

Checklist per i giocatori e le giocatrici nello sport popolare

Le misure dell'UFSP e quelle dei piani di protezione di Swiss Volley e dei gestori degli impianti sportivi devono essere sempre rispettate.

Principi di base

- Rispetto delle norme di igiene dell'UFSP.
- Distanziamento sociale (2 m di distanza minima tra tutte le persone; 10 m² per persona; nessun contatto fisico).
- Raggruppamenti di max. cinque persone, conformemente alle attuali disposizioni delle autorità. Se possibile, gruppi composti sempre dalle stesse persone e registrazione dei partecipanti per tracciare possibili catene di contagi.
- I soggetti particolarmente vulnerabili devono osservare le disposizioni specifiche dell'UFSP.

Come atleta, a che cosa devo fare particolarmente attenzione?

Atleti con sintomi di malattia non possono partecipare all'allenamento, ma devono restare a casa o in isolamento, contattare il proprio medico e seguire le sue indicazioni. Il gruppo di allenamento deve essere immediatamente informato di tali sintomi.

Nella pallavolo e nel beach volley, i contatti fisici non fanno parte dello svolgimento del gioco; dovranno essere evitati anche contatti come le tradizionali strette di mano, darsi il cinque o i raggruppamenti di squadra sul campo e a bordo campo.

Checklist:

- Mi sono iscritto/a per l'allenamento (obbligatorio)
- La mia partecipazione e l'orario dell'allenamento sono stati confermati dal mio allenatore o dal rappresentante Covid-19
- Mi sono già cambiato/a a casa
- Non scambio oggetti o indumenti con altri giocatori/altre giocatrici
- Arrivo al centro sportivo non più di 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento (si consiglia di arrivare a piedi, in bicicletta o in auto, di evitare se possibile i trasporti pubblici, e ove ciò non sia possibile, di attenersi alle disposizioni del Consiglio federale e dell'UFSP)
- Lascio l'impianto entro e non oltre 10 minuti dalla fine della partita o dell'allenamento (mi cambio e faccio la doccia a casa)

Iscrivendosi e confermando la propria partecipazione all'allenatore, l'atleta si impegna al rispetto di tutte le prescrizioni. In caso di inosservanza delle prescrizioni, la giocatrice o il giocatore verrà escluso dall'allenamento

Troverete informazioni più dettagliate come il piano di protezione di Swiss Volley o degli esempi concreti di esercizi su <https://www.volleyball.ch/fr/federation/coronavirus/>.

Swiss Volley e la tua società contano sulla solidarietà e sulla responsabilità personale di tutte e di tutti.