

**Quadrifoglio**

Società Sportiva Dilettantistica  
a Responsabilità Limitata

Sede legale  
16147 Genova  
Via Brigata Salerno, 6  
Codice fiscale 95153090105  
Partita Iva 02124590999  
Reg. Imprese di Genova 461541  
CCIAA Genova  
Capitale sociale Euro 10.000,00 i.v.

Spett.Le  
FIDAL – Comitato Regionale Ligure

Alla c.a. Riccardo Artesi  
Presidente

Spett.Le  
Comune di Genova

Alla c.a. ing. Roberto Innocentini  
Direzione Politiche dello Sport

Prot. VG-2020/33/LM/Im  
Genova, 13 maggio 2020

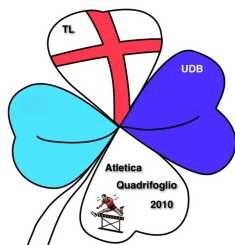
**Oggetto: Villa Gentile – accesso atleti agonisti FIDAL di interesse nazionale in periodo di emergenza COVID-19 - INTEGRAZIONE**

Egregio Presidente Artesi,  
Egregio ing. Innocentini,

in riferimento al

- DPCM 26 aprile 2020 art.1 lettera g a firma del Presidente del Consiglio dei Ministri (ripresa attività per atleti di interesse nazionale)
- Ordinanza 25/2020 punto 8 del 3 maggio 2020 a firma del governatore TOTI (chiusura spogliatoi e servizi igienici)
- Circolare prot. 1907/20 allegati 1 e 2 della Fidal a firma del Segretario Fabio Pagliara (elenco atleti)

Ed in riferimento alle ultime comunicazioni intercorse, si rinvia la presente con la lista definitiva delle sole persone (atleti nazionali e loro allenatori) autorizzate all'accesso a porte chiuse all'impianto sportivo Villa Gentile.



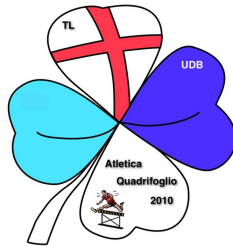
Il Presidente del Comitato regionale Ligure della FIDAL con email del 6 maggio 2020 e successive integrazioni ha comunicato alla scrivente Quadrifoglio il seguente elenco di nominativi che possiedono i requisiti richiesti per il riconoscimento di atleta di interesse nazionale:

1. AIRENTI Giulia 23-03-2002 Genova
2. COSTA Davide 15-09-2002 Genova
3. MARASSO Ilaria 04-10-2002 Genova
4. PONSICCHI Giuditta 09-12-2002 Genova
5. MUSSO Giordano 07-01-1998 Genova
6. GHIO Francesco 12-03-2000 Lavagna
7. BARETTO Iris 11-03-1998 Genova
8. BURLANDO Giacomo 18-12-2002 Genova
9. CARISSIMO Sophie Addison 24-05-2002 Genova
10. COSTADURA Clara 25-07-1996 Genova
11. CHIARATTI Sara 15-04-2001 Genova
12. GALLO Francesco Maria 02-06-2000 Genova
13. GUELFO Matteo 09-01-2001 Genova
14. LUMINOSO Simone 01-03-1996 Genova
15. BRAGGIO MATTIA 13-02-2000 Pietra Ligure
16. GIUSSANI VALENTINA 23-06-2001 Genova
17. CASSINELLI Irene 25-12-2002 Genova
18. Intili Sofia 03-07-2000 Genova.

Inoltre, come da comunicazione FISPEP allegata, è autorizzato all'accesso all'impianto Lorenzo Tonetto.

La FIDAL, a seguito di richiesta alle Società Sportive del nominativo degli allenatori dei suddetti atleti, in conformità alle norme richiamate, ha fornito il seguente elenco di allenatori autorizzati all'ingresso:

1. Valter Superina
2. Andrea Simonazzi
3. Caciuttolo Francesco
4. Roberto Riccardi
5. Emidio Orfanelli
6. Gianni Mazza
7. Sergio Lo Presti
8. Massi Fabrizio
9. Angelo Gazzo
10. Daniele Casula.



Personale autorizzato di Quadrifoglio aprirà il cancello pedonale e farà entrare SOLO le persone summenzionate che saranno ammesse alle attrezzature sportive se e solo se:

- Avranno la documentazione richiesta per legge adeguatamente compilata
- Avranno la dotazione di protezione individuale richiesta (guanti, maschere), oltrechè la dotazione richiesta dalla Circolare prot. 1907/20 della FIDAL.

Ciò premesso, lo scrivente gestore richiama tutti i frequentatori ad una grande responsabilità data la situazione critica COVID-19, e determina le seguenti condizioni affinché possa essere garantito l'utilizzo dell'impianto:

- pieno rispetto da parte di tutti della normativa vigente alla data di ingresso all'impianto
- sarà consentito l'accesso dal cancello pedonale di Via Brigata Salerno 6
- spogliatoi e servizi saranno chiusi
- gli allenamenti saranno possibili dal lunedì al venerdì dalle 15.00 alle 17.00
- il cancello per l'ingresso sarà aperto alle 14.45 e chiuso alle 15.00 per consentire un ingresso scaglionato delle persone autorizzate
- saranno ammesse al campo solo gli atleti elencati nel presente documento (atleti e allenatori individuati da FIDAL Liguria)
- ogni persona dovrà portare:
  - una penna nera o blu per uso personale
  - documento di identità valido
  - documentazione di cui al DPCM 26 aprile 2020 in regola
  - nel caso atleti minorenni
    - la dichiarazione dovrà essere rilasciata dal genitore.

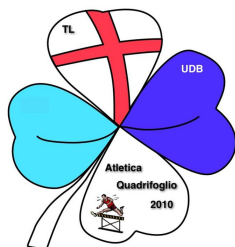
**NON È AMMESSO L'INGRESSO A NESSUNA PERSONA AL DI FUORI DI QUELLE SOPRA INDICATE.**

**Nel rispetto del DPCM del 26 aprile 2020 non è consentito scambiarsi oggetti di qualsiasi tipo.**

**In mancanza di questi oggetti e dei documenti necessari le persone autorizzate NON saranno ammesse all'impianto sportivo.**

I tecnici delle società identificati e presenti si assumono la piena responsabilità delle azioni durante lo svolgimento degli allenamenti, nel rispetto di quanto definito dalle normative nazionali e dalla circolare FIDAL, nel rispetto di quanto emanato dalla FIDAL e riportato in estratto in allegato E) e F).

Con la presente si chiede al Comitato Regionale della FIDAL di portare all'attenzione delle società che hanno atleti e tecnici autorizzati sopra identificati, di dare ogni possibile spiegazione in merito ai comportamenti e di fornire le persone di tutti gli apprestamenti personali e sportivi obbligatori per lo svolgimento degli allenamenti.



Sono come sempre a Vostra disposizione.

Cordiali saluti.

**Quadrifoglio**

**Società**

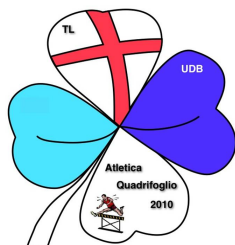
**Sportiva**

**Dilettantistica a**

**Responsabilità Limitata**

Allegati alla presente comunicazione:

- Allegato A: elenco atleti identificati in base a criteri FIDAL per Atleti Nazionali
- Allegato B: elenco atleti autorizzati in base ai criteri FISPEs per Atleti Nazionali
- Allegato C: Autodichiarazione per atleti e tecnici autorizzati
- Allegato D: Autodichiarazione per atleti minorenni
- Allegato E: Circolare prot. 1907/20 Linee guida FIDAL (estratto )
- Allegato F: Disposizioni comportamentali per disciplina – note per allenamenti in riferimento alla Circolare prot. 1907/20 FIDAL



## **Allegato A – elenco atleti identificati in base ai criteri FIDAL per atleti Nazionali**



### **Oggetto: Atleti di interesse nazionale tesserati – provincia di Genova**

Con la presente il Comitato regionale Fidal Liguria attesta che gli atleti riportati nell'elenco a seguire sono regolarmente tesserati per l'anno in corso con Società affiliate con FIDAL e sono in possesso dei requisiti di cui al DPCM del 26 aprile 2020 art. 1 lettera G) ovvero sono atleti di interesse nazionale individuabili negli allegati nn.rr.1 e 2 di cui alla comunicazione nr. 1907 del 3 maggio 2020, della Federazione Italiana di Atletica Leggera, a firma del Segretario Generale. Le Società ci hanno comunicato che gli atleti sotto riportati usufruiranno, per lo svolgimento dei propri allenamenti individuali, degli impianti sportivi di atletica leggera della provincia di Genova.

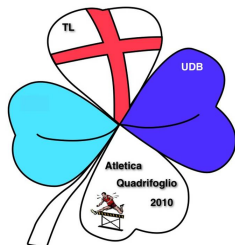
|    | <b>Cognome e Nome</b>    | <b>Data d Nascita</b> | <b>Luogo di Nascita</b> |
|----|--------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 1  | AIRENTI Giulia           | 23-03-2002            | Genova                  |
| 3  | COSTA Davide             | 15-09-2002            | Genova                  |
| 5  | MARASSO Ilaria           | 04-10-2002            | Genova                  |
| 6  | PONSICCHI Giuditta       | 09-12-2002            | Genova                  |
| 8  | MUSSO Giordano           | 07-01-1998            | Genova                  |
| 10 | GHIO Francesco           | 12-03-2000            | Lavagna                 |
| 11 | BARETTO Iris             | 11-03-1998            | Genova                  |
| 12 | BURLANDO Giacomo         | 18-12-2002            | Genova                  |
| 13 | CARISSIMO Sophie Addison | 24-05-2002            | Genova                  |
| 14 | COSTADURA Clara          | 25-07-1996            | Genova                  |
| 15 | CHIARATTI Sara           | 15-04-2001            | Genova                  |
| 16 | GALLO Francesco Maria    | 02-06-2000            | Genova                  |
| 17 | GUELFO Matteo            | 09-01-2001            | Genova                  |
| 18 | LUMINOSO Simone          | 01-03-1996            | Genova                  |
| 19 | BRAGGIO MATTIA           | 13-02-2000            | Pietra Ligure           |
| 20 | GIUSSANI VALENTINA       | 23-06-2001            | Genova                  |
| 21 | CASSINELLI Irene         | 25-12-2002            | Genova                  |
| 22 | INTILI Sofia             | 03-07-2000            | Genova                  |

Il Presidente del CR della Fidal - Liguria

  
Riccardo Artesi

Genova, 5 maggio 2020

Viale Padre Santo, 1 - 16122 Genova – Tel 010/511974 – Fax 010/3513993 – cr.liguria@fidal.it



## **Allegato B – elenco atleti identificati in base ai criteri FISPES per atleti Nazionali**

Roma Lì, 03/05/2020  
Prot. n. 225



A tutti gli Affiliati FISPES  
A tutti i tecnici nazionali FISPES  
Ai Consiglieri Federali FISPES  
Ai Delegati Regionali FISPES

**Oggetto: Emergenza COVID-19 – DPCM 26 aprile 2020**

*Carissimi tutti,*

Come è noto, in virtù del DPCM del 26 aprile 2020, è consentita una graduale ripresa delle attività sportive a partire dal 4 maggio p.v.

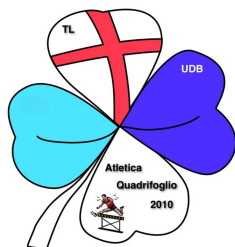
Nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse, è infatti concessa l'opportunità agli atleti praticanti discipline individuali - inclusa l'atletica paralimpica - la ripresa delle sessioni di allenamento per gli atleti di interesse nazionale. L'elenco degli atleti Fispes riconosciuti di interesse nazionale, attraverso specifica delibera del Consiglio Federale, è consultabile sul sito ufficiale [www.fispes.it](http://www.fispes.it)

Per quanto concerne, invece gli sport di squadra, - in ambito Fispes: rugby in carrozzina e settore calcio - si comunica che alcune Regioni, attraverso specifiche ordinanze, analogamente a quanto disposto in termini di sicurezza per la salute relativamente alle discipline individuali, hanno anticipato la possibilità di riprendere gli allenamenti alla data del 4 maggio.

Si precisa ,tuttavia, che per quanto concerne lo sport paralimpico, rimaniamo in attesa delle apposite linee Guida, validate dal Comitato Scientifico, istituito presso il Dipartimento della Protezione Civile, attualmente in fase di elaborazione da parte dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri su proposta , tra gli altri del Cip, sentita la Federazione Medici Sportivo Italiana e le FSP, al fine di tutelare adeguatamente la salute degli atleti, tenendo in debito conto le peculiarità dello sport praticato da persone con disabilità, le quali, in molti casi, necessitano di assistenza da parte di una guida sportiva o di accompagnatore.

Nell'esortare tutti voi ad attenervi strettamente ai dettami del succitato DPCM e delle Ordinanze regionali afferenti ai vostri specifici territori, prendendone debita e scrupolosa visione, si comunica che,

FISPES  
Federazione Italiana Sport Paralimpici e Sperimentali



a parte l'avvio delle predette attività, tutte le restanti attività sportive federali sono sospese sino al 17 maggio 2020.

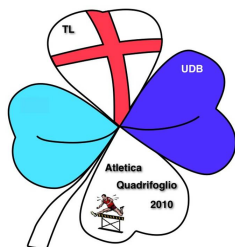
Le succitate Linee Guida, non appena pubblicate, e ulteriori aggiornamenti saranno tempestivamente comunicati e divulgati attraverso il sito federale.

Cordiali saluti

**Sandrino Porru**

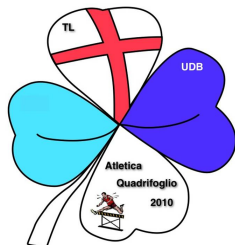
**FISPES**  
*Federazione Italiana Sport Paralimpici e Sperimentali*

Via delle Tre Fontane, 27 – 00144 Roma  
Tel. +39 068353.1226 – [segreteria@fispes.it](mailto:segreteria@fispes.it)



|  |                    |      |       |                     |
|--|--------------------|------|-------|---------------------|
|  | Raffaele Di Maggio | 2001 | ELITE | ASD Anthropos MC    |
|  | Diego Gastaldi     | 1984 | ELITE | Sport No Limits FI  |
|  | Emanuele Di Marino | 1989 | ELITE | G.S. Fiamme Azzurre |
|  | Roberto La Barbera | 1967 | ELITE | ASD Pegaso Asti     |
|  | Simone Manigrasso  | 1990 | ELITE | G.S. Fiamme Gialle  |
|  | Marco Pentagoni    | 1999 | ELITE | ASHD Novara         |
|  | Oney Tapia         | 1976 | ELITE | G.S. Fiamme Azzurre |
|  | Lorenzo Tonetto    | 1974 | ELITE | SS Trionfo Ligure   |
|  | Dieng Ndiaga       | 1999 | TOP   | ASD Anthropos MC    |





## **Allegato C: autodichiarazione per atleti e tecnici autorizzati**

**AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DEGLI ARTT. 46 E 47 D.P.R. N. 445/2000**

Il sottoscritto \_\_\_\_\_, nato il \_\_\_\_ . \_\_\_\_ .

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), residente in

\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), via

\_\_\_\_\_ e domiciliato in

\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), via \_\_\_\_\_,

identificato a mezzo \_\_\_\_\_ nr. \_\_\_\_\_,

rilasciato da \_\_\_\_\_ in data \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ , utenza

telefonica \_\_\_\_\_, consapevole delle conseguenze penali previste in caso di

dichiarazioni mendaci a pubblico ufficiale (**art. 495 c.p.**)

### **DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ**

➤ **di non essere sottoposto alla misura della quarantena ovvero di non essere risultato positivo al COVID-19** (*f a t t i s a l v i g l i s p o s t a m e n t i d i s p o s t i d a l l e A u t o r i t à s a n i t a r i e*);

➤ **che lo spostamento è iniziato da** (*i n d i c a r e l ' i n d i r i z z o d a c u i è i n i z i a t o*) **con destinazione** \_\_\_\_\_

➤ **di essere a conoscenza delle misure di contenimento del contagio vigenti alla data odierna ed adottate ai sensi degli artt. 1 e 2 del decreto legge 25 marzo 2020, n.19, concernenti le limitazioni alle possibilità di spostamento delle persone fisiche all'interno di tutto il territorio nazionale;**

➤ **di essere a conoscenza delle ulteriori limitazioni disposte con provvedimenti del Presidente delle Regione** \_\_\_\_\_ (*indicare la Regione di partenza*) **e del Presidente della Regione** \_\_\_\_\_ (*indicare la Regione di arrivo*) **e che lo spostamento rientra in uno dei casi consentiti dai medesimi provvedimenti**

\_\_\_\_\_ (*indicare quale*);

➤ **di essere a conoscenza delle sanzioni previste dall'art. 4 del decreto legge 25 marzo 2020, n. 19;**

➤ **che lo spostamento è determinato da:**

- **comprovate esigenze lavorative;**

- **assoluta urgenza;**

- **situazione di necessità;**

- **motivi di salute.**

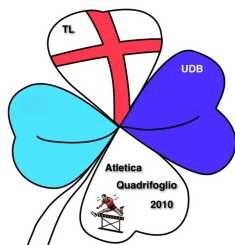
**A questo riguardo, dichiara che**

\_\_\_\_\_

**Data, ora e luogo del controllo**

Firma del dichiarante

L'Operatore di Polizia



## **Allegato D Autodichiarazione per atleti minorenni**

AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DEGLI ARTT. 46 e 47 D.P.R. 445/2000

Il/La sottoscritto/a

nato/a il a ( )

residente in ( ) in via/piazza e domiciliato in

( ) in via/piazza tel./cell. , consapevole delle

conseguenze penali previste in caso di dichiarazioni mendaci a pubblico ufficiale (art. 495 c.p.)

CHIEDE

L'autorizzazione per il proprio figlio/a

nato/a il a ( )

residente in ( ) in via/piazza e domiciliato in ( \_\_\_\_\_ ) in via/piazza

Ad essere inserito nell'elenco "Atleti di Interesse Nazionale" redatto dal Comitato FIDAL Liguria secondo i criteri relativi alle possibilità concesse dal DPCM del 26 aprile 2020 per la pratica dell'allenamento in impianti all'aperto sul territorio della Regione Liguria.

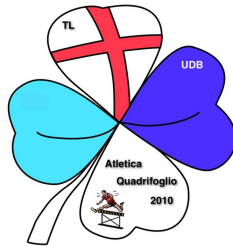
DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ

- di non essere sottoposto alla misura della quarantena ovvero di non essere risultato positivo al COVID-19 (vale per l'atleta e per l'accompagnatore alla struttura sportiva)
- di essere a conoscenza del protocollo per la ripresa dell'attività sportiva previsti appositamente per l'emergenza dalla Federazione Medici Sportivi Italiani (FMSI) e di rispondere ai criteri ivi indicati

Da inviarsi congiuntamente a documento di identità del dichiarante

Data,

Firma del Dichiarante,



## **Allegato E Circolare prof. 1907/20 Linee guida FIDAL (estratto )**

### **1. Avanti diritto di accesso agli impianti di a.l. per gli allenamenti**

Hanno diritto di accesso agli impianti i soli “atleti d’interesse nazionale”, i Tecnici Tesserati FIDAL degli Atleti in allenamento, i loro accompagnatori e il Personale Sanitario Federale. È compito del CONI, del CIP e delle relative federazione definire i requisiti ed individuare gli “atleti d’interesse nazionale”

### **2. Attività e presidi preventivi per la riapertura degli impianti sportivi e necessari alla quotidiana gestione**

All’atto della riapertura degli impianti sportivi tutti i locali dell’impianto (uffici, segreterie, magazzini, punti di ristoro, pronto soccorso, sale di muscolazione, spogliatoi e servizi) dovranno essere puliti e sanificati nel rispetto delle procedure/normative eventualmente emanate dalle Autorità.

- **Spogliatoi:** per evidenti ragioni sanitarie, l’accesso alle aree spogliatoio è **INTERDETTO**, con apposite nastrature che ne impediscano l’utilizzazione, arredi compresi
- **Servizi igienici:** l’accesso ai servizi igienici è **INTERDETTO**
- **Cestoni per la raccolta di fazzoletti e tovaglioli di carta:** accessoriati delle necessarie buste di plastica dovranno essere predisposti nei servizi igienici e in numero sufficiente all’interno delle aree sportive, come pure nei restanti locali utilizzati. Trattandosi di rifiuti anche di origine organica, i sacchi, all’atto della loro rimozione dai cestini dovranno essere chiusi ermeticamente e collocati all’interno di un ulteriore sacco, anch’esso chiuso e gettato nei contenitori della raccolta indifferenziata.
- **Transennamenti/Separatori:** saranno predisposti all’ingresso dell’impianto sportivo per evitare eventuali assembramenti in attesa dell’accesso allo stesso. Dovranno garantire il rispetto del distanziamento di 1.50/2.00 m tra quanti eventualmente in attesa, come pure tra questi e il Personale di servizio che dovrà verificare la titolarità all’accesso dell’impianto. Per le stesse ragioni, ove necessario e per evitare incroci ravvicinati *dovrà inoltre essere predisposto un corridoio di uscita dall’impianto differente da quello di ingresso.* E’ opportuno prevedere anche un controllo dei flussi in ingresso e uscita dalla pista di atletica leggera.
- **Responsabile di gestione:** il responsabile, nominato tra il personale di gestione del campo o tra i tecnici, dovrà controllare/supervisionare:
  - *Varchi di accesso/uscita dall’impianto sportivo*
  - *Varco di accesso/uscita dalla pista di atletica leggera*
  - *Aree sportive dell’impianto*
  - *Mantenimento del distanziamento sociale*
- **Modalità di accesso al campo:** ogni atleta potrà accedere al campo se:
  - Indossa guanti e mascherina
  - Presenta l’autocertificazione attestante (cosa?).

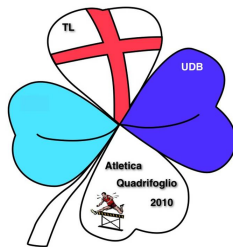
Inoltre è caldeggiato il rilevamento della temperatura corporea al varco di accesso dell’impianto sportivo, in presenza del responsabile di gestione.

Non è richiesta la presenza del medico.

### **3. Modalità di svolgimento degli allenamenti su anello e pedane**

Nel rispetto dei quotidiani orari di apertura dei singoli impianti sportivi e salvo differenti decisioni delle Autorità Locali o degli Organi Governativi, gli allenamenti si svolgeranno per Sessioni/Fasce Orarie. Ogni Sessione/Fascia Oraria di allenamento dovrà essere di 90 o 120 minuti. Nell’arco della giornata le Sessioni/Fasce Orarie potranno essere tutte uguali o anche alternate. I soli Atleti dichiarati di Interesse Nazionale e i loro Tecnici potranno usufruire in tutto o in parte anche della Fascia Oraria successiva a quella da loro prescelta, previa comunicazione al Personale addetto al controllo accessi.

- **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 conclusione dell’allenamento dovrà essere riposto in rastrelliere/ceste all’uopo destinate.



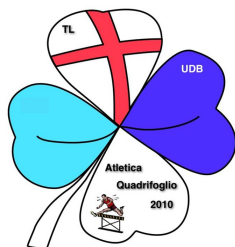
- **Distanziamento 0:** presupposto come durante un allenamento il volume e la forza di espirazione, come pure la velocità di espulsione delle particelle di fonazione e non solo, viaggiano a velocità e distanze superiori rispetto a quanto avviene nella quotidianità, è necessario rivalutare il concetto di distanziamento da rispettare durante un allenamento.
- **Distanziamento 1:** le ripetute potranno anche essere effettuate da più atleti nella stessa corsia purchè 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<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup>; 2<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> 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; stesso criterio dovrà essere adottato per tutti quegli esercizi solitamente svolti anche in piccoli gruppi quali ad esempio Skip e similari o altri esercizi di "agilità" svolti con gli ostacoli e non solo.
- **Distanziamento 3:** le staffette, come pure gli esercizi dei cambi fatti in sequenza tra più atleti e ad andatura molto ridotta, potranno essere effettuati purchè gli atleti siano provvisti dei guanti in lattice (poi da gettare) per tutte e due le mani o quanto meno 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
- **Zone di caduta salto in lungo:** per evidenti ragioni sanitarie, la zona di caduta è **INTERDETTA**
- **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
- **Sale di Muscolazione:** INTERDETTA

#### 4. Ospiti e Accompagnatori

Nel rispetto del distanziamento tra loro, potranno eventualmente accedere agli spalti dell'impianto come pure alle eventuali altre aree esterne all'anello, ma in questo caso le aree destinate allo stazionamento degli Ospiti/Compagnatori dovranno essere delimitate e separate dai percorsi destinati agli allenamenti svolti all'esterno dell'anello.

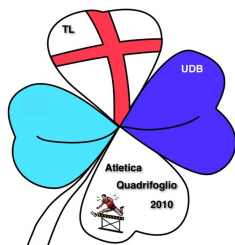
#### 5 Fontanelle

L'approvvigionamento dell'acqua dalle fontanelle dell'impianto sarà consentito, ma dovrà essere proibito di bere direttamente dalle fontanelle; sarà obbligatorio dotarsi di borracce personali e/o bere utilizzando i bicchieri di plastica.

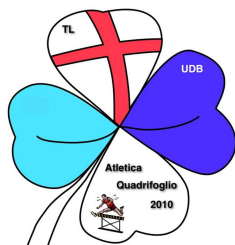


**Allegato F – Disposizioni comportamentali per disciplina – note per allenamenti in riferimento alla Circolare prot. 1907/20 FIDAL**

| NOTE ALLENAMENTO |   |
|------------------|---|
| TIPOLOGIA        | INDICAZIONE   |
| LANCI            | 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 conclusione dell'allenamento dovrà essere riposto in rastrelliere/ceste all'uso destinate. |
| DISTANZIAMENTO   | Distanziamento 0: presupposto come durante un allenamento il volume e la forza di espirazione, come pure la velocità di espulsione delle particelle di fonazione e non solo, viaggiano a velocità e distanze superiori rispetto a quanto avviene nella quotidianità, è necessario rivalutare il concetto di distanziamento da rispettare durante un allenamento   |
| DISTANZIAMENTO   | Distanziamento 1: le ripetute potranno anche essere effettuate da più atleti nella stessa corsia purchè 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 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup> ; 2 <sup>a</sup> e 4 <sup>a</sup> ecc.).   |
| DISTANZIAMENTO   | 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; stesso criterio dovrà essere adottato per tutti quegli esercizi solitamente svolti anche in piccoli gruppi quali ad esempio Skip e similari o altri esercizi di "agilità" svolti con gli ostacoli e non solo  |



|                |   |
|----------------|---|
| DISTANZIAMENTO | Distanziamento 3: le staffette, come pure gli esercizi dei cambi fatti in sequenza tra più atleti e ad andatura molto ridotta, potranno essere effettuati purché 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 testimone, oppure a mani libere se dotati di prodotti di igienizzazione da usare (su mani e testimone) dell'allenamento), in questo caso evitando di portare la mani al volto durante lo immediatamente dopo la conclusione dell'esercizio (non svolgimento dell'esercizio).   |
| SALTO IN LUNGO | Zona di caduta INTERDETTA   |
| DISTANZIAMENTO | 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 | 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.<br>Salto in lungo INTERDETTO |



|                      |   |
|----------------------|---|
| ALLENAMENTI LUNGHI   | <p>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.</p> |
|                      |   |
| SALE DI MUSCOLAZIONE | INTERDETTA  |