



VADEMECUM RIENTRO

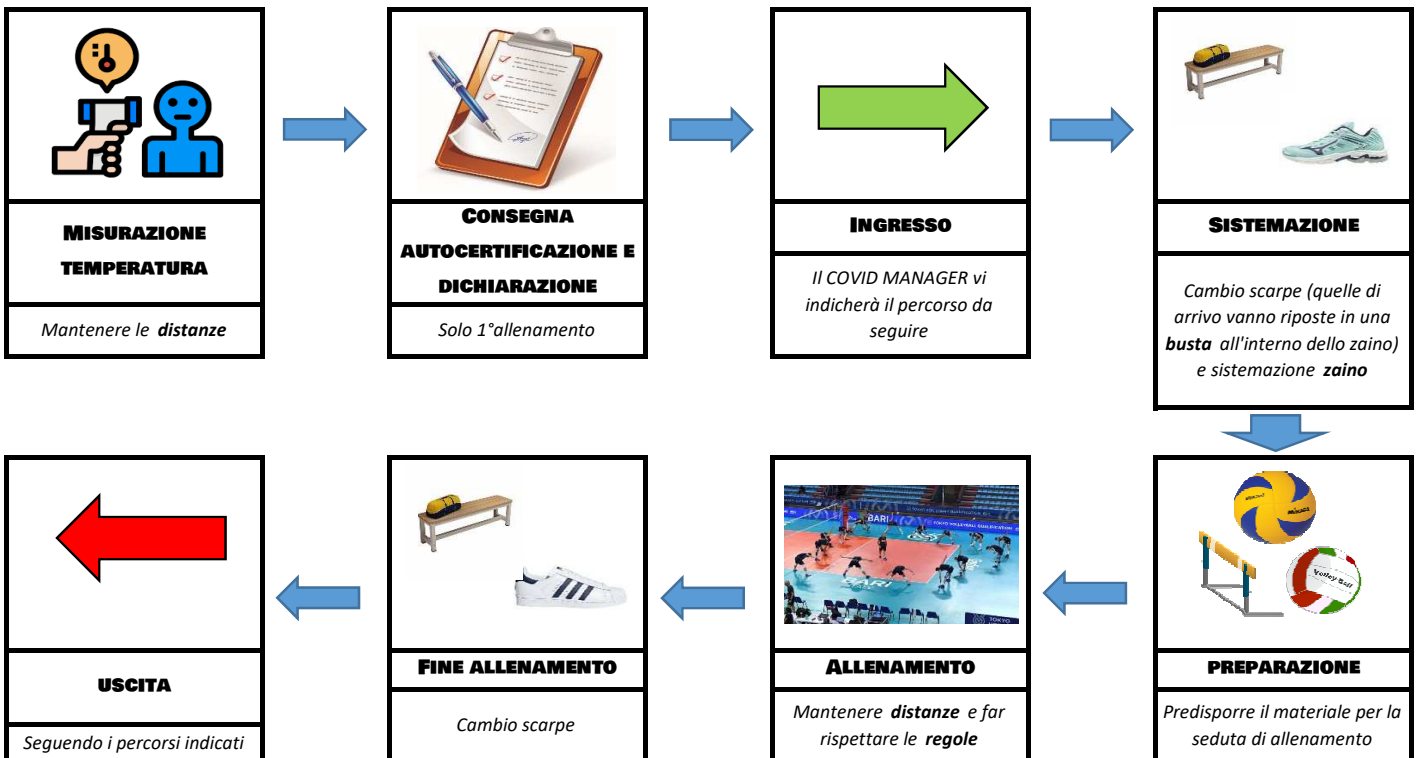
TECNICI

SI RIPARTE! CON TUTTE LE PRECAUZIONI DEL CASO E SOPRATTUTTO SEGUENDO DEI PROTOCOLLI CHE POSSANO GARANTIRE A TUTTI SICUREZZA. ECCO LE PRINCIPALI ACCORTEZZE DA SEGUIRE....

PER POTER ALLENARE

| | | | |
|---|---|--|--|
|  | <p>CONSEGNARE L'AUTOCERTIFICAZIONE E LA DICHIARAZIONE AL PRIMO ALLENAMENTO</p> |  | <p>ARRIVARE GIÀ IN TENUTA DA ALLENAMENTO E POSSEDERE UN CAMBIO SCARPE DA INDOSSARE SOLO PER ALLENAMENTO</p> |
|  | <p>AVERE UNA TEMPERATURA CORPOREA INFERIORE A 37.0°C</p> |  | <p>ESSERE IN POSSESSO DI MASCHERINA E GEL PERSONALE</p> |

COME SI SVOLGE UN ALLENAMENTO



| |
|---|
| <p>INDOSSARE SEMPRE LA MASCHERINA</p> |
| <p>RICORDARE AGLI ATLETI DI UTILIZZARE I PIEDI PER IL PASSAGGIO DEI PALLONI AGLI ALTRI GRUPPI E UTILIZZARE SEMPRE IL PALLONE INDICATO AD INIZIO SEDUTA</p> |
| <p>POSSIBILITÀ DI INGRESSO SOLO NEI 5 MINUTI PRECEDENTI ALL'INIZIO DELLA SEDUTA CON PRECEDENZA SUGLI ATLETI</p> |

| |
|---|
| <p>IGIENIZZARSI MANI E BRACCIA AD OGNI CONTATTO CON ATLETA O PALLONE</p> |
| <p>FAR SEMPRE RISPETTARE LE REGOLE DI DISTANZIAMENTO AL PROPRIO GRUPPO</p> |
| <p>USCITA ENTRO 5 MINUTI DALLA FINE DELLA SEDUTA</p> |