

LINEE GUIDA per l'anno sportivo 2020/2021

INDICE:

1. Prenotazione degli allenamenti
2. Linee guida generali
3. Linee guida per la palestra Piarda Fanton - Contrà Burci
4. Linee guida per il Palazzetto dello Sport - Viale Goldoni

1. PRENOTAZIONE DEGLI ALLENAMENTI

Per partecipare ai nostri allenamenti, da settembre 2020, sarà necessario prenotarsi inviando una mail al seguente indirizzo: sgvumbertoprimo@libero.it contenente la foto del seguente modulo compilato ([Richiesta partecipazione allenamenti.pdf](#)). Per mantenere la distanza di sicurezza tra i vari ginnasti, da quest'anno i nostri corsi saranno a numero chiuso. Una volta inviata la mail la nostra segreteria provvederà ad inserire il ginnasta nel corso più adatto e a inviarti una mail di conferma con giorni e orari.

Nel caso in cui sia il primo anno di frequenza dei nostri corsi, il ginnasta ha diritto a due lezioni di prova gratuite. Per usufruirne, una volta inviato la mail per la richiesta di partecipazione agli allenamenti e ricevuto risposta dalla segreteria, basterà presentarsi in palestra il primo giorno di allenamento e richiedere i tagliandini delle prove gratuite.

Terminate le lezioni di prova gratuite il ginnasta dovrà essere iscritto in segreteria.

2. LINEE GUIDA GENERALI

Dopo aver prenotato gli allenamenti, bisognerà presentarsi in palestra i giorni e gli orari indicati e seguire le seguenti norme per la prevenzione alla diffusione del Covid-19.

- Presentarsi in palestra indossando la mascherina, che potrà essere tolta durante l'allenamento;
- Presentarsi ad ogni allenamento con la seguente autocertificazione di salute compilata e firmata da entrambi i genitori ([Autocertificazione di salute.pdf](#));
- Per le prime settimane di allenamento non potranno essere utilizzati gli spogliatoi (tranne che per l'uso dei servizi igienici), quindi consigliamo di presentarsi con i vestiti da allenamento già indosso e una borsa capiente per riporre eventuali altri vestiti;
- All'entrata in palestra, un addetto misurerà la febbre ai ginnasti e raccoglierà le autocertificazioni;
- I genitori non potranno entrare in palestra, accompagneranno i figli fino all'ingresso e una volta provata la febbre i ginnasti potranno entrare da soli in palestra;
- Terminato gli allenamenti i genitori aspetteranno i figli all'uscita;
- Per quanto riguarda l'abbigliamento, consigliamo l'utilizzo di calzini e scarpette (acquistabili in segreteria), non sarà necessario l'utilizzo di guanti.

- Presentarsi in segreteria durante l'orario di allenamento e non al termine per evitare confusione all'uscita dei ginnasti. Anche in segreteria sarà necessario indossare la mascherina e mantenere il distanziamento.

3. LINEE GUIDA PER LA PALESTRA PIARDA FANTON (Contrà Burci 28)

Per gli allenamenti in Piarda Fanton, bisognerà seguire le seguenti linee guida:

- Presentarsi all'ingresso della palestra (l'ingresso del parcheggio) indossando la mascherina e attendere il proprio turno di entrata con un distanziamento minimo di un metro dagli altri ginnasti e genitori, è consigliabile arrivare prima dell'orario di inizio dei corsi;
- Una volta arrivato il proprio turno, avvicinarsi all'addetto all'ingresso, attendere che venga provata la febbre al ginnasta e consegnare il modulo di autocertificazione di salute compilato. Se il ginnasta presenta una temperatura superiore a 37.5 non potrà partecipare all'allenamento. Se, invece, non presenta febbre, potrà entrare in palestra senza il genitore.
- Per le prime settimane di allenamento non potranno essere utilizzati gli spogliatoi (tranne che per i servizi igienici), quindi il ginnasta dovrà presentarsi con i vestiti da allenamento già indosso e riporre eventuali altri vestiti nello zaino/borsone. La mascherina potrà essere tolta e riposta nello zaino durante l'allenamento.
- Durante l'allenamento il ginnasta dovrà seguire le indicazioni degli istruttori. In particolare, il ginnasta non dovrà entrare in contatto con gli altri ginnasti e mantenere un distanziamento minimo di due metri. Per i nostri ginnasti più piccoli, consigliamo che i genitori parlino con i propri figli riguardo la necessità di mantenere il distanziamento e seguire le indicazioni degli istruttori, in modo che all'arrivo in palestra siano già preparati.
- Terminato l'allenamento, i ginnasti recupereranno gli zaini, indosseranno la mascherina e verranno accompagnati all'uscita (uscita dal lato della segreteria) dove i genitori li aspetteranno sempre mantenendo il distanziamento.

4. LINEE GUIDA PER IL PALAZZETTO DELLO SPORT (Viale Goldoni)

Per gli allenamenti al Palazzetto dello Sport, seguire le seguenti linee guida:

- Presentarsi all'ingresso della palestra (l'ingresso degli spogliatoi) indossando la mascherina e attendere il proprio turno di entrata con un distanziamento minimo di un metro dagli altri ginnasti e genitori.
- Una volta arrivato il proprio turno, avvicinarsi all'addetto all'ingresso, attendere che venga provata la febbre al ginnasta e consegnare il modulo di autocertificazione di salute compilato. Se il ginnasta presenta una temperatura superiore a 37.5 non potrà partecipare all'allenamento. Se, invece, non presenta febbre, potrà entrare in palestra senza il genitore.
- Per le prime settimane di allenamento non potranno essere utilizzati gli spogliatoi (tranne che per i servizi igienici), quindi il ginnasta dovrà presentarsi con i vestiti da allenamento già indosso e riporre

eventuali altri vestiti nello zaino/borsone. La mascherina potrà essere tolta e riposta nello zaino durante l'allenamento.

- Durante l'allenamento il ginnasta dovrà seguire le indicazioni degli istruttori. In particolare, il ginnasta non dovrà entrare in contatto con gli altri ginnasti e mantenere un distanziamento minimo di due metri. Per i nostri ginnasti più piccoli, consigliamo che i genitori parlino con i propri figli riguardo la necessità di mantenere il distanziamento e seguire le indicazioni degli istruttori, in modo che all'arrivo in palestra siano già preparati.
- Terminato l'allenamento, i ginnasti recupereranno gli zaini, indosseranno la mascherina e verranno accompagnati all'uscita (uscita dal lato della segreteria) dove i genitori li aspetteranno sempre mantenendo il distanziamento.