



# PROTOCOLLO DI SICUREZZA E LINEE GUIDA COMPORTAMENTALI

## “Cliente protetto”

Secondo il DPCM del 12/05/2020, dovranno essere applicate **scrupolosamente** le seguenti misure igienico-sanitarie e di sicurezza Anticovid!

In questo quadro normativo, le presenti Linee-Guida sono state elaborate dall'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, con il supporto della società Sport e Salute S.p.A. e viene emanato d'intesa con il CONI e il CIP, sentite per il loro tramite, le Federazioni sportive nazionali, le Discipline sportive associate e gli Enti di promozione sportiva di riferimento.

### DISPOSIZIONI GENERALI

- Gli associati dovranno dichiarare di non essere stati affetti da malattia COVID-19 attraverso una autodichiarazione (modulo “iscrizione corso”)
- Gli associati che sono stati affetti da malattia COVID-19 devono presentare la documentazione della ASL di appartenenza di guarigione e di autorizzazione a interrompere l'isolamento fiduciario.
- Gli associati dovranno dichiarare (modulo “iscrizione corso”) l'assenza di esposizione personale a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19 negli ultimi 14 giorni.
- L'accesso non potrà essere consentito ai soggetti in quarantena.
- Alla ripresa dell'attività, per i soggetti tesserati, a giudizio del medico curante in funzione dell'esposizione al coronavirus o di eventuali sintomi pregressi, può essere consigliabile di ripetere la visita medica di idoneità all'attività sportiva (non agonistica o agonistica) anche in caso di certificato ancora in corso di validità. Per ridurre lo scambio di incartamenti il certificato potrà essere presentato anche in digitale (invio per e-mail a [documenti@agpower.it](mailto:documenti@agpower.it)).
- Evitare abbracci e strette di mano.
- Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro. Durante gli allenamenti di 2 metri.
- Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva.
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce.
- Lavarsi spesso le mani.

## **DISPOSIZIONI SPECIFICHE**

### **Obbligo a casa con febbre oltre 37.5**

Obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37.5) o altri sintomi influenzali.

### **Mascherine e guanti**

La mascherina è obbligatoria in tutte quelle situazioni al di fuori della seduta di allenamento.

### **Controlli all'ingresso**

L'associato, prima dell'accesso al luogo di palestra, potrà essere sottoposto al controllo della temperatura corporea.

### **Obbligo di cambiarsi le scarpe, portare l'asciugamano e venire già vestiti da palestra.**

L'associato dovrà, sostituire le scarpe con le quali è arrivato, con quelle destinate ad uso specifico per la sola palestra. Quest'ultime devono essere sempre pulite e disinfettate nel proprio domicilio. Stessa operazione dovrà essere fatta all'uscita.

Tale operazione andrà effettuata nelle zone appositamente adibite antistanti la Segreteria e le sale.

L'associato è invitato a recarsi presso il centro sportivo con indumenti adatti all'attività fisica e muniti di buste sigillanti per la raccolta dei suoi rifiuti o abbigliamento potenzialmente infetto. Tale abbigliamento, se non lavato, non potrà essere riutilizzato per i prossimi allenamenti.

L'associato è tenuto a portare ed utilizzare costantemente, durante la seduta di allenamento, il proprio asciugamano da porre sugli attrezzi e tappetino.

### **Limitare i contatti con altri associati e personale**

L'entrata e l'uscita della palestra devono avvenire con tempistiche e vie predefinite, al fine di ridurre le occasioni di contatto con gli altri associati. Si favoriscono orari di ingresso/uscita scaglionati in modo da evitare il più possibile contatti nelle zone comuni.

La permanenza nella struttura sarà limitata ad un tempo massimo di 60 minuti per chi svolge un corso e di 75 minuti per chi utilizza la sala pesi

La durata dei corsi, sarà di 45 minuti in modo tale di avere il tempo di pulire gli attrezzi utilizzati, cambiarsi ed andare via.

### **Pulizia, sanificazione ed areazione**

La palestra assicura la sanificazione giornaliera dei locali, degli ambienti comuni, degli attrezzi per l'allenamento, dei distributori di bevande e snack.

Particolare attenzione verrà messa sulle superfici toccate frequentemente.

E' previsto un ricircolo naturale e forzato di aria nei locali palestra, con immissione/estrazione continua.

I sistemi di areazioni sono stati sanificati.

### **Igiene delle mani e pulizia degli attrezzi**

È obbligatorio che l'associato presente in palestra adotti tutte le precauzioni igieniche, in particolare per le mani.

Essere consapevoli che la disinfezione delle mani è la chiave per prevenire l'infezione.

Lavare le mani spesso e accuratamente con acqua e sapone per almeno 60 secondi e dopo asciugarle bene.

**Il personale di sala igienizzerà ogni singolo attrezzo o macchinario dopo l'uso.**

L'azienda metterà a disposizione idonei mezzi detergenti.

Rimaniamo tutti consapevoli che la disinfezione delle mani è la chiave per prevenire l'infezione.

**Rimodulazione degli orari della palestra e corsi, turni degli istruttori**

Nel periodo di emergenza che al momento è prevista fino al 30/07/2020, saremmo costretti a riprogrammare il palinsesto delle lezioni.

Gli orari di apertura e chiusura della palestra, potrebbero subire delle variazioni.

Attualmente la palestra aprirà alle ore 09:30 e chiuderà alle ore 21:00

Fiduciosi che la vostra collaborazione permetta un prosieguo ottimale e sicuro degli allenamenti, lo Staff di AG POWER sarà Felice di accogliervi virtualmente a braccia aperte.

AG POWER SSD ARL

Diego Mengarelli

Roma, 25/05/2020