

ATLETICA E COVID-19: AGGIORNAMENTI DALLA FEDERAZIONE A SEGUITO DEL D.P.C.M. DEL 18 OTTOBRE 2020.

La ripresa delle attività sportive in questo periodo di Covid-19 impone, alla luce delle novità normative susseguitesì, di rivedere gli aggiornamenti.

Di seguito vediamo cosa è possibile fare e in che modo.

1. Ripresa degli allenamenti.

È possibile svolgere in toto le attività di allenamento per tutte le categorie, comprese quelle giovanili. L'attività dell'atletica leggera, infatti, NON rientra nella lista degli sport di contatto ed è quindi possibile svolgere tale attività, sia a livello professionistico sia a livello dilettantistico.

È obbligatorio ad ogni allenamento consegnare, al responsabile preposto all'ingresso del campo, il modulo di AUTOCERTIFICAZIONE multipla compilato in ogni sua parte, messo a disposizione dal Comitato Regionale Lombardia.

L'ingresso agli impianti è consentito nel rispetto delle norme igieniche e del distanziamento secondo quanto stabilito dalle vigenti leggi in materia di Covid-19, a tutti i tesserati Fidal.

2. Attività preventive la riapertura.

Predisporre del personale per la raccolta e verifica delle autocertificazioni all'ingresso dell'impianto, nonché per la misurazione della temperatura corporea. Predisporre sempre in questa area il dispenser con liquido disinfettante mani da utilizzare prima dell'ingresso nell'impianto.

È importante predisporre una adeguata informazione circa le misure di prevenzione adottate da sottoporre ad operatori e utenti.

È obbligatorio predisporre un sistema di controllo tramite personale atto a vigilare che gli utenti rispettino le norme igieniche ed il distanziamento sociale.

3. Mascherine

È obbligatorio avere sempre con sé la mascherina o altro dispositivo similare di protezione delle vie respiratorie ed è obbligatorio indossarla nei momenti in cui non si effettua l'attività sportiva (allenamento o gara) e quando non è possibile mantenere il distanziamento sociale, sia all'aperto sia al chiuso.

4. Igienizzazioni

È obbligatorio che gli utenti si igienizzino le mani prima e dopo l'accesso all'impianto.

È obbligatorio garantire l'utilizzazione sicura dei servizi igienici, i quali dovranno essere puliti di frequente durante l'utilizzo dell'impianto. I servizi dovranno essere dotati di carta igienica, salviettine usa e getta e dovranno essere messi a disposizione sistemi di igienizzazione delle mani (es. gel igienizzante alcolico) da usarsi prima dell'ingresso ai servizi e subito dopo (apertura e chiusura porta).

Circa gli spogliatoi, se il gestore ne consente l'utilizzo, valgono le regole di distanziamento di almeno 1,5 – 2 mt a persona, evitare il contatto fra gli indumenti e procedere a igienizzazione dopo ogni utilizzo. La Federazione comunque ne sconsiglia l'uso.

5. Contenitori raccolta fazzoletti/tovaglioli di carta

È necessario predisporre per la raccolta di tovaglioli e fazzoletti di carta degli appositi contenitori all'interno dei servizi igienici e in tutti i locali e aree utilizzate. I sacchi, una volta rimossi dagli appositi cestini, dovranno essere inseriti in un ulteriore sacco, chiusi ermeticamente e gettati nell'indifferenziato.

È rigorosamente vietato sputare o gettare gomme da masticare su qualunque superficie dell'impianto.

6. Divieto di assembramento

In tutto l'impianto è vietato creare assembramenti, dovrà essere mantenuta la distanza (tra gli atleti, tecnici, accompagnatori, personale di servizio,..) di 1,5-2 mt e dovrà essere predisposto un percorso di ingresso – uscita in cui non sia mai possibile incrociarsi.

7. Numeri di accesso per sessione

Non vi è più alcuna limitazione circa il numero di atleti che possono entrare negli impianti, tuttavia è **obbligatorio** rispettare le norme in materia di **distanziamento sociale**, sia all'aperto sia al chiuso.

8. Sessioni di allenamento

Per gli impianti al chiuso la Federazione raccomanda di far accedere all'area solo gli atleti ed i tecnici impegnati effettivamente nell'allenamento.

Per gli allenamenti ed esercizi a "circuito", per le cui modalità di svolgimento non sono necessari ampi spazi per ciascun atleta, la Federazione raccomanda di adottare

Per lo svolgimento delle sessioni di allenamento dei lanci è preferibile, per ragioni igieniche, che ogni atleta utilizzi il proprio attrezzo personale, salvo che il gestore dell'impianto garantisca l'igienizzazione delle attrezzature dell'impianto eventualmente messe a disposizione.

Per gli esercizi di gruppo svolti a terra o per gli esercizi di agilità si dovrà mantenere la distanza di 3 mt tra ogni atleta.

Per l'allenamento delle staffette è necessario igienizzare i testimoni al termine di ogni esercizio.

Per i salti in estensione si dovrà rivoltare la sabbia con una pala o rastrello al termine di ogni salto.

Per le zone di caduta del salto con l'asta e del salto in alto non è più obbligatorio l'apposizione di un telo personale, salvo diversa volontà del singolo atleta. Resta comunque obbligatorio procedere a igienizzazione della zona di caduta al termine di ogni salto.

Per gli allenamenti lunghi si dovrà tenere una buona distanza tra gli atleti sia durante l'allenamento in pista sia nelle aree limitrofe alla stessa. Si sconsiglia di svolgere i "lunghi" sull'anello. I test di resistenza andranno eseguiti mantenendo il distanziamento e un atleta per volta.

Per gli allenamenti in palestra/sala pesi deve essere garantita l'igienizzazione degli attrezzi e delle postazioni.

Gli attrezzi e le machine che non possono essere igienizzati non devono essere utilizzati.

In palestra vanno utilizzate calzature previste esclusivamente a questo scopo.

Per gli allenamenti in ambienti chiusi andrà garantito un adeguato ricambio d'aria.

9. Indumenti e oggetti personali

Gli indumenti e quant'altro di personale non dovranno mai entrare in contatto con quelli degli altri atleti, all'uopo dovranno essere riposti in una sacca e questa posta nell'armadietto (se presente).

10. ATLETI MINORENNI (BAMBINI E RAGAZZI FINO AI 17 ANNI) IN OTTEMPERANZA ALL'ALLEGATO "A" DEL D.P.C.M. 18 OTTOBRE 2020

È preferibile svolgere l'attività all'aperto e in spazi adeguati che consentano il distanziamento durante l'attività sportiva. In caso di spazi chiusi sarà necessario garantire l'adeguato ricambio d'aria negli ambienti.

L'attività andrà svolta in piccoli gruppi, organizzando una pluralità di spazi al fine di svolgere le attività programmate.

Gli accompagnatori dovranno accompagnare i bambini fino ai 14 anni direttamente sul luogo dell'allenamento e poi tornare a prendere gli stessi nel luogo previsto dalla società/associazione (sempre tenendo presente la necessità che le operazioni di ingresso ed uscita NON devono far sì di incrociare gli utenti). Nel caso di bambini e ragazzi con disabilità di qualunque genere che necessitano di essere accompagnati, l'accompagnatore può permanere nella struttura mantenendo il distanziamento sociale e rispettando l'obbligo di utilizzo di mascherine o altro dispositivo di protezione delle vie respiratorie.

11. Organizzazione manifestazioni

È consentita l'organizzazione di manifestazioni in pista, su strada (corsa, marcia e nordic walking) e off road (corsa in montagna, trail running e corsa campestre) purchè di rilievo regionale o nazionale o internazionale. Le competizioni di livello provinciale non sono consentite.

Elementi comuni generali:

- **PRESENZA DI SPETTATORI NEGLI IMPIANTI SPORTIVI ALL'APERTO E AL CHIUSO.**

È possibile organizzare eventi con la partecipazione del pubblico, sia all'aperto che al chiuso.

Al riguardo dovrà essere assicurato il servizio di prenotazione e assegnazione preventiva del posto a sedere per i singoli spettatori, senza mai superare la proporzione del **15%** della capienza autorizzata dalle Commissioni di vigilanza prima dell'emergenza causata dal Covid-19 e, in via assoluta, in misura non superiore a 1.000 spettatori negli impianti all'aperto e **200** spettatori negli impianti al chiuso.

Come prescritto dalle vigenti normative nazionali e regionali in materia di sicurezza per la prevenzione e la gestione dell'emergenza Covid-19, all'ingresso dell'impianto dovrà essere misurata la temperatura corporea sia al personale di servizio della manifestazione sia al pubblico. Per poter accedere la temperatura non dovrà superare i 37,5° e tutti, personale di servizio e pubblico, dovranno indossare la mascherina durante la permanenza nell'impianto, sia che si tratti di impianto all'aperto sia che si tratti di impianto al chiuso.

Nel caso in cui la temperatura risulti pari o superiore a 37,5°, la persona non potrà accedere all'impianto e dovrà essere invitata a rientrare al proprio domicilio e a contattare il medico di medicina generale o, in caso di minore, il pediatra di libera scelta, i quali, in caso di sospetto Covid-19 o altra patologia soggetta a denuncia, provvederanno alla segnalazione secondo le consuete modalità.

Il personale ha l'obbligo di rimanere nel proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37,5°) o altri sintomi influenzali e in quel caso di chiamare il proprio medico di medicina generale.

L'impianto dovrà essere organizzato in modo da mantenere il distanziamento tra gli utenti, anche se membri dello stesso nucleo familiare, e in modo da evitare assembramenti.

- Dotare il personale dei sistemi di protezione sanitaria adeguati, secondo le vigenti normative.
- Pianificare la pulizia/igienizzazione dei servizi igienici secondo le vigenti normative.
- Dovranno essere messi a disposizione del pubblico e del personale di servizio appositi prodotti per l'igiene delle mani in più aree dell'impianto ed in numero adeguato, come ad esempio all'ingresso, all'ingresso dei servizi igienici, all'ingresso delle varie aree, ecc. Tali punti di igienizzazione dovranno essere ben segnalati e dovrà essere promosso il loro utilizzo nell'impianto.
- Valutare la predisposizione di spogliatoi e docce nel rispetto delle normative vigenti al momento della competizione.
- Predisporre un numero adeguato di cestini per la raccolta di spazzatura specifica (fazzoletti monouso, tovaglioli, salviettine umidificate) e per i "rifiuti speciali" quali le mascherine e/o guanti utilizzati dallo staff, secondo quanto previsto dalle vigenti norme.
- Prevedere un sistema di ingresso-uscita di atleti, tecnici e personale differenziato dal pubblico e in modo che sia **a senso unico**.
- Nei locali non all'aperto: garantire un adeguato ricambio d'aria.

Decalogo del running:

- Evitare di fare attività se si ha sintomi influenzali.
- Mantenere sempre la distanza interpersonale di almeno 1 mt.
- Usare solo bicchieri monouso o bottiglie/borracce personalizzate.
- Utilizzare solamente fazzoletti o salviettine monouso da riporre negli appositi contenitori dopo l'uso.
- Utilizzare sempre la mascherina prima e dopo l'attività fisica.
- Lavarsi accuratamente le mani con acqua o appositi prodotti di disinfezione, nonché naso, occhi e bocca dopo l'attività fisica.
- Lavare gli indumenti utilizzati durante la corsa separatamente dagli altri.
- Manifestazioni su pista.

Sono consentite le gare in corsia con modalità tradizionale dai 100 ai 400 mt con ostacoli e non; nonché la

staffetta 4X400, le gare di fondo, di mezzo fondo e marcia in pista con le seguenti limitazioni:

- 800 n. 12 atleti per serie.
- 1500 n. 12 atleti per serie.
- 2000, 3000 (anche siepi) n. 12 atleti per serie.
- 5000 e 10000 n. 16 atleti per serie, possibilmente suddivisi su due linee di partenza.
- marcia n. 16 atleti per serie, possibilmente suddivisi su due linee di partenza.

salti in estensione, salti in elevazione, lanci e prove multiple (secondo quanto descritto sopra).

N.B. È consentito, per le gare di fondo e mezzofondo in pista all'aperto, al fine di evitare un allungamento eccessivo degli orari, un incremento degli iscritti fino al 20% del numero degli atleti attualmente previsto.

Quindi, il Delegato Tecnico, per le gare dei 3000 mt, 3000 siepi (previsti ad oggi max 12 atleti per serie), 5000 e 10000 metri (previsti ad oggi max 16 atleti per serie), potrà aumentare nella misura non superiore del 20% il numero degli atleti previsti alla partenza garantendo sempre e comunque il distanziamento tra gli atleti suddividendoli in due linee di partenza (vedi Regola Tecnica 17.5.2).

- Manifestazioni su strada e off road.

Sono consentite manifestazioni di interesse regionale e nazionale non stadia (corsa su strada e off road) con le seguenti limitazioni:

- Partenza con mascherina fino a 500 atleti per scaglione e per i primi 500 metri.
- Partenze separate da adeguato intervallo temporale, al fine di mantenere la distanza tra gli atleti (circa 5 minuti, variabili a seconda del contesto).
- Tra gli atleti deve permanere la distanza interpersonale di 1 mt pre e post competizione.
- Gli atleti dovranno indossare la mascherina prima e dopo la gara (anche nelle fasi di partenza per i primi 500 metri di corsa per le partenze fino a 500 atleti per scaglione).

Da ricordare

- ✓ Al termine di ogni evento dovrà essere garantita la pulizia e disinfezione di tutti gli ambienti con particolare attenzione alle superfici toccate con maggiore frequenza (corrimano, pulsanti degli ascensori, maniglie, ecc.), ai servizi igienici e alle parti comuni.
- ✓ Infine, al fine di evitare assembramenti, **non** è consentita l'attività dei bar, dei punti di ristoro e dei distributori automatici di alimenti e bevande all'interno dell'impianto. L'eventuale distribuzione di bevande e snack potrà avvenire, recita l'ordinanza, mediante addetti che circolano nelle tribune, senza che il pubblico debba lasciare il posto assegnato.
- ✓ Gli organizzatori sono tenuti a far rispettare le vigenti regole e a informare gli spettatori e il personale di servizio circa le misure di prevenzione adottate e circa le misure di prevenzione che gli spettatori e personale di servizio stessi sono obbligati a rispettare.
- ✓ Ovviamente gli organizzatori possono prevedere ulteriori misure di prevenzione, se lo ritengono opportuno, in base alle caratteristiche dell'impianto, del numero di spettatori e dalla tipologia di manifestazione.

Per ogni ulteriore eventuale delucidazione è disponibile il consulente, Avv. Andrea Boroni, tel. 388/4747194, e-mail avv.boroni@my.com