

# RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2

SECONDA VERSIONE

in base alle attuali disposizioni ministeriali sono state modificate alcune regole rispetto all'originale  
in colore rosso le nuove note apposte - barrate le note temporaneamente abrogate

Ente

**A.S.D. Samber 84**

Sede

**via Palazzolo, n° 1  
25032 Chiari (BS)**

Data

**26 agosto 2020**

Tecnico incaricato



(Christian Farina)

Referente COVID-19



(Antonio Simoni)

# INDICE

<b>1. DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ SVOLTE</b> .....	<b>3</b>
1.1 ORGANIZZAZIONE GENERALE .....	3
1.2 ALLENAMENTI DI SPORTIAMO .....	4
1.3 ALLENAMENTI DI PALLAVOLO .....	4
1.4 ALLENAMENTI DI CALCIO .....	5
1.5 ALLENAMENTI DI BASKET .....	6
1.6 TUTORI ACCOMPAGNATORI .....	6
<b>2. LUOGHI</b> .....	<b>7</b>
2.1 SPAZI A DISPOSIZIONE .....	7
2.2 SUDDIVISIONE DEGLI SPAZI.....	8
<b>3. CRONOPROGRAMMA GIORNALIERO GENERALE PER LA DISTRIBUZIONE DEGLI ALLENAMENTI</b> <b>10</b>	

# 1. DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ SVOLTE

## 1.1 ORGANIZZAZIONE GENERALE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Samber 84 si occupa di tutte le attività relative allo svolgimento degli allenamenti relative alle discipline del calcio, della pallavolo e del basket all'interno dell'impianto ubicato in via Palazzolo 1 a Chiari (BS).

Nell'ambito dell'associazione si alleneranno circa 240 atleti, divisi fra le 3 discipline praticate e in fasce d'età in questo modo:

DISCIPLINA	SQUADRE	NUMERO MASSIMO DI PERSONE PREVISTE
SPORTIAMO	2016-2014	20
PALLAVOLO	2007-2003	10
	Da 2002 in poi	10
CALCIO	2015-2014 (scuola calcio)	10
	2013 (gruppo squadra)	10
	2012 (gruppo squadra)	17
	2011 (gruppo squadra)	8
	2010 (gruppo squadra)	15
	2009 (gruppo squadra)	12
	2008 (gruppo squadra)	11
	2007 (gruppo squadra)	17
	2006-2004 (allievi)	20
	2003-2001 (juniores)	24
	Da 2000 in poi (dilettanti)	30
BASKET	Elementari	14
	Medie	11

## 1.2 ALLENAMENTI DI SPORTIAMO

- l'allenatore deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dagli atleti;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, dopo e, se necessario, anche durante la stessa. Particolare attenzione sarà prestata all'igienizzazione degli oggetti manipolati durante gli allenamenti (palloni, attrezzature varie, ecc.);
- è proibito lo svolgimento di attività ad alto impatto metabolico in luoghi chiusi;
- gli atleti sono tenuti ad indossare la mascherina non appena prima di iniziare e al termine dell'attività di allenamento;
- è consigliato lo svolgimento di attività tecniche e a basso impatto metabolico, al fine di limitare l'intensità di respirazione e prevenire la diffusione di droplets;
- è consentita la presenza di un solo allenatore per gruppo di allenamento;
- ogni attività che comporti il posizionamento di strumenti (conetti, ecc.) deve essere predisposta previo inizio dell'allenamento;
- il contatto fisico è consentito solo dove necessario; risultano pertanto vietati gli abbracci, le strette di mano, ecc.;
- le attività di stretching e di tecnica individuale devono essere effettuate quanto più distanti possibili dagli altri atleti;
- ogni giocatore è tenuto a portare una borraccia o una bottiglia personale ed è severamente vietato dividerla con chiunque;
- non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma riporli sempre in appositi zaini e sacche igienizzando o lavando quanto adoperato;
- non è permesso effettuare scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo (maglie, telefoni, bicchieri, ecc.);

## 1.3 ALLENAMENTI DI PALLAVOLO

- l'allenatore deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dai giocatori;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, dopo e, se necessario, anche durante la stessa. Particolare attenzione sarà prestata all'igienizzazione dei palloni, dei pali della rete e della rete stessa;
- è proibito lo svolgimento di attività ad alto impatto metabolico in luoghi chiusi;
- gli atleti sono tenuti ad indossare la mascherina non appena prima di iniziare e al termine dell'attività di allenamento;
- è consigliato lo svolgimento di attività tecniche e a basso impatto metabolico, al fine di limitare l'intensità di respirazione e prevenire la diffusione di droplets;
- è consentita la presenza di un solo allenatore per gruppo di allenamento;
- ogni attività che comporti il posizionamento di strumenti (conetti, ecc.) deve essere predisposta previo inizio dell'allenamento;
- il contatto fisico è consentito solo dove necessario; risultano pertanto vietati gli abbracci, le strette di mano, ecc.;
- le attività di stretching e di tecnica individuale devono essere effettuate quanto più distanti possibili dagli altri giocatori;
- ogni giocatore è tenuto a portare una borraccia o una bottiglia personale ed è severamente vietato dividerla con chiunque;
- non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma riporli sempre in appositi zaini e sacche igienizzando o lavando quanto adoperato;
- non è permesso effettuare scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo (maglie, telefoni, bicchieri, ecc.);

<b>Sintex</b>	26 agosto 2020	A.S.D. Samber 84	4 di 10
		<b>RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2</b>	

## 1.4 ALLENAMENTI DI CALCIO

Le sedute di allenamento devono essere organizzate tenendo conto delle seguenti indicazioni:

- tutte le sedute di allenamento sono svolte in campo aperto (eccezion fatta per la scuola calcio);
- l'allenatore deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dai calciatori;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, dopo e, se necessario, anche durante la stessa. Particolare attenzione sarà prestata all'igienizzazione dei palloni e dei pali delle porte;
- gli atleti sono tenuti ad indossare la mascherina non appena prima di iniziare e al termine dell'attività di allenamento;
- è consigliato lo svolgimento di attività tecniche e a basso impatto metabolico, al fine di limitare l'intensità di respirazione e prevenire la diffusione di droplets;
- lo svolgimento di attività ad alto impatto metabolico è consentito all'aperto, a patto che la persona che svolge tale attività sia lontano 20 metri dalle altre persone;
- è consentita la presenza di un solo allenatore per gruppo di allenamento;
- ogni attività che comporti il posizionamento di strumenti (conetti, ecc.) deve essere predisposta previo inizio dell'allenamento;
- il contatto fisico è consentito solo dove necessario; risultano pertanto vietati gli abbracci, le strette di mano, ecc.;
- le attività di stretching e di tecnica individuale devono essere effettuate quanto più distanti possibili dagli altri giocatori;
- è vietato l'uso delle pettorine;
- è severamente vietato sputare, sia sul terreno sia sui guanti da portiere;
- ogni giocatore è tenuto a portare una borraccia o una bottiglia personale ed è severamente vietato condividerla con chiunque;
- non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma riporli sempre in appositi zaini e sacche igienizzando o lavando quanto adoperato;
- non è permesso effettuare scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo (maglie, telefoni, bicchieri, ecc.);
- il breve contatto con il corpo è tollerato entro i limiti del regolamento mentre afferrare la maglia o il pantaloncino viene sanzionato come azione fallosa questa azione è per questo non molto frequente. Tale eventualità è virtualmente assente nelle fasi di allenamento e nelle esercitazioni tecnico/didattiche delle attività di base.
- oltre alla maglia e ai pantaloncini il calciatore è obbligato a indossare, durante il gioco e gli allenamenti le scarpe da calcio, i calzettoni e i parastinchi.

<b>Sintex</b>	26 agosto 2020	A.S.D. Samber 84	5 di 10
		RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2	

## 1.5 ALLENAMENTI DI BASKET

Le sedute di allenamento devono essere organizzate tenendo conto delle seguenti indicazioni:

- l'allenatore deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dai giocatori;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, dopo e, se necessario, anche durante la stessa. Particolare attenzione sarà prestata all'igienizzazione dei palloni e dei canestri;
- gli atleti sono tenuti ad indossare la mascherina non appena prima di iniziare e al termine dell'attività di allenamento;
- è consigliato lo svolgimento di attività tecniche e a basso impatto metabolico, al fine di limitare l'intensità di respirazione e prevenire la diffusione di droplets;
- è proibito lo svolgimento di attività ad alto impatto metabolico in luoghi chiusi;
- è consentita la presenza di un solo allenatore per gruppo di allenamento;
- ogni attività che comporti il posizionamento di strumenti (conetti, ecc.) deve essere predisposta previo inizio dell'allenamento;
- il contatto fisico è consentito solo dove necessario; risultano pertanto vietati gli abbracci, le strette di mano, ecc.;
- le attività di stretching e di tecnica individuale devono essere effettuate quanto più distanti possibili dagli altri giocatori;
- è vietato l'uso delle pettorine;
- ogni giocatore è tenuto a portare una borraccia o una bottiglia personale ed è severamente vietato condividerla con chiunque;
- non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma riporli sempre in appositi zaini e sacche igienizzando o lavando quanto adoperato;
- non è permesso effettuare scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo (maglie, telefoni, bicchieri, ecc.);
- il breve contatto con il corpo è tollerato entro i limiti del regolamento mentre afferrare la maglia o il pantaloncino viene sanzionato come azione fallosa questa azione è per questo non molto frequente. Tale eventualità è virtualmente assente nelle fasi di allenamento e nelle esercitazioni tecnico/didattiche delle attività di base.

## 1.6 TUTORI ACCOMPAGNATORI

I tutori accompagnatori di minorenni sono tenuti a compilare il modello di autocertificazione e sottoscriverlo. Possono accedere all'impianto sportivo esclusivamente i minorenni con autocertificazione mentre i tutori accompagnatori dei minorenni devono attendere al di fuori dell'impianto sportivo, all'interno del piazzale di ingresso e uscita (in prossimità del portico) e/o nel bar adiacente, sempre rispettando le distanze di sicurezza. I tutori accompagnatori di tesserati con disabilità possono accedere nell'impianto sportivo esclusivamente per favorirne l'ingresso.

<b>Sintex</b>	26 agosto 2020	A.S.D. Samber 84	6 di 10
		RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2	

## 2. LUOGHI

### 2.1 SPAZI A DISPOSIZIONE

L'area a disposizione dell'attività è individuata all'interno della fotografia successiva:



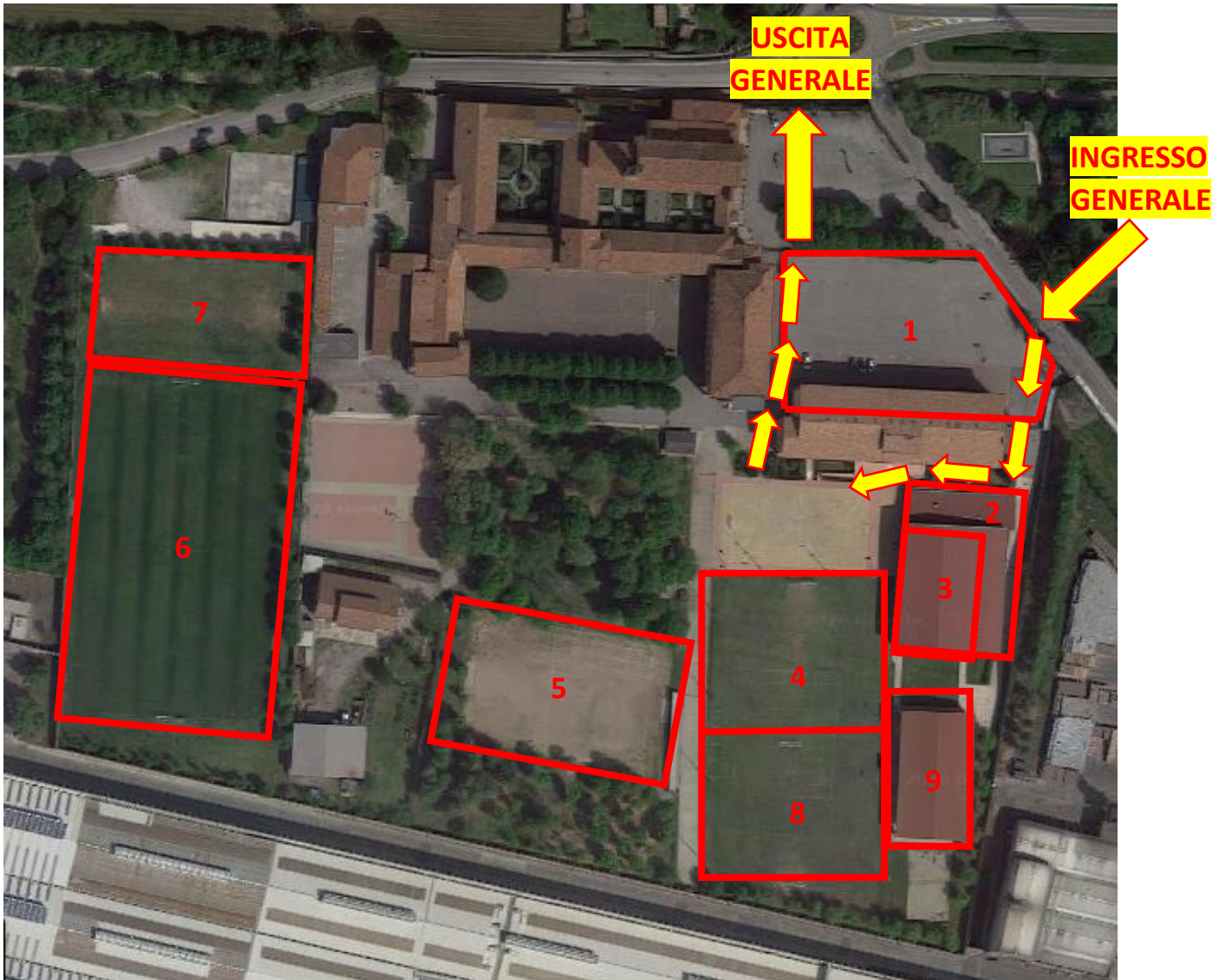
L'istituto scolastico adiacente non rientra nel campo di applicazione della presente relazione e dei protocolli allegati, in quanto costituisce attività completamente separata da A.S.D. Samber 84 sia in termini di orari di presenza degli studenti e degli atleti (mai presenti contemporaneamente) sia in termini di spazio (uscite ed entrate sono totalmente diversificate per le due attività in questione).

<b>Sintex</b>	26 agosto 2020	A.S.D. Samber 84	7 di 10
		RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2	



## 2.2 SUDDIVISIONE DEGLI SPAZI

Lo spazio a disposizione dell'attività è suddivisibile in 9 macroaree:



### Piazzale nord-est (zona 1)

Questa zona ha la funzione di ospitare le vie di ingresso e di uscita ubicate nella fotogrammetria precedente. I flussi delle persone in entrata e in uscita non possono incrociarsi, in quanto tutti i percorsi sono chiaramente indicati e ben distanziati; nell'immediata prossimità dell'entrata sarà posizionata una postazione con operatore addetto al controllo della temperatura degli utenti e alla sovrintendenza della compilazione dell'autodichiarazione messa a disposizione.

Sul lato sud del piazzale è presente un portico, dotato tavoli e posti a sedere adeguatamente distanziati, utilizzato dai genitori/accompagnatori in attesa degli atleti.



### **Locali spogliatoi (zona 2)**

Le vie di uscita e di entrata sono separate e chiaramente identificate.

All'interno della zona sono presenti n. 4 spogliatoi utilizzabili e numerati, garantendo il mantenimento della distanza di sicurezza tramite l'aggiunta di nuove panchine e appendini.

Gli affollamenti massimi previsti garantiscono il mantenimento della distanza di sicurezza.

L'utilizzo delle docce sarà consentito mettendo a disposizione postazioni alterne, al fine del mantenimento della distanza di sicurezza.

Tutti i locali verranno adeguatamente sanificati ad ogni cambio turno degli atleti.

L'utilizzo degli spogliatoi è temporaneamente vietato dalle attuali disposizioni generali.

Gli atleti devono recarsi direttamente sul campo da gioco indossando adeguato abbigliamento per lo svolgimento dell'attività sportiva.

### **Palestra coperta (zona 3)**

Le vie di entrata e di uscite sono separate e chiaramente identificate.

L'affollamento massimo previsto è di sedici persone, essendo utilizzata dai bambini della scuola calcio, dagli atleti di pallavolo e di quelli del basket, sempre in squadre singole.

Il locale verrà adeguatamente sanificato ad ogni cambio turno degli atleti.

Al di sotto della palestra è presente una palestra interrata dotata di spazio adibito a spogliatoio ai lati;

all'interno di questo locale viene svolta l'attività "SPORTIAMO" e gli allenamenti di calcio del gruppo squadra 2013.

Gli atleti devono recarsi direttamente sul campo da gioco indossando adeguato abbigliamento per lo svolgimento dell'attività sportiva.

### **Campi da calcio esterni per allenamenti (zone 4, 5, 6, 7 e 8)**

I campi da calcio esterni 4, 5, 6, 7 e 9 vengono normalmente utilizzati durante gli allenamenti di tutte le squadre di calcio (esclusa la scuola calcio).


Gli oggetti potenzialmente contaminati (pali delle porte, panchine) verranno sanificati ad ogni cambio turno.

L'accesso ai luoghi esterni e il successivo rientro negli spogliatoi avviene senza incrocio di flussi con altri atleti, essendo gli orari di allenamento dei singoli gruppi ben scanditi e distanziati temporalmente.

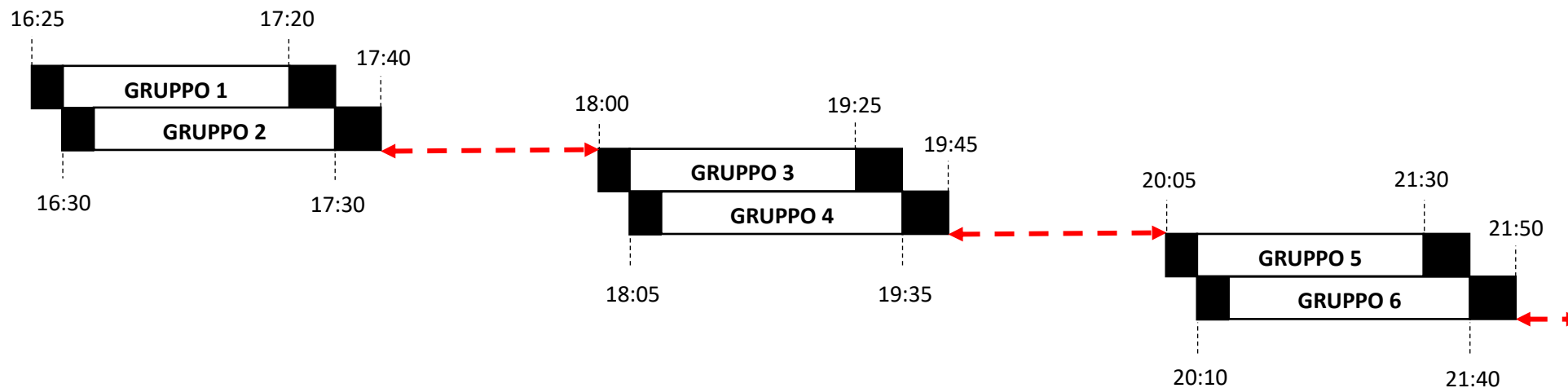
Gli atleti devono recarsi direttamente sul campo da gioco indossando adeguato abbigliamento per lo svolgimento dell'attività sportiva.

### **Tettoia (zona 9)**

Verrà utilizzata esclusivamente in caso di pioggia consistente e solo per le categorie under 10 (nati dal 2010 e successivi), con utilizzo di scarpe da ginnastica in sostituzione delle scarpe da calcio. La zona non possiede pareti, pertanto è classificabile come luogo aperto.

	26 agosto 2020	A.S.D. Samber 84	9 di 10
		RELAZIONE TECNICA PER LE PROCEDURE DI CONTRASTO E CONTENIMENTO DEL SARS-COV-2	

### 3. CRONOPROGRAMMA GIORNALIERO GENERALE PER LA DISTRIBUZIONE DEGLI ALLENAMENTI



#### LEGENDA

- Tempo effettivo di allenamento
- Tempo di utilizzo dello spogliatoio

← → Sanificazione degli ambienti

#### Note:

All'interno della palestra o all'interno di uno stesso campo da calcio esterno non si allenerà mai più di un gruppo contemporaneamente; sarà prestata particolare attenzione a non incrociare atleti di pallavolo, basket e scuola calcio appartenenti a gruppi diversi.

L'accesso agli spogliatoi avverrà in modo scaglionato, gestito dall'allenatore della squadra utilizzando i locali.