



## **RACCOMANDAZIONI DI SICUREZZA**

### **ALLENAMENTI LUGLIO/AGOSTO 2020 CAMPO PARCO VIRA**

1. Orari inizio e fine allenamenti sono da rispettare in modo scrupoloso onde evitare sovrapposizioni e assembramenti di allievi e genitori.
2. Per il mese di luglio sarà a disposizione un solo spogliatoio (quello più piccolo) negli altri spogliatoi saranno presenti i ragazzi dello skater.
3. Allievi già cambiati pronti per l'allenamento tranne per le scarpe da calcio che saranno da indossare al campo.
4. Programmare l'arrivo degli allievi puntuali ma non troppo in anticipo (ca. 5 min. prima dell'inizio dell'allenamento programmato)
5. Evitare che i genitori stazionino troppo nella zona spogliatoi.
6. Durante tutto l'allenamento l'allenatore responsabile dovrà garantire le misure di igiene e di distanza sociale.
7. Evitare gli abbracci tra compagni.
8. Far lavare le mani almeno all'inizio e alla fine degli allenamenti in modo scaglionato.
9. Far portare la borraccia personale ad ogni allievo ed evitare che se la scambino.
10. Evitare di bere direttamente la rubinetto posto nelle adiacenze dei lavascarpe.
11. La pausa deve essere fatta in modo scaglionato o mantenendo le distanze sociali.
12. Lavorare il più possibile con diverse postazioni di lavoro.
13. Evitare che gli allievi entrino tutti nel medesimo tempo nello spogliatoio (mese di luglio inaccessibile)
14. Le riunioni informative sia agli allievi che ai genitori dovranno essere fatte all'interno del campo mantenendo la distanza sociale.
15. Se un allievo dovesse presentare qualche sintomo quali tosse, febbre e/o ecc. dovrà essere allontanato al più presto e avvertire subito i genitori.
16. L'allenatore o/e l'aiuto deve essere presente almeno 5 min prima dell'inizio del proprio allenamento e deve essere presente fino a che tutti gli allievi non saranno andati via a fine allenamento.
17. Vi preghiamo sin d'ora di non esagerare con gli allenamenti onde evitare sovraffollamenti. Lasciamo spazio a tutte le squadre! e ricordate che la stagione è lunga.

18. In caso di cattivo tempo tutti gli allenamenti sono annullati!

# **Piano Allenamento Provvisorio**

luglio 2020 (ed eventualmente agosto)

Campo Vira

## **Allievi A :**

Martedì - Giovedì

19:45 - 21:00

## **Allievi B/2 + D9/1**

Martedì - Giovedì

18:15 - 19:30

## **Allievi E-2011**

Lunedì - Mercoledì

17:30 - 18:30

## **Allievi C2**

Lunedì - Mercoledì

17:45 - 19:00

## **Allievi D9/2**

Mercoledì - Venerdì

18:30 - 19:30

## **Allievi C1**

Lunedì - Mercoledì

16:30 - 17:30

## **Allievi E-2010 ( Ertan )**

Venerdì

18:15 - 19:30

## **Seniori**

Lunedì

19:20 - 20:45

Vietato fare la doccia