



LINEE GUIDA PER LA RIPRESA DEGLI ALLENAMENTI DI TAEKWONDO

Con riferimento al Decreto Legge 30 dicembre 2021, riportiamo una sintesi delle Linee Guida Federali per “la Ripresa delle Attività Sportive di Taekwondo”.

Per ulteriori approfondimenti, si rimanda alle “linee guida l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere” pubblicate della Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per lo sport e alle relative FAQ aggiornate.

DISPOSIZIONI GENERALI

1. È obbligatorio che tutti i soggetti sportivi siano dotati della “certificazione verde covid-19 rafforzate” e che venga verificata all'accesso di tutti i locali sportivi e attinenti alle attività. La certificazione chiamata anche comunemente “super green pass” attesta una delle seguenti condizioni:
 - a. aver fatto la vaccinazione COVID-19 (in Italia viene emessa sia alla prima dose sia al completamento del ciclo vaccinale)
 - b. essere guariti dal COVID-19 negli ultimi sei mesi

N.B: Non si applicano ai soggetti esclusi per età dalla campagna vaccinale (età inferiore ai 12 anni) e ai soggetti esentati da idonea certificazione medica rilasciata dal medico o dal servizio sanitario nazionale, secondo i disposti di legge;

2. è obbligatorio rilevare la temperatura a tutti i frequentatori, soci, addetti, accompagnatori, giornalmente al momento dell'accesso, impedendo l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5 °c;
3. è obbligatorio verificare all'ingresso che fruitori dei servizi ed eventuali accompagnatori indossino la mascherina protettiva e, in caso negativo, vietare l'ingresso. i bambini devono essere accompagnati da non più di un familiare;
4. è necessario individuare percorsi di ingresso e di uscita differenziati;
5. è obbligatorio mettere a disposizione dispenser di gel disinfettante;
6. è obbligatoria la disinfezione delle aree di contatto di ciascun attrezzo, corazze, caschetti ecc. dopo ogni utilizzo da parte dell'atleta con opportuni prodotti disinfettanti;
7. è obbligatorio mantenere sempre la distanza interpersonale minima di 1 mt e indossare correttamente la mascherina in qualsiasi momento all'interno della struttura ad eccezione del momento specifico in cui si svolge attività fisica.

ATTIVITÀ FISICA

L'attività fisica cambia a seconda dell'emergenza epidemiologiche e delle relative zone regionali:

- a) [zona bianca](#);
- b) [zona gialla](#);



- c) [zona arancione](#);
- d) [zona rossa](#);

È obbligatorio attenersi a quanto indicato nella tabella sottostante:

	ZONA			
	Bianca	Gialla	Arancione	Rossa
Numero massimo di persone negli spogliatoi	Riportare il numero massimo all'ingresso dello spogliatoio. Rispettare la distanza di almeno 1 m		Vietato l'uso degli spogliatoi	
Obbligo di Certificazione verde rafforzata covid-19	Limitatamente alle attività al chiuso, con eccezione fasce di età non vaccinabili (meno di 12 anni) o soggetti esentati da certificazione medica		<i>Vietate tutte le attività di base al chiuso</i>	
Deroga al "coprifuoco"	Non previsto in tali zone		Solo per partecipazione a competizioni di rilevanza nazionale/internazionale o per partecipare agli allenamenti in vista dei suddetti eventi	
Attività motoria e sportiva all'aperto			✓	✗
Attività motoria e sportiva al chiuso			✓	Solo per atleti che partecipano a gare di rilevanza nazionale/internazionale, a porte chiuse
Attività di contatto			✓	Solo per atleti che partecipano a gare di rilevanza nazionale/internazionale, a porte chiuse
Docce			✓	✗
Allenamenti intersociali	Consentiti		✗	

MISURE DI PREVENZIONE

1. Lavarsi frequentemente le mani;
2. non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
3. starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;



4. evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali;
5. bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
6. gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati);
7. non consumare cibo negli spogliatoi ed all'interno degli spazi dedicati all'attività sportiva;
8. ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche dovranno essere messe a disposizione: procedure informative affisse nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici e presenza di gel igienizzante;
9. sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine/respiratori);
10. indicazioni sulle corrette modalità e tempi di aerazione dei locali;
11. specifiche attività di filtrazione dell'aria nei locali chiusi ad alta densità di persone o di attività, ad esempio tramite purificatori di aria dotati di filtri hepa destinati a diminuire la quantità di aerosol;
12. vietare lo scambio tra operatori sportivi e personale comunque presente nel sito sportivo di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.);

in aggiunta, coloro che praticano attività, hanno l'obbligo di disinfettare i propri effetti personali e di non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi, ecc.);

VERIFICA CERTIFICATI COVID-19

Per facilitare le "procedure di verifica", si raccomanda, tramite il seguente indirizzo web:

<https://www.dgc.gov.it/web/app.html>

di scaricare l'App "VerificaC19", che consente, nel rispetto delle procedure di tutela dei dati riservati, un'efficace ed agevole verifica della "certificazione verde".

Si rammenta inoltre che tali procedure di verifica, se adeguatamente documentate, sono da ritenersi valide per i successivi accessi.

Per ulteriori informazioni o approfondimenti, si rimanda a quanto pubblicato dal Dipartimento per lo Sport presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri al seguente indirizzo:

<http://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/faq/>