



Appuntamenti on-line dedicati ad approfondimenti utili al mondo sportivo nel tempo dell'emergenza Covid-19.

- La ripresa dell'allenamento post covid-19 negli Sport Individuali
Dott. Nicola Silvaggi
- La ripresa dell'allenamento post covid-19 negli Sport di Squadra
Dott. Nazzareno Salvatori

Sabato 30 maggio 2020

Obiettivo di questo incontro è quello di fornire indicazioni utili ad operatori sportivi (atleti, allenatori, ufficiali di gara).

CRITERI DELLA VALUTAZIONE DEL RISCHIO

- Individuazione dei fattori di pericolo associati alla pericolosità del virus
- Individuazione dei meccanismi di trasmissione del virus tenendo a riferimento la letteratura scientifica. In tal senso si identifica, quale dato di input della valutazione, che la trasmissione avviene sia per via aerea che per contatto.
- Individuazione delle fonti di possibile contagio all'interno dei siti sportivi tenendo a riferimento l'organizzazione dei luoghi, delle attività lavorative, di pratica o di assistenza da parte di accompagnatori
- Individuazione qualitativa della probabilità di trasmissione a seguito dei contatti tra gli operatori sportivi.

Analisi dell'organizzazione delle attività sportive (attività in presenza, turnazione e modalità di svolgimento dell'attività, altri fattori)

Il datore di lavoro/gestore del sito sportivo/legale rappresentante dell'ente sportivo, in base alla propria organizzazione delle attività sportive, dovrà individuare in via prioritaria:

- Attività in presenza su unico turno di attività/espletamento
- Attività in presenza su più turni di attività/espletamento
- Attività in presenza con accesso vincolato di operatori sportivi e/o accompagnatori
- Attività in presenza con accesso libero
- Attività in presenza con modalità di svolgimento particolari

Per le attività che devono essere eseguite nel sito sportivo, suddivisione degli operatori sportivi (e/o accompagnatori) in gruppi che svolgono la medesima attività/mansione e nei medesimi luoghi

Occorre in quest'ambito:

- ✓ **valutare la possibilità di riorganizzare le medesime con l'obiettivo di ridurre il numero di operatori sportivi (e/o accompagnatori) contemporaneamente presenti: valutare se è possibile riorganizzare le mansioni / attività in modo da ridurre il numero nel rispetto dei vincoli richiesti dalla specifica disciplina sportiva ovvero della tecnologia, degli strumenti e dei limiti di operatività, considerata la necessità di fare formazione nel brevissimo periodo.**
- ✓ **suddividere gli operatori sportivi (e/o accompagnatori), necessari in presenza a valle della possibile riorganizzazione, in gruppi che svolgono la medesima attività/mansione e nei medesimi luoghi: valutare nell'ambito della propria organizzazione le attività che vengono eseguite dallo stesso gruppo di operatori sportivi (e/o accompagnatori) negli stessi spazi al fine di determinare più dettagliatamente il rischio per area**

MISURE DI PREVENZIONE E PROTEZIONE

Le misure di prevenzione e protezione sono finalizzate alla gestione del rischio di contagio

all'interno del sito sportivo.

Allo stato odierno, le principali misure di prevenzione del contagio consigliate dalle autorità sanitarie sono il distanziamento, l'igiene delle mani e delle superfici e la prevenzione della dispersione di droplets tramite l'utilizzo di mascherine e visiere.

Tali misure di mitigazione del rischio sono però di difficile attuazione in molti momenti della pratica sportiva, sia in fase di allenamento che di gara, per tutti i livelli di pratica, da quella amatoriale a quella professionistica.

Di conseguenza, devono essere prese in considerazione anche altre misure di mitigazione, meno utilizzate in altri ambiti lavorativi e sociali, che agiscano in modo coordinato per consentire una ripresa il più possibile sicura come ad esempio: la formazione di gruppi sociali ristretti, per limitare la possibilità di diffusione del contagio, con accesso scaglionato agli impianti

Per ciascuna categoria di sport, devono essere individuati i corretti distanziamenti in base alla possibile emissione di droplet. Un recente lavoro svolto dalle Università di Eindhoven e Leuven¹¹, basato su simulazioni fluidodinamiche, suggerisce che in caso di camminata a 4 km/h, un soggetto in scia dovrebbe mantenere la distanza di sicurezza di 5 metri per avere un'esposizione equivalente a quella di due soggetti fermi a 1.5 m di distanza; in caso di corsa a 14.4 km/h la distanza equivalente per due soggetti in scia è di circa 10 metri.

Qualora si rendessero strettamente necessarie attività sportive di gruppo, esse dovranno

svolgersi secondo i seguenti criteri:

- ✓ ridurre al minimo il numero di partecipanti
- ✓ rendere disponibili appositi dispositivi per tutti i partecipanti, in particolar modo mascherine da indossare nel rispetto della necessità dell'atleta, in base al carico metabolico caratteristico di ciascuno sport e di ciascuna fase di questo sport (allenamento, gara, recupero); tali dispositivi dovrebbero essere indossati in tutti quei momenti in cui la respirabilità della mascherina è compatibile con il carico metabolico richiesto

ANALISI FATTORI DI RISCHIO PER DISCIPLINE SPORTIVE

MODELLO 3D: D1 = DISTANZA D2 = DISPOSITIVI D3 = DIGITALIZZAZIONE

Indicare per ogni singola voce il fattore di rischio dove: 0=inesistente, 1=scarso, 2=Medio, 3=Alto, 4=elevato

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO									SITO DI GARA/EVENTO									EVENTO/PUBBLICO												
	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3															
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori
Calcio (a 11)	3	1	0	3	0	3	1	0	2	3	3	1	0	3	0	3	0	0	2	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3
Futsal (calcio da sala - calcio a 5)	3	1	0	3	0	3	3	0	2	3	3	1	0	3	0	3	3	0	2	3	3	0	0	3	1	3	3	0	1	3	3	0	0	3	1	3	3	0	1	3
Calcio (a 7)	3	1	0	3	0	3	1	0	2	3	3	1	0	3	0	3	0	0	2	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3
Calcio (a 8)	3	1	0	3	0	3	1	0	2	3	3	1	0	3	0	3	0	0	2	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3	3	0	0	3	1	3	0	0	1	3
Beach Soccer	4	1	0	3	0	3	1	0	2	3	4	1	0	3	0	3	0	0	2	3	4	0	0	3	1	3	0	0	1	3	4	0	0	3	1	3	0	0	1	3

ANALISI FATTORI DI RISCHIO PER DISCIPLINE SPORTIVE

MODELLO 3D: D1 = DISTANZA D2 = DISPOSITIVI D3 = DIGITALIZZAZIONE

Indicare per ogni singola voce il fattore di rischio dove: 0=inesistente, 1=scarso, 2=Medio, 3=Alto, 4=elevato

PALLAVOLO

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO									SITO DI GARA/EVENTO									EVENTO/PUBBLICO													
	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3																					
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori											
Beach volley	2	1	1	2	1	2	4	0	4	4	2	1	1	2	1	2	4	0	4	4	2	1	3	2	3	3	4	0	4	4	2	1	3	2	3	3	4	0	4	4	
Pallavolo	4	2	3	3	3	4	4	0	4	4	4	3	3	3	3	4	4	0	4	4	4	3	4	4	3	4	4	0	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	0	4	4
Sitting volley	4	2	3	3	3	4	4	0	4	4	4	3	3	3	3	4	4	0	4	4	4	3	4	4	3	4	4	0	4	4	4	3	4	4	3	4	4	0	4	4	

ANALISI FATTORI DI RISCHIO PER DISCIPLINE SPORTIVE

MODELLO 3D: D1 = DISTANZA D2 = DISPOSITIVI D3 = DIGITALIZZAZIONE

Indicare per ogni singola voce il fattore di rischio dove: 0=inesistente, 1=scarso, 2=Medio, 3=Alto, 4=elevato

SCHERMA

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																			
	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3																					
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori											
Scherma	3	2	1	1	0	1	2	0	2	4	3	2	0	1	0	1	2	0	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	0	1	4	1	1	1	0	1	2	2	0	4	4
Scherma paralimpica	2	2	1	1	2	1	2	0	2	4	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	2	2	2	1	2	2	2	0	1	4	1	0	1	0	2	2	2	0	4	4	
241 Scherma storica	3	2	1	1	0	1	2	0	2	4	3	2	0	1	0	1	2	0	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	0	1	4	1	1	1	0	1	2	2	0	4	4

ANALISI FATTORI DI RISCHIO PER DISCIPLINE SPORTIVE

MODELLO 3D: D1 = DISTANZA D2 = DISPOSITIVI D3 = DIGITALIZZAZIONE

Indicare per ogni singola voce il fattore di rischio dove: 0=inesistente, 1=scarso, 2=Medio, 3=Alto, 4=elevato

BASKET

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																				
	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3	D1			D2	D3																						
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Compagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori												
Beach Basket	4	2	0	2	0	3	4	0	0	0	4	2	0	2	0	3	4	0	0	0	0	4	0	0	2	1	1	0	0	0	0	0	4	0	0	2	1	1	0	0	0	0
Pallacanestro	4	2	0	4	0	3	4	0	0	0	4	2	0	4	0	3	4	0	0	0	0	4	2	0	4	2	2	4	0	0	0	0	4	2	0	4	2	2	4	0	0	0
Pallacanestro 3 contro 3	4	2	0	2	0	3	4	0	0	0	4	2	0	2	0	3	4	0	0	0	4	0	0	2	1	1	0	0	0	0	0	4	0	0	2	1	1	0	0	0	0	

SPORT ACQUATICI

	SITO SPORTIVO										SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																		
	D1					D2	D3	D1					D2	D3	D1					D2	D3	D1					D2	D3													
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapal	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapal	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapal	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapal	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	
Attività ginnico-motorie acquatiche	1	0	1	1	0	2	1	si	*	@	1	0	0	2	0	2	1	si	*	@	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Nuoto in acque libere (Fondo)	1	0	1	1	0	2	1	si	*	@	0	0	0	1	0	1	1	si	*	@	2	0	1	2	2	1	1	0	si	*	0	0	0	0	1	1	0	si	*	0	
Nuoto	2	0	2	2	0	2	1	si	*	@	1	0	0	2	0	2	1	si	*	@	1	0	2	3	1	1	3	1	si	*	0	1	1	2	1	3	2	si	*	0	
Nuoto per salvamento	1	0	1	1	0	2	1	si	*	@	1	0	0	1	0	1	1	si	*	@	1	0	1	1	1	1	1	1	si	*	0	0	0	1	1	1	1	1	si	*	0
Pallanuoto	2	0	2	2	0	2	1	si	*	@	2	0	0	2	0	1	1	si	*	@	3	1	2	2	2	1	2	1	si	*	0	0	1	2	2	2	2	si	*	0	
Nuoto Sincronizzato	1	0	1	1	0	2	1	si	*	@	2	0	0	1	0	1	1	si	*	@	1	0	1	2	2	1	2	1	si	*	0	0	0	1	1	2	2	si	*	0	
Tuffi	1	0	1	0	0	2	1	si	*	@	1	0	0	1	0	1	1	si	*	@	0	0	1	1	1	1	1	1	si	*	0	0	0	1	0	1	1	si	*	0	

'@) Nelle attività acquatiche non si effettuano attività di digitalizzazione, pertanto il rischio è inesistente. Possibile lo streaming durante la gara senza rischio.

si) Per quanto riguarda la colonna "attività in piscina" non è stata valutata in quanto negli sport acquatici tutte le attività si svolgono in piscina

*) I dispositivi di protezione possono essere utilizzati sempre eccetto ovviamente che, da parte degli atleti, durante l'attività in acqua

ATLETICA LEGGERA

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO									SITO DI GARA/EVENTO									EVENTO/PUBBLICO														
	D1						D2	D3	D1						D2	D3	D1						D2	D3																		
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori		
Atletica Leggera	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	1	0	0	1	?	3	2	2	3	2	3	3	0	1	?	2	0	2	3	1	0	0	0	1	?		
Corsa campestre	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	0	0	0	1	?	3	2	2	3	2	3	3	0	1	?	2	0	2	3	1	0	0	0	1	?		
Corsa in montagna	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	0	0	0	1	?	3	2	2	3	2	3	3	0	1	?	2	0	2	3	1	0	0	0	1	?		
Corsa su strada	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1	0	0	0	0	1	?	3	2	2	3	2	3	3	0	1	?	2	0	2	3	1	0	0	0	1	?		
Indoor																																										
Nordic e Fitwalking	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1	0	0	0	0	1	?	3	2	1	2	2	3	3	0	1	?	2	0	1	3	1	0	0	0	1	?		
Trail	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	0	0	0	1	?	3	2	1	2	2	3	3	0	1	?	2	0	1	3	1	0	0	0	1	?		
Ultramaratona	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	1	0	0	1	?	3	2	1	2	1	3	3	0	1	?	2	0	1	2	1	0	0	0	1	?		

Triathlon

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																				
	D1						D2	D3	D1						D2	D3	D1						D2	D3																		
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccappapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccappapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccappapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori												
Aquathlon (corsa, nuoto corsa)	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	0	0	0	0	0	1	0	1	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì
Cross triathlon	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	0	0	0	0	0	1	0	1	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì
Duathlon (corsa, ciclismo, corsa)	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	0	0	0	0	0	1	0	1	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì	
Paratriathlon	4	3	1	2	3	1	0	4	sì	sì	0	3	3	1	0	1	0	4	sì	sì	4	3	1	2	3	1	0	4	sì	sì	4	3	1	2	3	1	0	4	sì	sì		
Triathlon	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	0	0	0	0	0	1	0	1	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì	
Triathlon invernale (corsa, ciclismo, sci di fondo) 2	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	0	0	0	0	0	1	0	1	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	sì	sì	2	0	0	2	1	0	0	0	0	sì	sì	

Tennis

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																		
	D1				D2	D3	D1				D2	D3	D1				D2	D3	D1				D2	D3																
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori										
Beach tennis	1	0	0	0	0	0	0	0	4	4	1	0	0	0	0	0	0	4	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	4	1	0	0	0	0	0	0	4	4	
Paddle	1	0	0	0	0	1	1	0	4	4	1	0	0	0	0	1	1	0	4	4	1	0	0	0	0	1	1	0	4	4	1	0	0	0	0	1	1	0	4	4
Tennis	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4
Wheelchair tennis	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	1	0	0	4	4

Rugby

	SITO SPORTIVO									SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA/EVENTO						EVENTO/PUBBLICO																			
	D1						D2	D3	D1						D2	D3	D1						D2	D3																	
	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numerosità atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, raccattapalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Attività in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemedicina, telecoaching, spettatori	
Rugby a 15	3	2	3	3	1	3	3	4	2	4	3	2	4	0	4	3	3	2	4	2	1	4	3	4	0	1	1	2	1	4	4	4	1	3	4	4	1	3	4	4	1
Rugby a 7	3	2	3	3	1	3	3	4	2	3	2	1	3	0	3	2	3	2	4	1	1	3	2	4	0	1	1	2	1	4	3	1	3	4	4	1	3	4	4	1	
Touch Rugby	3	2	3	3	1	3	3	4	2	2	0	0	2	0	2	0	3	0	2	0	0	2	0	4	0	3	0	1	0	3	2	0	3	4	4	0	3	4	4	0	
Tag Rugby	3	2	3	3	1	3	3	4	2	2	0	0	2	0	2	0	3	0	2	0	0	2	0	4	0	3	0	1	0	3	2	0	3	4	4	0	3	4	4	0	
Beach Rugby											4	1	0	2	0	2	0	0	0	0	4	1	2	2	2	4	0	0	0	0	1	1	4	2	1	3	4	0	4	0	
Snow rugby											4	0	0	2	0	2	0	0	0	0	4	1	1	2	2	4	0	0	1	0	1	0	3	2	0	2	4	0	4	0	

	Scherma	Nuoto	Atletica Leggera	Pugilato	Triathlon	Tennis
Scherma	60					
Scherma paralimpica	67					
241 Scherma storica	60					
Attività ginnico-motorie acquatiche		12				
Nuoto in acque libere (Fondo)		20				
Nuoto		37				
Nuoto per salvamento		21				
Pallanuoto		38				
Nuoto Sincronizzato		27				
Tuffi		18				
Atletica Leggera						
Corsa campestre			32			
Corsa in montagna			31			
Corsa su strada			33			
Indoor			0			
Nordic e Fitwalking			30			
Trail			28			
Ultramaratona			27			
Pugilato AOB/APB				39		
Pugilato PRO				35		
Pugilato Amatoriale-Gym Boxe				26		
Pugilato Amatoriale-Prepugilistica*				4		
Pugilato Giovanile				14		
Aquathlon (corsa, nuoto corsa)					17	
Cross triathlon					17	
Duathlon (corsa, ciclismo, corsa)					17	
Paratriathlon					66	
Triathlon					17	
Triathlon invernale (corsa, ciclismo, sci di fondo) 2					17	
Beach tennis						36
Paddle						44
Tennis						36
Wheelchair tennis						36

	Calcio	Pallavolo	Basket	Rugby
Calcio (a 11)	59			
Futsal (calcio da sala - calcio a 5)	70			
Calcio (a 7)	59			
Calcio (a 8)	59			
Beach Soccer		63		
Beach volley		94		
Pallavolo		131		
Sitting volley		131		
Beach Basket			46	
Pallacanestro			70	
Pallacanestro 3 contro 3			46	
Rugby a 15				105
Rugby a 7				95
Touch Rugby				72
Tag Rugby				72
Beach Rugby				44
Snow rugby				39

PROPOSTA DI LINEE GUIDA PER LA REALIZZAZIONE DI UN DISCIPLINARE DI ACCESSO E MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITA' DI ALLENAMENTO NEGLI IMPIANTI DI ALTETICA LEGGERA IN PREVISIONE DELLA LORO RIAPERTURA DURANTE IL PERIODO DELL'EMERGENZA DA COVID-19

Aventi diritto di accesso agli impianti di a.l. per gli allenamenti

Fatte salve le superiori restrizioni che potranno essere imposte dal Governo e sempre in relazione agli spazi destinati all'attività sportiva di ogni singolo impianto di a.l., avranno diritto di accesso agli impianti tutte le Categorie Agonistiche della FIDAL, da Ragazzi a Seniores, Uomini e Donne, Master compresi, oltre a quanti eventualmente iscritti alle Scuole di Atletica e ai Centri Estivi, che dovranno in ogni caso accedere con le stesse modalità e tempistiche delle Categorie Agonistiche, in quei campi in cui la gestione diretta di FIDAL e/o delle Società affiliate potrà garantire il totale rispetto delle norme. Potranno inoltre ovviamente accedere i Tecnici Tesserati FIDAL degli Atleti in allenamento e il Personale Sanitario Federale. L'accesso agli impianti di a.l. di Tesserati di altre FSN potrà essere richiesto ai Comitati Regionali FIDAL e dagli stessi autorizzato, comunque sempre nel rispetto del numero massimo di Atleti/Tecnici ammessi per ogni sessione di allenamento. **Per le Categorie di Master in fasce di età superiore ai 60 anni si ritiene opportuno fare valutazioni ulteriori**

Modalità di svolgimento degli allenamenti su anello e pedane

Lanci: Dovranno essere previste Fasce Orarie destinate all'attività dei lanci per i soli Atleti in possesso di attrezzi personali; *diversamente, causa la presunta impossibilità di garantire nel passaggio dell'attrezzo (di metallo) da atleta ad atleta la sanificazione degli attrezzi di dotazione dei singoli impianti, le attività dei lanci dovranno essere vietate. Ove la pratica della sanificazione fosse garantita, si potranno usare, sempre con il principio "dell'attrezzo personale" gli attrezzi in dotazione all'impianto; in questo caso ogni atleta alla fine dell'allenamento dovrà personalmente garantire la sanificazione dell'attrezzo che a*

Distanziamento 1: le ripetute potranno anche essere effettuate da più atleti nella stessa corsia purché con partenze distanziate, da mantenere durante la prova, di non meno di tre metri l'uno dall'altro, oppure potranno essere effettuate disponendo gli atleti su corsie diverse e alternate (1[^] e 3[^]; 2[^] e 4[^] ecc.).

Distanziamento 2: gli esercizi di gruppo a terra dovranno essere effettuati mantenendo una distanza tra i singoli atleti di non meno di tre metri in relazione alla tipologia di esercizio da eseguire.

Distanziamento 3: le staffette, come pure gli esercizi dei cambi fatti in sequenza tra più atleti e ad andatura molto ridotta, potranno essere effettuati perché gli atleti siano provvisti di un guanto in lattice (poi da gettare) per la mano che prenderà/cederà il testimone, oppure a mani libere se dotati di prodotti di igienizzazione da usare (su mani e testimone) immediatamente dopo la conclusione dell'esercizio (non dell'allenamento), in questo caso evitando di portare la mani al volto durante lo svolgimento dell'esercizio.

Distanziamento 4: stesso criterio dovrà essere adottato per le attività sulle pedane per i salti in estensione, con l'ulteriore considerazione che nei casi in cui l'esercizio e ovviamente il salto dovessero concludersi all'interno della fossa, prima di ogni successivo singolo esercizio/balzo/salto, la sabbia dovrà essere rivoltata (*questo aspetto merita però un approfondimento*) con rastrello e/o pala, possibilmente dal Tecnico dotato di guanti in lattice poi da gettare.

Distanziamento 5: più in generale ogni singola attrezzatura utilizzata per gli allenamenti (attrezzi da lancio personali ovviamente esclusi) per praticità si suggerisce di farla movimentare dai Tecnici che per lo scopo dovranno essere sempre dotati di guanti in lattice e prodotto igienizzante da utilizzare quando necessario.

Zone di caduta salto in alto e salto con l'asta: salvo avere la capacità/possibilità di riservare tali attrezzature all'utilizzazione di un singolo atleta per tutto il periodo di "apertura regimentata", causa le caratteristiche dei tessuti che rivestono le zone di caduta e la loro impossibilità ad essere sanificati, l'utilizzazione in sicurezza di tali attrezzature appare di difficile attuazione. La proposta è quella di far dotare ogni singolo atleta di un personale foglio di cellophane di sufficiente resistenza (piegato non sarà né pesante né ingombrante) e delle dimensioni approssimative di m 3.00 x 4.00 (alto) e m 4.00 x 5.00 (asta) da stendere e rimuovere dalla zona di caduta a conclusione di ogni singola prova o dell'allenamento se riferito ad un solo atleta in pedana.

Allenamenti Lunghi: per i mezzofondisti, causa la specificità delle loro specialità in relazione alle necessità di distanziamento e di svolgimento di tutte le altre specialità, non dovrebbe essere consentito svolgere i “lunghi” sull’anello. Potranno evidentemente svolgere test e ripetute (max m 800/1000?) sull’anello, nelle modalità precedentemente descritte. Si dovrà in ogni caso raccomandare il rispetto del distanziamento maggiorato anche durante i loro allenamenti svolti esternamente all’impianto laddove l’allenamento fosse svolto assieme ad altro/altri atleti.