



## SOCIETÀ NUOTO CHIASSO

### Piano di protezione per le attività di allenamento dal 22 giugno

Versione: 4 settembre 2020

Produttore: Società Nuoto Chiasso

#### Nuove condizioni quadro

Dal 6 giugno 2020 sono consentite le attività di allenamento per tutte le discipline sportive, nel rispetto del piano di protezione specifico della nostra società. Il 22 giugno sono entrate in vigore nuove modifiche. Per le attività sportive in cui è richiesto un contatto fisico stretto prolungato, è consigliato organizzare l'allenamento in gruppi fissi. Si definisce «stretto» un contatto prolungato o ripetuto, a una distanza di 1,5 metri e senza misure di protezione.

Nelle attività di allenamento devono essere rispettati i seguenti cinque principi:

#### 1. Ci si allena solo senza sintomi

Chi presenta sintomi della malattia NON può partecipare alle attività di allenamento, ma rimane a casa o si mette in isolamento.

#### 2. Mantenere le distanze

Durante il viaggio di arrivo, all'entrata della piscina, nello spogliatoio, in doccia, dopo l'allenamento, al ritorno a casa: in tutte queste e altre situazioni simili, deve essere mantenuta la distanza di 1,5 metri e vanno ancora evitati saluti tradizionali come le strette di mano o darsi il cinque. Quando la distanza non può essere garantita, è necessario indossare una mascherina. Il contatto fisico è consentito esclusivamente durante l'allenamento vero e proprio.

#### 3. Lavarsi accuratamente le mani

Chi si lava accuratamente le mani con acqua e sapone prima e dopo gli allenamenti, protegge se stesso/a e l'ambiente circostante.

#### 4. Tenere elenchi delle presenze

I contatti stretti tra persone devono essere ricostruibili per 14 giorni su richiesta dell'autorità sanitaria. Per semplificare il contact tracing, la società compila elenchi delle presenze per tutte le sessioni di allenamento. L'allenatrice o allenatore è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco, nonché di trasmettere quest'ultimo alla persona responsabile del rispetto del piano coronavirus nella forma concordata.

## 5. Disposizioni particolari

L'uso della mascherina è obbligatorio per tutte le persone con più di 12 anni, dall'entrata principale della palestra agli spogliatoi compresi.

Chiediamo ai partecipanti di arrivare già preparati per l'attività (costume da bagno indossato) e di usare le ciabatte dallo spogliatoio alla vasca. Vi chiediamo gentilmente di lasciare la struttura nel più breve tempo possibile in osservanza delle norme igieniche. Le panchine degli spogliatoi verranno disinfettate fra un corso e l'altro, e lo spogliatoio verrà arieggiato.

I genitori non possono accedere all'interno degli spogliatoi per aiutare i ragazzi a cambiarsi. Saranno i monitori a provvedere in caso di bisogno.

Chiasso, 4 settembre 2020

Il presidente della SNC  
Walter Buoninsegni