

BUON SENSO, PRINCIPIO DI PRECAUZIONE E AUTOCERTIFICAZIONE

1. Il buon senso è il migliore dei nostri alleati. Se il praticante o i suoi familiari o accompagnatori hanno o hanno avuto, nel giorno attuale e fino ai 14 giorni precedenti, uno qualsiasi dei seguenti sintomi, vi preghiamo di rinunciare alla sessione di allenamento:
 - Febbre
 - Tosse secca
 - Respiro affannoso e/o difficoltà a respirare (dispnea)
 - Dolori muscolari diffusi
 - Mal di testa
 - Raffreddore (naso chiuso e/o naso che cola)
 - Mal di gola
 - Congiuntivite
 - Diarrea
 - Perdita del senso del gusto (ageusia)
 - Perdita del senso dell'olfatto (anosmia)
2. Se presentate sintomi di malessere generale diversi da quelli elencati e, comunque, non vi sentite bene, rinunciate all'allenamento.
3. Per poter effettuare gli allenamenti è comunque necessario compilare e firmare il foglio di autocertificazione (area download del sito www.wadowaza.it).

UTILIZZO DELLA MASCHERINA OBBLIGATORIO

1. L'utilizzo della **mascherina chirurgica** (o di una **FFP2**) è obbligatorio per **tutti i praticanti e accompagnatori di qualsiasi età** dal momento in cui varcano l'entrata della struttura.
2. La mascherina **deve essere di tipo chirurgico sanitario o del tipo FFP2**. **NON SONO AMMESSE** le mascherine di stoffa.
3. La mascherina deve essere indossata correttamente su bocca e naso per tutto il tempo che si permane all'interno del dojo. Potrà essere tolta soltanto subito prima dell'inizio dell'allenamento, conservandola in un contenitore appropriato e personale.

ACCESSO ALLA SALA DI ALLENAMENTO

1. È possibile entrare nella sala dove si svolge l'allenamento soltanto dopo che tutti i praticanti del turno precedente ne siano usciti. Bisognerà quindi attendere all'esterno, indossando le mascherine e rispettando le distanze di sicurezza, finché l'insegnante o un delegato della SSD Life non darà il via libero all'accesso.

2. L'accesso deve avvenire in maniera ordinata, uno alla volta, rispettando le distanze di sicurezza ed evitando tassativamente contatti fisici con altri praticanti o con gli istruttori.

GESTIONE DELLA MASCHERINA PER L'ALLENAMENTO

1. La mascherina andrà tolta soltanto nella sala dell'allenamento o immediatamente prima di entrarvi. Dovrà essere riposta in un sacchetto di plastica e conservata in un contenitore appropriato e personale (astuccio, marsupio o piccolo zaino) nel punto che sarà indicato dall'insegnante.
2. Una volta entrati nella sala, come prima cosa, tutti i praticanti sono tenuti a sanificarsi le mani utilizzando il dispenser di gel idroalcolico che sarà loro messo a disposizione.
3. Una volta terminato l'allenamento, i praticanti dovranno indossare nuovamente la mascherina, anche per accedere negli spogliatoi.

GESTIONE DELLA MASCHERINA NEGLI SPOGLIATOI

1. È obbligatorio continuare a indossare la mascherina anche negli spogliatoi, senza eccezione alcuna.
2. È possibile ovviamente togliere la mascherina per servirsi della doccia, per poi tornare a indossarla tempestivamente e comunque il prima possibile.

GESTIONE DELL'ALLENAMENTO

1. Subito prima dell'inizio della lezione è obbligatorio sanificare le mani con il dispenser di gel idroalcolico.
2. Durante l'allenamento sarà cura dell'istruttore, con la viva collaborazione dei praticanti, assicurare il mantenimento della distanza di almeno 180 cm (un metro e ottanta centimetri) tra ciascun atleta.
3. Al termine di esercizi che eventualmente prevedano il contatto delle mani con oggetti di uso promiscuo è obbligatorio sanificarle con il gel idroalcolico.
4. Resta inteso che è obbligatorio seguire scrupolosamente qualsiasi ulteriore indicazione dell'istruttore e/o di un delegato della ASD LIFE.

DURANTE L'ALLENAMENTO È SEVERAMENTE VIETATO:

1. Portarsi le mani alla bocca, al naso o agli occhi.
2. Avvicinarsi agli altri praticanti o all'istruttore a una distanza inferiore a 180 cm, salvo espressa indicazione o autorizzazione dell'insegnante.
3. Toccare gli altri praticanti o l'istruttore.
4. Urlare o parlare con un tono di voce troppo alto.

BAMBINI

È essenziale che i bambini comprendano la necessità e l'inderogabilità delle suddette regole. Le linee guida indicate dal CONI, dalla Federazione di Karate e dagli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI non ammettono deroghe e designano gli istruttori come garanti del loro rispetto.

Ci rendiamo perfettamente conto di quanto possa essere difficile, per un fanciullo, ottemperare al presente regolamento. Ma bisogna far loro comprendere che queste precauzioni sono momentanee, e servono a fare il possibile per preservare loro stessi, i loro compagni e i loro familiari dal possibile contagio da Covid-19. Confidiamo nel sostegno e nel supporto attivo e risoluto di tutti i familiari dei bambini.

SANZIONI

Qualsiasi comportamento che contravveda al presente regolamento dovrà necessariamente comportare l'immediato allontanamento dalla sala dell'allenamento e dalla struttura sportiva. I comportamenti ripetutamente poco collaborativi potranno comportare la sospensione dell'iscritto dal corso e, nei casi più estremi, l'espulsione dell'atleta e il suo allontanamento definitivo.