà:
 - ✓ indossare la mascherina,
 - ✓ riporre tutti gli attrezzi utilizzati all'interno della propria sacca. (N.B: Gli oggetti che a fine allenamento verranno trovati incustoditi, verranno gettati. Si richiede pertanto la massima cura nella gestione degli oggetti personali. è altresì severamente vietato prestare oggetti alle compagne.)
 - ✓ attendere al proprio posto le istruzioni delle insegnanti.
- Le insegnanti gestiranno le uscite evitando che si creino assembramenti. Le ginnaste verranno invitate a recarsi sulla soglia della porta esterna dove potranno togliersi le mezzepunte e indossare le scarpe per poi uscire velocemente.
- Una volta fuori dall'impianto, le ginnaste (insieme all'accompagnatore) dovranno immediatamente recarsi verso il cancello esterno senza aspettare le compagne.