

**RIPARTIAMO IN SICUREZZA!**

# **REGOLAMENTO PER TUTTI GLI ALLIEVI**



**DA LEGGERE SCRUPolosAMENTE**

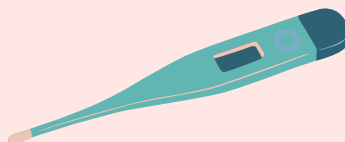
# COSE DA PREDISPORRE DA CASA

**01** La prima volta che torneranno in sede: gli allievi dovranno avere con sé l'autodichiarazione firmata (dal genitore se minori). Si impegneranno (i genitori per i minori) a comunicare eventuali variazioni, nel corso del tempo, a quanto dichiarato

**02** Per tutte le lezioni, quindi sempre:

- devono arrivare **già cambiati** per la lezione; potranno poi, in sala, togliere degli indumenti e riporli nella loro borsa.
- devono avere con sé una borsa per l'attività con dentro: scarpe apposite per l'attività pulite e disinfettate o calze pulite, asciugamano pulito, bottiglia o borraccia con acqua (meglio se contrassegnata con nome), un sacchetto piccolo per riporre la mascherina, un sacchetto più grande per riporre le scarpe con cui arriveranno in sede. Non è consentita la consumazione di cibi di qualsiasi genere.
- devono essere all'ingresso solo 5 minuti prima dell'inizio della loro lezione. Si raccomanda la massima puntualità!

**Devono accedere alla sede solo se totalmente asintomatici: chi presenta sintomi come tosse, febbre, dolori muscolari, disturbi all'olfatto o al gusto, diarrea o nausea non deve accedere alla scuola e prendere quanto prima contatto con il proprio medico di famiglia**



# ARRIVATI IN SEDE ETRADANZA

- 01** All'esterno della sede raccomandiamo il rispetto delle distanze di 1m tra le persone e l'utilizzo delle mascherine, obbligatorie per l'accesso in sede e in tutti gli spostamenti all'interno, fuorchè nelle sale dove si svolge l'attività.
- 02** All'ingresso troveranno la porta aperta, ma chiediamo di **attendere fuori che l'insegnante vi faccia accedere**. Tutti gli allievi dovranno depositare le proprie scarpe all'ingresso al piano terra, metterle nell'apposito sacchetto portato da casa e riporle nella borsa, che porteranno con sé. Dopodichè l'insegnante misurerà la temperatura: ricordiamo che non è **possibile accedere alle lezioni con temperatura superiore ai 37,5 °**. L'insegnante farà igienizzare le mani con il gel disinfettante
- 03** Al piano terra la superficie verrà suddivisa in una "zona scarpe" e una "zona no scarpe".  
**I genitori** potranno accedere in sede solo su appuntamento telefonico con la segreteria e rimanendo nella "zona scarpe"
- 04** **Non saranno accessibili:** gli spogliatoi sia femminili che maschili, la zona divani al piano terra e primo piano, le stanze in fondo al corridoio
- 05** Accompagnati in sala dall'insegnante gli allievi dovranno **riporre le borse** sopra delle panche che disporremo ai lati della stanza, **togliere la mascherina**, riporla nel sacchetto apposito portato da casa e metterla nella propria borsa, togliersi eventuali **indumenti** e riporli nella propria borsa. Si raccomanda di non appoggiare e/o abbandonare indumenti sul pavimento, sulle sbarre o sulle panche!



# DURANTE LA LEZIONE GLI ALLIEVI

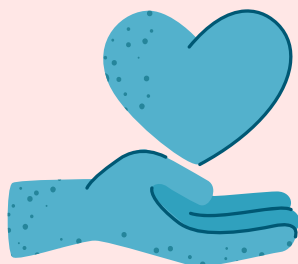
- 01** **La distanza** tra gli allievi di 2 metri sarà mantenuta attraverso l'utilizzo di quadrati di 3m x3m segnati a terra tramite scotch e croci sulla sbarra; sarà compito dell'insegnante pianificare la lezione in modo che vengano rispettate le distanze di sicurezza in ogni fase della lezione
- 02** Non potranno utilizzare i nostri **tappetini** ma, eventualmente, solo quelli **personali** portati da casa; in caso di utilizzo di attrezzature specifiche, verranno igienizzate ad ogni cambio gruppo e non potranno essere scambiate all'interno dello stesso gruppo. Inoltre, dovranno utilizzare solo borracce d'acqua personali portate da casa
- 03** L'insegnante potrà togliere la mascherina avendo cura di aumentare la distanza oltre i 2 metri
- 04** **L'insegnante ricorderà agli allievi** (vedi cartello promemoria affisso nelle sale) di: non toccare gli specchi, non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani, starnutire o tossire in un fazzoletto o nella piega del gomito, gettare i fazzoletti negli appositi contenitori, non abbandonare gli indumenti o asciugamani a terra o sulla sbarra, seguire sempre le indicazioni dell'insegnante sugli spostamenti, bere sempre e solo dalla propria bottiglia.
- 05** Sarà vietato lo scambio tra gli allievi e gli insegnanti di dispositivi come cellulari e tablet!
- 06** In caso di necessità di toilette, è possibile utilizzare solo la toilette al piano terra, che andrà igienizzata ad ogni utilizzo: obbligatorio avvisare la segreteria che si è utilizzato il bagno. L'igienizzazione verrà fatta dall'allievo, se adulto, su indicazioni della segreteria; altrimenti provvederà la segreteria indossando i guanti oltre alla mascherina

## DURANTE LA LEZIONE GLI ALLIEVI

- 07** **In caso di lavoro al pavimento:** saranno fatte igienizzare le mani alle allieve anche durante la lezione. A discrezione dell'insegnante potrà essere chiesto di far indossare pantaloni lunghi, maglia lunga e calze per il lavoro a terra
- 08** Potrà essere richiesta dall'insegnante una collaborazione per eventuale disinfezione di attrezzi utilizzati (in particolare per le lezioni di Body Code System)

## ALLA FINE DELLA LEZIONE GLI ALLIEVI

- 01** Indosseranno la mascherina, preleveranno le borse, igienizzeranno le mani e saranno accompagnati dall'insegnante al piano terra mantenendo le distanze di 1 m., per cambiarsi le scarpe ed uscire
- 02** Chiediamo collaborazione affinché, a casa, gli indumenti e gli oggetti utilizzati per le lezioni vengano lavati o disinfettati ad ogni utilizzo!





# PROTOCOLLO RIAPERTURA ETRADANZA ANTI-COVID

Ecco, riassunte, le misure che abbiamo adottato e continueremo ad adottare, in ottemperanza alle linee guida indicate dal Ministero per lo Sport, a tutela della salute dei nostri allievi, insegnanti e collaboratori

## 01 CRONOPROGRAMMA

Gli orari delle lezioni sono stati rivisti, per fare in modo che:

- non combacino inizi e fine di corsi anche diversi. Ingressi e uscite saranno distanziati nel tempo per evitare assembramento
- ogni lezione abbia al massimo 8 partecipanti oltre all'insegnante
- in caso di due lezioni consecutive, l'allievo utilizzi sempre la stessa sala, per limitare al massimo gli spostamenti
- tra una lezione e l'altra di ogni insegnante ci sia il tempo necessario per svolgere le mansioni di "accompagnamento" degli allievi e igienizzazione della sala

L'accesso alla segreteria per i genitori avverrà solo tramite appuntamento telefonico.

## 02 DISTANZIAMENTO SOCIALE

- 1m con mascherina
- 2m o più senza mascherina, in base all'intensità dello sforzo fisico

## 03 PULIZIA E SANIFICAZIONE

- Durante la settimana dal 25 al 29 maggio: pulizia a fondo di tutte le superfici e successiva igienizzazione con appositi prodotti
- Una volta al giorno (al mattino): pulizia e sanificazione di tutti gli ambienti utilizzati il giorno precedente.
- Più volte al giorno, in particolare nel cambio turno: igienizzazione superfici toccate, sbarre, panche, pavimento se lavoro a terra, attrezzi utilizzati, dispositivi e superfici presenti in segreteria
- Ad ogni utilizzo: toilette

## 04 AERAZIONE

- Tutte le finestre e le porte, durante l'attività, saranno costantemente aperte
- Sarà vietato azionare l'impianto di aerazione forzata
- Sarà vietato azionare la ventilazione a soffitto

## 05 DISPOSITIVI DI PROTEZIONE

- Mascherine chirurgiche a disposizione per insegnanti e collaboratori
- Gel igienizzante in ingresso e davanti alla porta d'ingresso di ogni sala
- Spray igienizzanti per le superfici e scottex
- Protezione in plexiglass in segreteria
- Termoscanner
- Registro presenze
- Suddivisione degli spazi in sala tramite scotch sul pavimento, distanziatori in ingresso

# RESTIAMO UNITI



# RESTANDO DISTANTI