

## PROTOCOLLO per la ripresa degli ALLENAMENTI

Le misure governative tese al contenimento della diffusione e al contagio del covid-19 emanate nella “Linee-Guida per attività sportiva di base e l'attività motoria in genere” e del presente “Protocollo per l'allenamento FEDERKOMBAT” permette la ripresa degli allenamenti degli sport da contatto e in particolare delle nostre attività.

Il presente protocollo tiene conto delle Linee Guida emanate dal Dipartimento dello Sport 6 agosto 2021 redatte ai sensi del Decreto Legge 22 aprile 2021, n.52 **e del Decreto Legge 23 luglio 2021, n. 105**

Si rammenta che le Linee Guida governative e i protocolli FEDERKOMBAT devono essere osservate dalle ASD/SSD e che al rappresentante legale di queste e al personale tecnico vanno ricondotte eventuali responsabilità dell'attività svolta, precisando che ulteriori misure contenitive possono essere adottate purché in sintonia con quelle governative federali.

Si precisa che questo protocollo non sostituisce in alcun modo le disposizioni delle Autorità Preposte, alle quali ogni singola Organizzazione Sportiva è tenuta al rispetto, e sono valide in funzione delle relative Ordinanze Regionali e fino a nuove disposizioni.

L'art. 3, comma 1 del decreto-legge 23 luglio 2021 n. 105, introduce l'art. 9 bis al decreto-legge 22 aprile 2021, n. 52, convertito con modificazioni dalla legge 17 giugno 2021, n. 87, e dispone che dal 6 agosto 2021 l'accesso a piscine, centri natatori, **palestre**, sport di squadra, limitatamente alle attività al chiuso, sia riservato **esclusivamente** alle persone in possesso di una delle **certificazioni verdi COVID-19** di cui all'articolo 9, comma 2 del decreto-legge 22 aprile 2021, n. 52, convertito, con modificazioni, dalla legge 17 giugno 2021, n. 87.

## COSA FARE

### Prima di recarti in palestra:

1. Assicurati di essere in possesso del **Green Pass** (esenti i minori fino ad anni 12 e coloro che presentano Certificato Medico di Esenzione valido in forma cartacea fino al 30 settembre p.v. obbligati comunque al Tampone antigenico rapido certificato valido 48 ore);
2. Porta la certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13);
3. Controlla la temperatura corporea TC;
4. Valuta eventuali sintomi e in caso di sospetto, **NON** recarsi in palestra;
5. Pulisci e detergi con soluzioni a base di amuchina tutta la tua attrezzatura (guantoni, caschetto, parastinchi...)
6. Lava e disinfetta le mani più volte;
7. Rispetta le disposizioni Statali, Locali e della palestra o club a cui sei associato;

### In Palestra

1. Lascia che ti controllino il Green Pass e la Temperatura corporea;

**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE e SAMBO**

Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804

E.mail: [presidente@federkombat.it](mailto:presidente@federkombat.it) – [segretario@federkombat.it](mailto:segretario@federkombat.it) - [segreteria@federkombat.it](mailto:segreteria@federkombat.it)

Pec: [federazione@pec.federkombat.it](mailto:federazione@pec.federkombat.it) - Web: [www.federkombat.it](http://www.federkombat.it) – C.F. / P.IVA n. 07974780152



Riconoscimento sportivo del CONI ai sensi del D.Lgs. n. 242/1999 in qualità di DSA

Disciplina Sportiva Associata avvenuto il 23.03.2004 prot. 1258 – DSA Effettiva al CONI Prot. nr.1542/2015

Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. I del 12/02/2014

Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MB1394794 dal 11/06/1992

2. Compila l'autodichiarazione nella quale attesti lo stato di buona salute, assenza da infezione e contatto con covid-19;
3. Arriva già in tenuta di allenamento per ridurre i tempi di permanenza;
4. Mantieni il Distanziamento e **Usa** la mascherina negli spazi comuni;
5. E' consentito l'uso delle docce contingentato;

## Tutti Singolarmente

1. Evita di toccarti il volto, la bocca e gli occhi;
2. Utilizza esclusivamente il tuo materiale tecnico, non dividerlo.
3. Disinfetta frequentemente le mani (anche altre parti del corpo che possano essere a contatto diretto con altri in allenamento);
4. Utilizza un paio di calzature esclusivamente per allenarti;
5. Usa sacchetti personali per gli indumenti da cambiare e non poggiarli su panche e/o spazi comuni;
6. Riponi e chiudi in buste eventuali rifiuti prodotti (fazzolettini ecc.);

## Con un partner

1. Disinfetta le mani, gambe e piedi prima di fare sparring;
2. Utilizza esclusivamente la tua attrezzatura (guantoni, caschetto, paratibie etc.) preventivamente pulita e disinfettata;

## Il tecnico

1. Assicurati di essere in possesso del **Green Pass** (esenti i minori fino ad anni 12 e coloro che presentano Certificato Medico di Esenzione valido in forma cartacea fino al 30 settembre p.v. obbligati comunque al Tampone antigenico rapido certificato valido 48 ore);
2. Porta la certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13);
3. Compila l'autodichiarazione come tutti coloro che entrano in palestra (da riconfermare ogni 14 giorni);
4. Indossa sempre una mascherina chirurgica FFP2 o FFP3 (senza valvola);
5. Disinfetta le scarpe o utilizza i calzari copriscarpe;
6. Utilizza la tua attrezzatura che sia stata preventivamente sanificata;
7. Disinfetta tutta l'attrezzatura comune utilizzata (sacco, corde, pao etc.)

## A cura delle ASD/SSD

1. Scarica l'APP di verifica delle Certificazioni Verdi (Green Pass) – VERIFICA C19  
<https://www.dgc.gov.it/web/app.html>
2. In riferimento al controllo sulla validità delle certificazioni COVID, in base all'art. 3, comma 4, del DL 23 luglio 2021, n. 105, i titolari o i gestori dei servizi e delle attività **sono tenuti** a verificare che

**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE e SAMBO**

Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804

E.mail: [presidente@federkombat.it](mailto:presidente@federkombat.it) – [segretario@federkombat.it](mailto:segretario@federkombat.it) - [segreteria@federkombat.it](mailto:segreteria@federkombat.it)

Pec: [federazione@pec.federkombat.it](mailto:federazione@pec.federkombat.it) - Web: [www.federkombat.it](http://www.federkombat.it) – C.F. / P.IVA n. 07974780152



Riconoscimento sportivo del CONI ai sensi del D.Lgs. n. 242/1999 in qualità di DSA

Disciplina Sportiva Associata avvenuto il 23.03.2004 prot. 1258 – DSA Effettiva al CONI Prot. nr.1542/2015

Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. I del 12/02/2014

Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MBI394794 dal 11/06/1992

l'accesso ai già menzionati servizi e attività avvenga nel rispetto delle prescrizioni di cui al comma 1 dell'art. 3 del DL 23 luglio 2021, n.105.

3. All'interno della struttura è consentito l'accesso ad un numero di persone:
  - a. pari ad 1 per ogni **12 mq** calcolato per l'intera superficie (compresi tutti gli addetti);
  - b. Per gli spazi di allenamento 1 ogni **5 mq** calcolato sulla superficie dedicato all'attività;
4. Esporre cartello che indichi il numero massimo delle persone totali che possono essere presenti in struttura;
5. Individuare e segnalare chiaramente lo spazio di sosta e le procedure da attuare in caso di Covid-19 positivo (dichiarato o con sintomi sospetti). In questo caso: isolare e allertare il medico di base del soggetto; il numero regionale dell'ASL e seguire le indicazioni ricevute;
6. Provvedere alla sanificazione degli ambienti come da precedenti indicazioni (soluzioni con ipoclorito di sodio 0,1% o idroalcoliche con concentrazione di alcool di almeno il 70% per superfici che possono essere danneggiate da ipoclorito di sodio);
7. Igienizzare gli ambienti TUTTI ogni cambio turno;
8. Esporre segnaletica "Lo Sport Riparte in SICUREZZA" (allegata alle Linee Guida);
9. Esporre apposita segnaletica per il rispetto delle regole;
10. Munire sufficienti punti con disinfettanti per le mani (1 ogni 300 mq e disinfettanti a disposizione degli utenti per la sanificazione degli attrezzi da usare e/o usati);
11. Assicurarsi che il certificato Medico presentato o trattenuto sia in corso di validità (idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13). Porre particolare attenzione ai Certificati Medici rinnovati da coloro che sono risultati Covid+ (si rimanda al sito della FMSI);
12. Raccoglie i dati di accesso nel Registro delle Presenza (indicare nome, cognome, data, orario, cell, e firma), ed allegare le autodichiarazioni debitamente compilate e firmate che devono essere riconfermate ogni 14 giorni. Nei casi di frequenza superiore alle 50 unità contemporaneamente, il registro deve essere in formato elettronico e il tracciamento di accesso alla struttura e la prenotazione dei corsi deve essere per il tramite di applicativi web o device mobili;
13. Inserire la data in cui qualche atleta abbia fatto volontariamente un tampone o un test sierologico e/o altre informazioni sanitarie utili.
14. Nel sito sportivo e nell'area di allenamento evitare assembramenti;
15. Segnalare su apposito spazio le attività di contatto svolte quotidianamente, al fine di identificare immediatamente i soggetti interessati;

**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE e SAMBO**

Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804

E.mail: [presidente@federkombat.it](mailto:presidente@federkombat.it) – [segretario@federkombat.it](mailto:segretario@federkombat.it) - [segreteria@federkombat.it](mailto:segreteria@federkombat.it)

Pec: [federazione@pec.federkombat.it](mailto:federazione@pec.federkombat.it) - Web: [www.federkombat.it](http://www.federkombat.it) – C.F. / P.IVA n. 07974780152



Riconoscimento sportivo del CONI ai sensi del D.Lgs. n. 242/1999 in qualità di DSA

Disciplina Sportiva Associata avvenuto il 23.03.2004 prot. 1258 – DSA Effettiva al CONI Prot. nr.1542/2015

Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. I del 12/02/2014

Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MBI394794 dal 11/06/1992

16. Attuare, ove possibile, una turnazione costante dei partecipanti tutti all'attività sportiva al fine della facile individuazione dei gruppi;
17. Predisporre, anche tramite segnaletica, gli spazi di allenamento individuale che non siano inferiori a 5 metri quadri per atleta;
18. Predisporre la reception con protezione in plexiglas, gli addetti usino sempre la mascherina;
19. Assicurare una continua ventilazione degli ambienti, possibilmente naturale o meccanica con ventilatori ecc. (non usare macchine di riciclo di aria se non sanificate con certificazione e utilizzo di filtro HEPA);
20. Tenersi costantemente aggiornati tramite le Ordinanze Regionali e/o Locali e il sito: [www.governo.it](http://www.governo.it) e [www.fmsi.it](http://www.fmsi.it) seguendone gli aggiornamenti.
21. Per i casi di società sportive previste dal D. Legs 08/2018, redigere il DVR (Documento Valutazione Rischi) individuando il Covid Manager responsabile;
22. Formare tutti gli operatori alle regole contenute nel DVR;

**Si ribadisce qualora ce ne fosse ancora necessità che:**

#### **gli Atleti:**

- a) Devono essere in possesso del **Green Pass** (esenti i minori fino ad anni 12 e coloro che presentano Certificato Medico di Esenzione valido in forma cartacea fino al 30 settembre p.v. obbligati comunque al Tampone antigenico rapido certificato valido 48 ore);
- b) Possono accedere ai luoghi di allenamento se privi di sintomi/segni di infezione e  $TC < 37.5^{\circ} C$ ;
- c) Abbiano il certificato Medico in regola secondo le disposizioni della FMSI;
- d) Presentino l'autodichiarazione;
- e) Siano muniti di tutto il necessario per lo svolgimento della seduta;
- f) Disinfettino le attrezzature in comune prima dell'utilizzo di altre persone;

**E' assolutamente vietato lo scambio e l'utilizzo di attrezzature personali.**

#### **i Tecnici:**

- a) Devono essere in possesso del **Green Pass** (esenti i minori fino ad anni 12 e coloro che presentano Certificato Medico di Esenzione valido in forma cartacea fino al 30 settembre p.v. obbligati comunque al Tampone antigenico rapido certificato valido 48 ore);
- b) Accedere ai luoghi di allenamento se privi di sintomi/segni di infezione e con il controllo della  $TC < 37.5^{\circ} C$  presentando l'autodichiarazione;
- c) Evitare assembramenti;

- d) Istituire piccoli gruppi di allenamento;
- e) Redigere il registro delle attività per la parte di propria competenza (suo Gruppo di atleti, suo intervento tecnico in sessioni di altri etc.);
- f) Predisporre aree dedicate per tipologia di allenamento;
- g) Pulire e disinfettare a fine allenamento tutti gli spazi utilizzati;
- h) Favorire al massimo la ventilazione dei locali dedicati agli allenamenti

## **Norme finali**

Come in premessa le ASD/SSD sono tenute ad osservare le “Linee-Guida per attività sportiva di base e l'attività motoria in genere” ai sensi del Decreto Legge del 22 aprile 2021 n. 52 e successive modifiche/integrazioni.

La FEDERKOMBAT non si assume alcuna responsabilità in caso di infezioni e diffusione del contagio da Covid-19 anche in osservanza del presente Protocollo.

**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE e SAMBO**

Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804

E.mail: [presidente@federkombat.it](mailto:presidente@federkombat.it) – [segretario@federkombat.it](mailto:segretario@federkombat.it) - [segreteria@federkombat.it](mailto:segreteria@federkombat.it)

Pec: [federazione@pec.federkombat.it](mailto:federazione@pec.federkombat.it) - Web: [www.federkombat.it](http://www.federkombat.it) – C.F. / P.IVA n. 07974780152



Riconoscimento sportivo del CONI ai sensi del D.Lgs. n. 242/1999 in qualità di DSA

Disciplina Sportiva Associata avvenuto il 23.03.2004 prot. 1258 – DSA Effettiva al CONI Prot. nr.1542/2015

Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. I del 12/02/2014

Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MB1394794 dal 11/06/1992