



VADEMECUM RELATIVO AL PROTOCOLLO PER CONTRASTARE E RIDURRE I RISCHI DI CONTAGIO DA COVID-19 NELLA PRATICA DEGLI SPORT TRADIZIONALI

“Tiro alla Fune”

Si elencano di seguito norme da adottare, aggiuntive a quanto già previsto dal protocollo FIGeST, **per le competizioni**:

ORGANIZZATORE

- L'Organizzatore della competizione (ASD, persona fisica o altro soggetto) o una persona da lui nominata supervisiona e coordina tutte attività ed è a sua volta assistito da referenti/addetti gara a cui affida i vari compiti di controllo/gestione delle varie fasi della giornata di gara, quali:
 - individuazione/organizzazione delle varie zone (varco ingresso/uscita dal sito sportivo, area box, campo gara, sala/zona pesature e **timbrature**, percorsi, zona riscaldamento),
 - il controllo al varco accessi,
 - chiamata delle squadre dai box per le pesature/timbrature ed accesso al campo di gara;
- L'Organizzatore della competizione o suo referente deve controllare la temperatura corporea a tutte le persone prima del loro accesso al sito sportivo designato per la competizione, raccoglie le autocertificazioni di ogni singola persona e redige il registro degli accessi (vedi modulo FIGeST allegato);
- Affissione delle locandine informative emanate dai Ministeri della Salute e dello Sport (allegate al presente vademecum) se non già presenti sul sito;
- Predisporre dispenser di gel igienizzante all'ingresso della struttura, in ingresso ed uscita del campo di gara;
- Segnalare con appositi cartelli/segni:
 - i percorsi di ingresso – uscita dal sito sportivo,
 - i percorsi per raggiungere spogliatoi, servizi, sala/zona pesatura e **timbratura**,
 - le distanze tra le persone da mantenere sia al chiuso che all'aperto,



- il luogo adibito alla pesatura/**timbratura**,
- la zona adibita ai box per le squadre dove sostano quando non sono impegnate in campo di gara, dove ogni componente della squadra deposita la propria borsa personale,
- il campo di gara,
 - all'interno dei palazzetti / delle palestre deve essere individuata una zona adibita al riscaldamento degli atleti;
 - l'area in cui l'arbitro/i deve stare durante la tirata,
 - l'area di sosta degli arbitri/giudici di gara quando non direttamente impegnati nelle fasi di gara;
- I box per le squadre devono essere posizionati in modo lineare ed a 2 metri di distanza uno dall'altro e comunque in modo tale da facilitare il movimento delle persone e non creare assembramenti, area minima dedicata ad ogni squadra 10m²;
- Il luogo/stanza adibita alla pesatura/**timbratura** deve essere ben delimitata, gli accessi devono essere scaglionati per squadra/atleta senza creare assembramenti;
- Arbitri, giudici di tavolo, atleti e coach devono indossare la mascherina durante la pesatura/**timbratura**;
- Il campo di gara deve essere ben delimitato da transenne o altro materiale divisorio, i relativi varchi/percorsi di ingresso ed uscita devono essere opposti uno rispetto all'altro e ben segnalati;
- Il numero massimo di persone ammesse all'interno di una palestra / palazzetto dello sport in base alla superficie disponibile è indicato dal gestore dell'impianto stesso;
- Gli spogliatoi ed i servizi igienici devono essere utilizzati secondo il regolamento interno della struttura che ospita la competizione;
- Tutti i presenti nel sito sportivo dovranno indossare la mascherina, eccetto per:
 - gli atleti che si recano all'interno del campo di gara,
 - l'arbitro ed il coach presenti nel campo di gara se sussiste la possibilità di mantenere la distanza minima di 2 metri dagli atleti in fase di giuoco;

ASD/SQUADRE

- Gli operatori sportivi per quanto possibile utilizzano mezzi di trasporto privati e singoli, evitando quelli pubblici, per raggiungere il sito sportivo;



- Per ogni squadra sono ammessi al **sito sportivo** designato per la competizione solo gli atleti, il coach, 1 assistente ed 1 dirigente, per un totale di **14** persone per squadra; (**11 atleti** + 1 coach + 1 assistente + 1 dirigente);
- **Ogni ASD si premunerà di portare uno spezzone di corda, con annesso un grillo ad omega ad una delle estremità, sufficientemente lungo per far sì che gli 8 atleti si possano schierare in formazione da tiro;**
- Le squadre entreranno una alla volta al sito sportivo, attendendo il proprio turno al varco di accesso mantenendo le distanze senza creare assembramenti;
- Ogni squadra / ASD si premunerà di consegnare all'ingresso del sito sportivo le autocertificazioni già compilate e firmate in data della gara da ogni persona, appartenente a quella determinata ASD, che sarà presente alla competizione;
- Le squadre una volta entrate nel sito sportivo adibito a gara dovranno sostare nei box a loro assegnati e verranno di volta in volta chiamate dagli addetti gara per le pesature, timbrature, riscaldamento in campo e per il proprio turno di tirata durante la gara;
- Per la fase di riscaldamento in corda, le squadre si recheranno in campo di gara su indicazione degli addetti gara in maniera scaglionata ed ordinata.

GARA

- Qualsiasi tipo di competizione (Campionati Italiani, Coppa Italia, tornei di vario genere) si svolgeranno senza pubblico, a porte chiuse;
- **All'interno del campo di gara possono accedere solo arbitro/i, atleti, coach e porta acqua;**
- **Ogni squadra entra in campo con la propria corda che sarà poi agganciata a quella della squadra avversaria tramite i grilli ad omega, tale agganciamento farà da centro corda;**
- Durante il cambio campo ogni squadra prende in mano la corda e la porta nella metà campo opposta;
- **Al termine dell'incontro ogni squadra porterà la propria corda fuori dal campo di gara;**
- Alla fine dell'incontro NON ci sarà il classico saluto tra le squadre, atleti e coach si dirigeranno verso l'uscita dal campo di gara in maniera ordinata e mantenendo le dovute distanze, per dirigersi poi verso i box;



- L'arbitro durante la tirata deve essere posizionato nel punto segnalato, a 2 metri di distanza dalla corda e dagli atleti, qualora non sussista lo spazio necessario a mantenere 2 metri di distanza l'arbitro dovrà indossare la mascherina;
- Il punto sopra vale anche per gli arbitri laterali presenti durante le semifinali e le finali per il 3° posto e per il 1° posto;
- I giudici di tavolo dovranno indossare la mascherina quando seduti al tavolo della giuria ed ogni qualvolta non si possa mantenere la distanza di sicurezza;
- I coach devono mantenere una distanza non inferiore a 2 metri dagli atleti, qualora non sussista lo spazio necessario a mantenere 2 metri di distanza il coach dovrà indossare la mascherina;
- Qualora sia presente lo speaker a coadiuvare l' Organizzatore e i Giudici di gara per la chiamata delle squadre e per comunicazioni varie, dovrà sostare al tavolo della giuria munito di mascherina e mantenere le distanze di sicurezza.

-
- Qualsiasi persona che ha partecipato alla competizione e risulti Covid+ deve comunicarlo immediatamente all'Organizzatore della competizione. L'Organizzatore è tenuto a verificare immediatamente i contatti a mezzo del registro presenze;
 - Il Gestore dell'impianto/ l'Organizzatore della competizione è tenuto ad informare immediatamente tutti gli utenti interessati di un caso di Covid+.
 - Tutti gli utenti interessati dal caso di Covid+ sono tenuti a rivolgersi immediatamente al proprio medico di medicina generale o alla ASL di competenza, al fine della definizione del periodo di quarantena (paziente positivo alla ricerca del virus SARS-CoV-2) ai sensi dell'art. 1 co. 7 del DL 16/05/2020, n. 33 o del periodo di quarantena fiduciaria (contatto stretto di paziente positivo alla ricerca del virus SARS-CoV-2, ai sensi dell'art. 1 co. 7 del DL 16/05/2020, n. 33.

Approvato Comm.d.SP. TAF 19.04.2021



Federazione Italiana Giochi e Sport Tradizionali



DISCIPLINA SPORTIVA
ASSOCIATA RICONOSCIUTA
DAL CONI



Presidenza del
Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN UN FAZZOLETTO EVITANDO IL CONTATTO DELLE MANI CON LE SECREZIONI RESPIRATORIE; SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE NELLA PIEGA INTERNA DEL GOMITO



EVITARE DI LASCIARE IN LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI GLI INDUMENTI INDOSSATI PER L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI IN ZAINI O BORSE PERSONALI E, UNA VOLTA RIENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCHE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it





Federazione Italiana Giochi e Sport Tradizionali



DISCIPLINA SPORTIVA
ASSOCIATA RICONOSCIUTA
DAL CONI

LAVATI SPESSO LE MANI CON
ACQUA E SAPONE O USA UN
GEL A BASE ALCOLICA



NON TOCCARTI
OCCHI, NASO E
BOCCA CON LE MANI



EVITA LE STRETTE DI
MANO E GLI ABBRACCI
FINO A QUANDO QUESTA
EMERGENZA SARÀ FINITA



ALCUNE SEMPLICI
RACCOMANDAZIONI
PER CONTENERE
IL CONTAGIO DA
CORONAVIRUS



EVITA CONTATTI RAVVICINATI
MANTENENDO LA DISTANZA
DI ALMENO UN METRO



EVITA LUOGHI
AFFOLLATI



COPRI BOCCA E NASO CON
FAZZOLETTI MONOUSO
QUANDO STARNUTISCI O
TOSSISCI. ALTRIMENTI USA
LA PIEGA DEL GOMITO



SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA,
NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI
STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA
GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA,
LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI



[SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS](https://salute.gov.it/nuovocoronavirus)





Federazione Italiana Giochi e Sport Tradizionali



DISCIPLINA SPORTIVA
ASSOCIATA RICONOSCIUTA
DAL CONI

Lavare frequentemente le mani è importante, soprattutto quando trascorri molto tempo fuori casa, in luoghi pubblici. Il lavaggio delle mani è particolarmente importante in alcune situazioni, ad esempio:

PRIMA DI

- mangiare
- maneggiare o consumare alimenti
- somministrare farmaci
- medicare o toccare una ferita
- applicare o rimuovere le lenti a contatto
- usare il bagno
- cambiare un pannolino
- toccare un ammalato

DOPO

- aver tossito, starnuito o soffiato il naso
- essere stati a stretto contatto con persone ammalate
- essere stati a contatto con animali
- aver usato il bagno
- aver cambiato un pannolino
- aver toccato cibo crudo, in particolare carni, pesce, pollame e uova
- aver maneggiato spazzatura
- aver usato un telefono pubblico, maneggiato soldi, ecc.
- aver usato un mezzo di trasporto (bus, taxi, auto, ecc.)
- aver soggiornato in luoghi molto affollati, come palestre, sale da aspetto di ferrovie, aeroporti, cinema, ecc.

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso una azione meccanica.

Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone. In assenza di acqua si può ricorrere al cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanibzers), a base alcolica. Si ricorda che una corretta igiene delle mani richiede che si dedichi a questa operazione non meno di 40-60 secondi se si è operato per il lavaggio con acqua e sapone e non meno di 30-40 secondi se invece si è operato per l'uso di igienizzanti a base alcolica.

Questi prodotti vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci. Se si usano frequentemente possono provocare secchezza della cute.

In commercio esistono presidi medico-chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne. L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio di infezioni.

Ministero della Salute



Direzione generale della comunicazione
e dei rapporti europei e internazionali
Ufficio 2

Stampa
Centro Stampa Ministero della Salute

Finito di stampare nel mese di maggio 2020

www.salute.gov.it

Ministero della Salute



Previene le infezioni con la corretta igiene delle mani

PER STAMPA





Federazione Italiana Giochi e Sport Tradizionali



DISCIPLINA SPORTIVA
ASSOCIATA RICONOSCIUTA
DAL CONI

con acqua e sapone occorrono 60 secondi



- 1 Bagna bene le mani con l'acqua
- 2 Applca una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Friziona bene le mani palmo contro palmo
- 4 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
- 7 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 9 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 10 Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua con una salvietta monouso
- 12 Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

con la soluzione alcolica occorrono 30 secondi



- 1 Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 2 Friziona le mani palmo contro palmo
- 3 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 4 Friziona bene palmo contro palmo con le dita intrecciate
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 7 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 9 Una volta asciutte le tue mani sono pulite

