

# PROTOCOLLO MINNIE GYM RIPRESA ATTIVITÀ SPORTIVA COVID-19

## Indicazioni generali

Il presente protocollo recepisce le prescrizioni di cui all'allegato 9 del DPCM 11/06/20, come modificato dal DPCM 14/07/20.

- Prima di iniziare l'attività leggere le note informative sul sito della Minnie Gym ([www.minniegym.com](http://www.minniegym.com)): Protocollo Minnie Gym ripresa attività sportiva Covid-19; Protocollo FMSI ripresa attività sportiva Covid-19; Protocollo FGI ripresa attività sportiva Covid-19; Sacca di allenamento.
- La S.S.D. Minnie Gym a r.l., essendo affiliata e praticando le attività istituzionale Federali, si adegua alle norme della FGI per emergenza Covid-19.
- Presso le strutture dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" sono stati affissi i poster informativi distribuiti dal Ministero della Salute, dell'ISS e dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri Ufficio per lo Sport.
- Tutte le palestre dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" in cui si svolgeranno le attività saranno sanificate da ditta specializzata.
- Tutte le palestre dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" in cui si svolgeranno le attività vengono periodicamente pulite e disinfettate tra un turno di accesso e l'altro.
- Tutte le palestre dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" in cui si svolgeranno le attività sono state dotate di dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani il cui utilizzo è obbligatorio all'ingresso e in uscita.
- Presso le strutture dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" sono stati messi a disposizione i dispenser per la raccolta dei rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso e mascherine).
- Presso le strutture dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" non sarà consentito l'uso degli spogliatoi. Gli unici servizi igienici usufruibili sono quelli posti al Piano R, lato B.
- Sarà vietata la condivisione di borracce, bicchieri e bottiglie e non si potrà scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- Non sarà possibile consumare pasti all'interno della struttura Università degli Studi di Roma "Foro Italico".

## **Iscrizione ai corsi di ginnastica**

- Per accedere ai corsi ogni atleta dovrà aver compilato il modulo di iscrizione presso la segreteria Minnie Gym.
- Ogni atleta dovrà essere in regola con la quota di iscrizione e di partecipazione per poter accedere al corso.
- Ogni atleta dovrà aver consegnato il certificato medico Agonistico o Non Agonistico in corso di validità in segreteria per poter accedere al corso
- All'atto dell'iscrizione si dovrà compilare l'autocertificazione per dichiarare il proprio stato di salute secondo le direttive richieste, che verrà conservato dall'Università (o dal Poliambulatorio) per almeno 14 giorni.
- Si può frequentare solo ed esclusivamente negli orari e nei giorni del corso assegnato. Non saranno possibili spostamenti di orari o giorni e recuperi delle lezioni perse.
- Verranno prese le presenze e conservate per 30 giorni.
- Ogni atleta dovrà avere: borsa palestra, busta per abiti, sacca da allenamento, ciabatte ad esclusivo uso in palestra, mascherina, asciugamano personale.

## **Entrata/uscita alla sede Università degli Studi di Roma "Foro Italico"**

- Arrivare 10 minuti prima dell'inizio della lezione con la mascherina.
- Sarà obbligatorio l'utilizzo della mascherina per l'accesso all'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" e per gli spostamenti nelle aree di passaggio.
- Entrare nell'impianto dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" esattamente all'orario programmato, dall'ingresso del palazzo del CONI in Piazza Lauro de Bosis, 15.
- Prima di entrare nell'impianto dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" farsi misurare la temperatura con termo-scanner e firmare la dichiarazione Covid-19 presso l'ingresso nella struttura. Il personale indicherà il percorso da seguire munito di adeguata segnaletica e verrà informato che per l'uscita dovrà attenersi allo stesso percorso e alla stessa prassi. Qualora la temperatura corporea dovesse risultare superiore ai 37,5° l'addetto al controllo provvederà a invitare la persona a far rientro presso la propria abitazione chiedendogli di avvisare il proprio medico di base.
- Se a un primo controllo la temperatura fosse superiore ai 37,5 °c, al fine di scongiurare un falso positivo, verrà ripetuta la misurazione dopo 10 minuti.

## **Accesso ai corsi di ginnastica**

- Entrare nella sede dell'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" e seguire il percorso indicato, mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 1 m dalle altre persone presenti.
- Fermarsi davanti la segreteria della Minnie Gym e attendere l'autorizzazione all'accesso nell'area ginnastica, mantenendo le distanze di sicurezza. In tale operazione mantenere la mascherina, come dovranno fare gli addetti alla segreteria.
- Dopo aver avuto l'autorizzazione all'accesso dalla segreteria della Minnie Gym, accedere ai corridoi davanti le palestre mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 1 m dalle altre persone presenti, indossando la mascherina e posizionarsi nella zona riservata.
- Togliersi gli abiti con cui si è arrivati e porli in una busta da mettere nella borsa, avendo però sotto gli abiti da allenamento (l'uso degli spogliatoi non sarà consentito), e procedere al lavaggio delle mani con il proprio gel igienizzante.
- Indossare le ciabatte e dei calzini puliti a uso esclusivo delle palestre di ginnastica.
- Lasciare la borsa personale chiusa con tutto il proprio abbigliamento nella zona riservata, entrare in ordine nella palestra di ginnastica mantenendo la distanza di sicurezza di 1 m, portando con sé la sacca di allenamento, con il materiale come descritto nel documento SACCA DI ALLENAMENTO. Il materiale tecnico personale presente nella sacca di allenamento non andrà assolutamente condiviso e/o abbandonato
- Una volta entrati togliersi la mascherina e riporla nella propria sacca.
- Dove possibile, all'interno delle palestre verranno messe a disposizione un numero di sedie pari ai partecipanti distanziate di almeno 1 m dove riporre la propria borsa personale con all'interno tutti gli indumenti e oggetti personali. In questo caso, nell'atrio e nei corridoi delle palestre verrà messa a disposizione una panca dove l'utente potrà cambiarsi le scarpe, mantenendo la distanza di sicurezza di 1 m, da utilizzare esclusivamente per l'attività che andrà a svolgere. Le scarpe che non verranno indossate dovranno essere riposte all'interno dello zaino personale. Dopo il cambio di calzatura è obbligatorio l'uso del gel igienizzante messo a disposizione all'ingresso della palestra.

## **Durante la lezione di ginnastica**

- Iniziare la lezione secondo le indicazioni dei tecnici
- Durante la lezione si deve sempre mantenere la distanza di sicurezza di 2 m, i tecnici indosseranno sempre la mascherina.
- Si provvederà al lavaggio delle mani con il proprio gel igienizzante all'ingresso e alla uscita e ad ogni rotazione ai grandi attrezzi.
- È obbligatorio l'utilizzo di un asciugamano personale durante l'attività sportiva.
- Verrà garantita l'aerazione delle palestre tramite i sistemi di apertura verso l'esterno.
- A ogni cambio turno si procederà con la disinfezione degli attrezzi e della palestra
- Terminata la lezione i tecnici daranno le seguenti indicazioni: lavarsi le mani con il proprio gel igienizzante e mettersi la mascherina. Successivamente in ordine e distanziati tornare alla propria zona riservata per cambiarsi e prepararsi all'uscita.

## **Uscita dalla lezione di ginnastica**

- Una volta cambiati e pronti per l'uscita attendere l'autorizzazione della segreteria della Minnie Gym per uscire.
- Avuta l'autorizzazione dalla segreteria, uscire dall'impianto seguendo la segnaletica e mantenendo la distanza di sicurezza di 1 m. Gli atleti saranno accompagnati dai tecnici.
- I genitori devono stare fuori dall'impianto e attendere i propri figli almeno 15 minuti prima della fine della lezione.