



Norme di comportamento per la prevenzione da covid-19 all'interno del campo di atletica leggera

1. Arriva nell'impianto di atletica leggera con mascherina, sottoposti alla misurazione della temperatura e consegna l'autocertificazione per la prevenzione covid. Se è prevista la registrazione delle presenze indica le tue generalità. Per i minori saranno i genitori o chi ne esercita la patria potestà a fornire dati e dichiarazioni.
2. Mantieni la distanza di sicurezza interpersonale sia prima dell'allenamento/gara che durante la fase di riscaldamento. Per i più piccoli sarà il tecnico ad occuparsi della corretta osservanza delle norme.
3. Evita l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri. Bevi sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate.
4. Riponi fazzoletti o salviette (monouso) utilizzate durante la corsa in appositi taschini e gettali successivamente in appositi cestini.
5. Prima e dopo l'attività sportiva circola sempre con mascherine o idonea protezione di naso/bocca.
6. Una volta rientrato a casa, lava separatamente gli indumenti indossati durante la corsa dagli altri indumenti.
7. Appena possibile, dopo l'attività fisica, lava accuratamente le mani con acqua o ricorri a prodotti di disinfezione.
8. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani.
9. Se hai sintomi influenzali evita qualsiasi tipo di attività fisica e chiama il tuo medico curante.
10. Durante gli allenamenti e le gare rispetta tutte le disposizioni previste dalla Federazione vedi sito www.fidal.it sezione COVID-19. Se hai dubbi chiedi al tuo istruttore o al personale di servizio nell'impianto.

