



PROTOCOLLO

**Per la ripresa delle attività di
allenamento della
Federazione Italiana Pallavolo**

Versione 2 valida dal 3 giugno 2020 al 14 giugno 2020



Indice

Premessa pag. 1

Gruppi di destinatari e obiettivi del protocollo pag. 3

Covid Manager pag. 4

Informazione degli Atleti e degli Staff pag. 4

Gestione Spazi Comuni pag. 5

Modalità ingresso negli impianti pag. 8

Accesso all'impianto pag.10

Precauzioni igieniche personali pag.12

Dispositivi di protezione individuale pag.13



Indice

Gestione Atleta Sintomatico pag.14

Modalità di Allenamento pag.15

Gestione delle Terapie Fisiche pag.24

Idoneità Sportiva - Accertamenti sanitari pag.25



Premessa

In ottemperanza del **DPCM del 17 maggio 2020** che in materia di sport all'art 1) punto 1) stabilisce:

d) **sono sospesi gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati.** Allo scopo di consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da **COVID-19**, le sessioni di allenamento degli atleti, professionisti e non professionisti, degli sport individuali e di squadra, sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse. I soli atleti, professionisti e non professionisti, riconosciuti di interesse nazionale dal **Comitato olimpico nazionale italiano (CONI)**, dal **Comitato Italiano Paralimpico (CIP)** e dalle rispettive **Federazioni**, in vista della loro partecipazione a competizioni di livello nazionale ed internazionale, possono spostarsi da una regione all'altra, previa convocazione della Federazione di appartenenza. A tal fine saranno emanate, previa validazione del Comitato tecnico-scientifico istituito presso il Dipartimento della protezione civile, apposite linee-guida a cura dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei ministri, su proposta del Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI) e del Comitato Italiano Paralimpico (CIP), sentita la **Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI)**, le Federazioni Sportive Nazionali, le **Discipline Sportive Associate e gli Enti di Promozione Sportiva**;

e) **l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere** svolte presso palestre, piscine, centri e circoli sportivi, pubblici e privati, ovvero presso altre strutture ove si svolgono attività dirette al benessere dell'individuo attraverso l'esercizio fisico, **sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a decorrere dal 25 maggio 2020.** A tali fini, saranno emanate linee guida a cura dell'Ufficio per lo Sport, sentita la FMSI, fatti salvi gli ulteriori indirizzi operativi emanati dalle regioni e dalle province autonome, ai sensi dell'art. 1, comma 14 del decreto-legge n. 33 del 2020. Le **Regioni** e le **Province Autonome** possono stabilire una diversa data anticipata o posticipata a condizione che abbiano preventivamente accertato la compatibilità dello svolgimento delle suddette attività con l'andamento della situazione epidemiologica nei propri territori e che individuino i protocolli o le linee guida applicabili idonei a prevenire o ridurre il rischio di contagio nel settore di riferimento o in settori analoghi; detti protocolli o linee guida sono adottati dalle regioni o dalla Conferenza delle regioni e delle province autonome nel rispetto dei principi contenuti nei protocolli o nelle linee guida nazionali;



f) per l'attuazione delle linee guida, di cui alle precedenti lettere d) ed e), ed in conformità ad esse, le Federazioni Sportive Nazionali, le Discipline Sportive Associate e gli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI e dal CIP, nonché le associazioni, le società, i centri e i circoli sportivi, comunque denominati, anche se non affiliati ad alcun organismo sportivo riconosciuto, adottano, per gli ambiti di rispettiva competenza e in osservanza della normativa in materia di previdenza e sicurezza sociale, appositi protocolli attuativi contenenti norme di dettaglio per tutelare la salute degli atleti, dei gestori degli impianti e di tutti coloro che, a qualunque titolo, frequentano i siti in cui si svolgono l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere;

Il giorno 20 maggio 2020 l'**Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri** ha emanato delle specifiche linee guida recanti "Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport idi squadra" e volto a consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto delle prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da Covid-19.

Il suddetto documento ha, inoltre, affidato alle singole Federazioni Sportive Nazionali, olimpiche e paralimpiche, il compito di definire "appositi Protocolli di dettaglio che tengano conto tanto delle indicazioni del documento emanato, quanto delle specificità delle singole discipline e delle indicazioni tecnico-organizzative per garantire il rispetto delle indicazioni di sicurezza da parte dei gestori degli impianti di propria competenza, o delle associazioni e/o di qualunque altro soggetto di rispettiva affiliazione".

Il presente protocollo emanato dalla Federazione Italiana Pallavolo ha come obiettivo, dunque, quello di descrivere le condizioni tecnico-organizzative e igieniche che devono essere rispettate per far riprendere **LE SESSIONI DI ALLENAMENTO DEGLI ATLETI DEL BEACH VOLLEY, PALLAVOLO E SITTING VOLLEY, AD OGGI CONSENTITE NEL RISPETTO DELLE NORME DI DISTANZIAMENTO SOCIALE, SENZA ALCUN ASSEMBRAMENTO E A PORTE CHIUSE**, all'interno delle rispettive Associazioni/società sportive o nei centri di allenamento federale, sempre nel rispetto delle prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da Covid-19.

Si specifica, infine, che il presente protocollo di protezione fa riferimento all'attuale quadro normativo e alle limitazioni in esso contenute e verrà, di volta in volta, aggiornato in relazione ai successivi provvedimenti che verranno adottati dai competenti organi governativi, dal CONI, dal CIP e dal Consiglio Federale della FIPAV.



Gruppi di Destinatari ed Obiettivi del Protocollo

Gruppi di destinatari

Il seguente protocollo è destinato a:

- **Associazioni/Società Sportive affiliate alla FIPAV;**
- **Centri di allenamento federale;**
- **Palestre o palazzetti dello sport in cui si allenano le associazioni/società;**
- **Figure tecniche e sanitarie per la pallavolo;**
- **Atleti**

Scopi del protocollo

Il protocollo persegue i seguenti scopi:

- **ripresa degli allenamenti di pallavolo, beach volley e sitting volley** nel rispetto dei principi fondamentali e delle norme igieniche generali e di distanziamento sociale emanate dalle autorità governative in relazione all'emergenza epidemiologica in atto.
- **consentire** agli allenatori degli atleti di riprendere a svolgere la loro attività.
- **definire** delle linee guida semplici e pragmatiche per le associazioni/società sportive e per i centri di allenamento federale di pallavolo.
- **garantire** la sicurezza di atleti e tecnici definendo regole chiare su ciò che è e non è consentito.

Responsabilità e solidarietà

La Federazione Italiana Pallavolo **confida** sul **senso di responsabilità di tutti i dirigenti** delle associazioni/società sportive, **degli allenatori e dei atleti o dei loro genitori** che dovranno attenersi scrupolosamente alle linee guida del presente protocollo nella consapevolezza che il comportamento di ciascuno condiziona la possibilità di ritornare a praticare il nostro sport.

La Federazione Italiana Pallavolo non si assume alcuna responsabilità per eventuali infezioni da **SARS-CoV-2** contratte durante gli allenamenti e raccomanda a tutte le persone appartenenti a categorie con maggior rischio correlate al contagio di non partecipare ancora agli allenamenti o di parteciparvi solo dopo aver consultato il proprio medico e, in ogni caso, di rispettare le direttive previste dagli specifici protocolli emanati dalle autorità governative.



COVID Manager

Viene istituita la figura del **COVID MANAGER**, il cui **compito** è quello di coordinare e verificare il rispetto delle disposizioni riportate nel presente protocollo finalizzate a prevenire la diffusione del contagio da COVID-19. La sua identificazione avviene sulla base di una delega fiduciaria del Presidente della società che rimane, comunque come di consuetudine, il responsabile in qualità di legale rappresentante.

Potrà essere identificato tra **gli operatori sportivi (dirigenti, tecnici, ecc.)** della società e non è da escludere che nella stessa società possano esserci più persone indicate dal Presidente per questo incarico (ad esempio il tecnico del singolo gruppo squadra); a titolo esemplificativo, e non esaustivo (vedi documento dell'Ufficio Sport presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri "Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli Sport di Squadra" - punto 12 "Indicazioni organizzative") si riportano una serie di attività di sua competenza:

1. *verifica della misurazione della temperatura all'ingresso;*
2. *verifica del corretto utilizzo dei DPI;*
3. *verifica delle procedure di accesso all'impianto;*
4. *verifica dell'organizzazione degli spogliatoi, nel pieno rispetto delle indicazioni normative di riferimento (pag. 15 - "linee guida per le attività economiche e produttive, sezione palestre" - Conferenze delle Regioni e Province autonome);*
5. *raccolta delle autocertificazioni;*
6. *redazione del registro delle presenze degli operatori sportivi (atleti, tecnici, dirigenti, ecc.) come previsto dal documento "modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra;*
7. *custodia del registro delle presenze degli operatori sportivi (atleti, tecnici, dirigenti, ecc.) per un periodo di tempo non inferiore a 15 gg.;*
8. *verifica della corretta esecuzione dell'attività di pulizia, disinfezione e sanificazione;*
9. *verifica del corretto svolgimento dell'attività di allenamento;*
10. *verifica della predisposizione del materiale informativo e relativi aggiornamenti;*
11. *attuazione delle procedure relative alla gestione dell'atleta sintomatico.*

Informazione degli Atleti e degli Staff

L'organizzazione sportiva, attraverso le modalità più idonee ed efficaci, **informa** tutti gli atleti e i componenti degli staff, e chiunque entri nel sito sportivo, relativamente alle **disposizioni** delle **Autorità** e della Federazione Italiana Pallavolo, consegnando e/o affiggendo all'ingresso e nei luoghi maggiormente visibili dei locali aziendali, appositi dépliant informativi.



In particolare, le informazioni riguardano:

- La **consapevolezza** e l'**accettazione** del fatto di non poter fare ingresso o di poter permanere nel sito sportivo e di doverlo dichiarare tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, temperatura, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, etc); **A TALE FINE GLI OPERATORI SPORTIVI DOVRANNO COMPILARE AL PRIMO ACCESSO, L'APPOSITA AUTODICHIARAZIONE COME DA MODELLO ALL'ALLEGATO "A" che avrà validità fino ad eventuale variazione delle situazioni autocertificate;**
- L'**obbligo** di rimanere al proprio domicilio in presenza di **febbre** (oltre 37.5°) o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio medico di famiglia oppure l'autorità sanitaria.
- L'**impegno** a rispettare tutte le disposizioni delle **Autorità** e del **Covid-Manager** nell'accedere al sito sportivo (in particolare, osservare le regole di igiene delle mani e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene).
- **Necessità** di mantenimento della distanza interpersonale di almeno un metro, elevata a due metri durante lo svolgimento dell'attività sportiva.
- **Modalità** attraverso cui poter usufruire dell'impianto.

Gestione Spazi Comuni

All'interno dell'impianto sono utilizzabili esclusivamente i seguenti "spazi comuni":

1. **campo di gioco;**
2. **servizi igienici (previa specifica successiva pulizia);**
3. **spogliatoi (ad accesso limitato e regolamentato);**
4. **Sala pesi (ad accesso limitato e regolamentato);**
5. **Infermeria (ad accesso limitato e regolamentato);**

Tutti gli altri spazi sono inibiti fino a diversa indicazione da parte delle autorità competenti.



In considerazione del potenziale rischio di contagio che inevitabilmente caratterizza ogni impianto sportivo, è necessario predisporre un piano specifico dedicato alle procedure e alla periodicità con cui effettuare pulizia, disinfezione e sanificazione delle aree comuni e delle attrezzature. Per "**PULIZIA**" si intende la detersione con acqua e detergente; con "**DISINFEZIONE**" invece la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti certificate; con "**SANIFICAZIONE**" si intende il complesso di procedimenti ed operazioni di pulizia e/o disinfezione e mantenimento della buona qualità dell'aria. E' opportuno che siano affissi documenti informativi nelle zone di accesso agli spazi comuni: uffici, zone dove viene svolta l'attività sportiva, spogliatoi, servizi igienici ecc. In particolare deve essere **affisso il regolamento** e il documento informativo sul protocollo di prevenzione del contagio da **COVID-19** in vigore nell'impianto.

- L'organizzazione sportiva **assicura la pulizia, la disinfezione e la sanificazione periodica di ogni locale di competenza e dei relativi arredi** (palestra, sala pesi, infermeria, sale mediche, spogliatoi, ambienti e aree comuni) e di ogni attrezzatura sportiva (palloni, materassini, pali della rete, pesi). La periodicità della pulizia, della disinfezione e della successiva sanificazione deve essere definita dalla organizzazione sportiva, e comunque deve essere effettuata dopo ogni seduta di allenamento. Particolare attenzione deve essere rivolta alle superfici più frequentemente oggetto di contatto (ad esempio, maniglie, superfici di servizi igienici e sanitari). Relativamente alla scelta dei prodotti e delle relative concentrazioni per la sanificazione (disinfettanti a base alcolica o prodotti a base di cloro) si rimanda alle indicazioni presenti sui siti istituzionali.
- In ambienti dove abbia soggiornato un soggetto successivamente riconosciuto come COVID positivo, i luoghi, le aree e le attrezzature potenzialmente contaminate dovranno essere sottoposti a pulizia completa e sanificazione secondo le disposizioni della **circolare n. 5443 del 22 febbraio 2020 del Ministero della Salute** nonché alla loro successiva ventilazione; va effettuata una specifica periodica aerazione dei locali chiusi (palestre, uffici, spogliatoi ecc.) ed una attenta revisione degli eventuali impianti di condizionamento e filtrazione dell'aria che vanno periodicamente controllati e correttamente **manutenuti**.



- Nelle **aree geografiche a maggiore endemia** o negli impianti sportivi in cui si sono registrati casi sospetti di COVID-19, in aggiunta alle normali attività di pulizia, è necessario prevedere, alla riapertura, una sanificazione straordinaria degli ambienti, delle postazioni di lavoro e delle aree comuni, ai sensi della richiamata **circolare 5443 del 22 febbraio 2020**.

GESTIONE SPOGLIATOI

- gli **spazi** negli spogliatoi andranno organizzati in modo da assicurare la distanza di sicurezza di almeno 1 metro prevedendo postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere, regolamentando l'accesso agli stessi;
- le **docce** potranno essere utilizzate una persona alla volta;
- sarà necessario garantire la **pulizia e disinfezione** dei locali durante lo svolgimento delle attività e a fine giornata.

GESTIONE SALA PESI ad uso esclusivo della società

- andranno regolamentati i **flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi e macchine**, anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza:
 - o di **almeno 1 metro** per le persone mentre non svolgono attività fisica,
 - o di **almeno 2 metri** durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa);
- dotare la sala pesi di **dispenser** con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani dei frequentatori in punti ben visibili, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani all'ingresso e in uscita;
- dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, le macchine e gli attrezzi utilizzati andranno puliti e disinfettati con apposite soluzioni certificate;
- gli **attrezzi** e le **macchine** che non possono essere disinfettate non devono essere usate.
- sarà necessario garantire la pulizia e disinfezione dei locali durante lo svolgimento delle attività e a fine giornata.
- Per quanto riguarda il **microclima**, è fondamentale verificare le caratteristiche di aerazione dei locali e degli impianti di ventilazione e la successiva messa in atto in condizioni di mantenimento di adeguati ricambi e qualità dell'aria indoor



Modalità di ingresso negli impianti sportivi e Gestione Entrate ed Uscite

- Gli operatori sportivi, prima dell'accesso al sito sportivo, dovranno essere **sottoposti al controllo della temperatura corporea**[1]; se tale temperatura risultasse superiore ai 37,5°C non sarà loro consentito l'accesso. I soggetti in tale condizione, nel rispetto delle indicazioni riportate in nota, saranno momentaneamente **isolati** e **forniti di mascherina**, qualora non ne fossero già dotati; non dovranno recarsi al Pronto Soccorso e/o nelle infermerie del sito sportivo, ma dovranno contattare nel più breve tempo possibile il proprio medico curante e seguire le sue indicazioni.
- La **riammissione** di operatori sportivi già risultati positivi all'infezione da COVID 19 dovrà essere preceduto da una preventiva comunicazione avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti la "**avvenuta guarigione**" rilasciata dal Dipartimento di Prevenzione territoriale di competenza; tale comunicazione andrà indirizzata direttamente al Presidente della organizzazione sportiva o indirettamente per il tramite del Medico sociale. **Per attività delle Squadre Nazionali la comunicazione andrà indirizzata al Medico Federale.**

[1] La rilevazione in tempo reale della temperatura corporea costituisce un trattamento di dati personali e, pertanto, deve avvenire ai sensi della disciplina privacy vigente. A tal fine si suggerisce di:

- 1) Rilevare a temperatura e non registrare il dato acquisto. È possibile identificare l'interessato e registrare il superamento della soglia di temperatura solo qualora sia necessario a documentare le ragioni che hanno impedito l'accesso al sito sportivo;

- 2) Fornire l'informativa sul trattamento dei dati personali. Si ricorda che l'informativa può omettere le informazioni di cui l'interessato è già in possesso e può essere fornita anche oralmente. Quanto ai contenuti dell'informativa, con riferimento alla finalità del trattamento potrà essere indicata la prevenzione dal contagio da COVID-19 e con riferimento alla base giuridica può essere indicata l'implementazione dei protocolli di sicurezza anti-contagio ai sensi del DPCM 26 aprile 2020 e con riferimento alla durata dell'eventuale conservazione dei dati si può far riferimento al termine dello stato d'emergenza;

- 3) Definire le misure di sicurezza e organizzative adeguate a proteggere i dati. In particolare, sotto il profilo organizzativo, occorre individuare i soggetti preposti al trattamento e fornire loro le istruzioni necessarie. A tal fine, si ricorda che i dati possono essere trattati esclusivamente per finalità di prevenzione dal contagio da COVID-19 e non devono essere diffusi o comunicati a terzi al di fuori delle specifiche previsioni normative (es. in caso di richiesta da parte dell'Autorità sanitaria per la ricostruzione della filiera degli eventuali "contatti stretti di un soggetto risultato positivo al COVID-19");
- 4) in caso di isolamento momentaneo dovuto al superamento della soglia di temperatura, assicurare modalità tali da garantire la riservatezza e la dignità del soggetto. Tali garanzie devono essere assicurate anche nel caso in cui il soggetto comunichi al COVID-manager di aver avuto, al di fuori del contesto aziendale, contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19 e nel caso di allontanamento del soggetto che durante l'allenamento sviluppi febbre e sintomi di infezione respiratoria e dei suoi colleghi.



- È vivamente raccomandato **giungere in palestra** indossando già la tenuta di allenamento, sarà comunque possibile recarsi negli spogliatoi in entrata e in uscita, che dovranno essere organizzati in modo da assicurare le distanze di sicurezza di **almeno 1 metro** prevedendo postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere, anche regolamentando l'accesso agli stessi[2]. L'utilizzo della doccia sarà consentito solo ad una persona alla volta.
- **L'accesso al sito sportivo** dovrà essere regolamentato evitando il rischio di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita, soprattutto nel caso in cui siano previsti allenamenti di più gruppi di atleti.
- Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di **15 minuti** e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di **pulizia, disinfezione e sanificazione**.
- **Uno o più dispenser** con gel disinfettante a base alcolica verranno posizionati all'ingresso e nei luoghi strategici di utilizzo.
- Gli spazi negli spogliatoi andranno organizzati in modo da assicurare la distanza di sicurezza di **almeno 1 metro** prevedendo postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere, regolamentando l'accesso agli stessi;
- **Le docce** potranno essere utilizzate una persona alla volta;
- Sarà necessario garantire la pulizia e disinfezione dei locali durante lo svolgimento delle attività e a fine giornata.
- Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento – pulizia - disinfezione – sanificazione della palestra devono entrare nel sito sportivo **al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento** e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.

[2] Linee guida per la riapertura delle Attività Economiche e Produttive – pagina 15 redatte dalla Conferenza delle Regioni e Province autonome;



Accesso all'Impianto

All'interno dell'impianto, per le sedute di allenamento, potranno essere ammessi i seguenti operatori sportivi:

Beach Volley:

Per il Beach Volley si deve distinguere il singolo campo dall'impianto generale, che può avere anche più campi.

Nell'impianto:

- **Il COVID Manager**
- **Il Fisioterapista**
- **Il Medico Sociale**
- **Il Custode dell'impianto**

Nel singolo campo:

- **Atleti** in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.
- **Due tecnici per max 8 atleti presenti** (rapporto 1 a 4 e comunque max 4 atleti per ogni metà campo)
- **Il Preparatore Fisico**

Si ricorda che in impianti con più campi è necessario regolamentare il flusso in entrata ed in uscita dal singolo campo evitando assembramenti, oltre che garantire un numero adeguato di servizi igienici di pertinenza di ciascun campo.

Pallavolo:

- **Il COVID Manager**
- **ATLETI** in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.
- **Due Tecnici per max 14 atleti presenti (rapporto 1 a 7)**
- **Il Preparatore Fisico**
- **Il Fisioterapista**
- **Il Medico Sociale**
- **Il Custode dell'Impianto**



Sitting Volley:

- Il **COVID Manager**
- **Atleti** in possesso della certificazione di idoneità agonista (DM 18/02/82) in corso di validità.
- **Tre tecnici per max 14 atleti (tutti disabili) presenti (rapporto 1 a 7) - Squadre Nazionali**
- Il **Preparatore Fisico**
- **Due tecnici per max 12 atleti (se presenti anche normodotati) presenti (rapporto 1 a 6)**
- Il **Fisioterapista**
- Il **Medico Sociale**
- Il **Custode dell'impianto**

Non è ammessa la presenza di personale **non direttamente coinvolto** nell'attività sportiva;

Laddove fosse strettamente necessaria l'ammissione di alcune persone (ad esempio addetti al campo, manutentori, etc), le stesse si dovranno attenere scrupolosamente alle **indicazioni relative alle modalità di accesso** degli operatori sportivi.

Visitatori e accompagnatori non possono essere ammessi all'interno dell'impianto.

Richiedere agli **operatori sportivi**, per quanto possibile l'utilizzo, di mezzi di trasporto privati e singoli, sia per accedere al sito sportivo, sia per gli spostamenti in ambito privato.

Da ridurre quanto più possibile l'utilizzo di macchine comuni e soprattutto di mezzi pubblici (in tale caso risulta necessario rispettare scrupolosamente le norme comportamentali previste).



Precauzioni Igieniche Personali

- **Lavarsi frequentemente le mani;**
- **Indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti, in base al carico metabolico e in base alla indossabilità del dispositivo stesso;**
- **Mantenere la distanza interpersonale;**
- **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 rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;**
- **Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;**
- **Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;**
- **Non consumare cibo all'interno dell'impianto.**
- **Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.**
- **Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia nei servizi igienici.**
- **Pulire e disinfettare frequentemente il pallone e l'attrezzatura utilizzata, con particolare riguardo al tappeto di gioco.**



Dispositivi di Protezione Individuale

- **ATLETI:** gli atleti devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una **mascherina di tipo chirurgico**. La mascherina dovrà essere indossata anche durante l'allenamento qualora non fosse possibile rispettare la distanza di sicurezza di **almeno 2 metri** come sancito dal **DPCM del 17/05/20** in tutte le fasi della seduta. In caso di attività in **Sala Pesì**, questa dovrà essere svolta sempre indossando guanti monouso, e la postazione dovrà essere sempre pulita e disinfettata al termine del singolo utilizzo.
- **STAFF:** i componenti dello Staff devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e con guanti monouso. La mascherina e i guanti dovranno essere tenuti per tutta la durata dell'allenamento ed i guanti sostituiti in caso di interazione con attrezzatura di atleti diversi. Fondamentale il mantenimento della distanza interpersonale prevista.
- **EVENTUALI ALTRE PERSONE:** è obbligatorio l'uso della mascherina chirurgica e dei guanti monouso, per tutto il periodo di permanenza presso l'impianto, e il rispetto delle distanze sopra definite.

Tutti i dispositivi di sicurezza sopra menzionati, andranno smaltiti in maniera adeguata. Va quindi organizzato un sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine, guanti ecc.).

Gestione Atleta Sintomatico

- Durante lo svolgimento degli allenamenti chiunque manifesti sintomi - non evidenziati all'atto dell'ingresso nell'impianto - **come febbre > di 37.5**, tosse, sintomi respiratori anche apparentemente banali, disturbi gastro-intestinali, cefalea, astenia, disturbi dell'olfatto o del gusto, dovrà essere immediatamente isolato attivando le procedure di identificazione della problematica. Dovrà contattare nel più breve tempo possibile il proprio medico curante e seguire i protocolli previsti dalla sanità pubblica.
- *Il COVID Manager si occuperà di individuare nella struttura un luogo dedicato all'isolamento di coloro che dovessero presentare sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive e mettere in atto tutte le procedure per garantire un rapido intervento sanitario.*
- Dovrà essere fornita, da parte del COVID Manager, **la massima collaborazione alla rete sanitaria** che si attiverà nel caso in cui il soggetto che manifestava sintomatologie sospette risulti effettivamente positivo al Virus. Sarà cura dell'ASL/Rete sanitaria contattare eventuali pazienti che dovranno sottoporsi ad isolamento fiduciario e non dovranno essere avviate attività in autonomia che vadano contro i diritti fondamentali delle persone (privacy, sicurezza, ecc...)



Modalità di Allenamento

(Pagina in costante aggiornamento in parallelo con l'evoluzione epidemica)
Indicazioni valide dal 3 giugno 2020 al 14 giugno 2020

Questa pagina del protocollo, che si riferisce alle possibili modalità di allenamento sarà in costante aggiornamento in parallelo con l'evoluzione epidemica e sulla base delle indicazioni governative emanate, ed è riferibile a tutte le discipline della Federazione Italiana Pallavolo:

1. **BEACH VOLLEY**
2. **PALLAVOLO**
3. **SITTING VOLLEY**

BEACH VOLLEY:

Quale attività si potranno fare ?

1. Tutte le forme di preparazione fisica in presenza:

- a. nelle sale pesi ad uso esclusivo, nel rispetto delle regole di accesso limitato, uso dei DPI (mascherina e guanti monouso), distanza di sicurezza di almeno 2 metri, pulizia e disinfezione degli attrezzi al termine di ogni esercizio e tra una sessione e un'altra di allenamento,
- b. nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti,
- c. individualmente, nella propria residenza, da remoto.

2. Tutte le forme individuali di allenamento tecnico individuale;

3. Qualsiasi esercitazione o gioco guidato in cui sia rispettata la distanza di sicurezza di almeno 2 metri; è consentito anche il 2vs2 non prevedendo "attacco contro muro" o "la ricezione in zone di conflitto", salvo che non venga indossata la mascherina.



Come svolgere l'attività?

1. MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA: come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo;

2. SOLO PER GLI ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE: RACCOMANDATO il ricorso a TEST SIEROLOGICI preventivi allo svolgimento dell'attività, pur non rappresentando questi stessi una certificazione di immunità (come previsto dalle attuali indicazioni scientifiche); nello svolgimento di tale attività preventiva, dovranno essere seguiti gli iter protocollari previsti dal sistema sanitario nazionale;

3. UTILIZZO DELLA MASCHERINA qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare **il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina** mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.

4. DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO: è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i **palloni disinfettati** pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

5. RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.

6. RACCOMANDATO L'uso del cappellino o di fasce assorbi-sudore;

7. RACCOMANDATO l'uso degli occhiali;

8. RACCOMANDATA, laddove possibile, la presenza sul campo di un "**punto acqua**" che consenta agli atleti la frequente pulizia del viso e del corpo (sabbia, sudore, ecc.);

9. Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di **15 minuti** e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia e disinfezione.

10. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento - pulizia - disinfezione del campo di gioco **devono entrare al massimo 5 minuti prima** dell'orario di inizio dell'allenamento e devono uscire dallo stesso entro 5 Minuti del termine dello stesso.



PALLAVOLO

Alto livello (serie A e squadre Nazionali), Campionati Nazionali (Serie B) e Under 19

Quali attività si potranno fare?

1. Tutte le forme di preparazione fisica in presenza:

- a. nelle sale pesi ad uso esclusivo, nel rispetto delle regole di accesso limitato, uso dei DPI (mascherina e guanti monouso), distanza di sicurezza di almeno 2 metri, pulizia e disinfezione degli attrezzi al termine di ogni esercizio e tra una sessione e un'altra di allenamento,
- b. nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti,
- c. sul campo di gioco mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri;
- d. individualmente, nella propria residenza, da remoto.

2. Tutte le forme di allenamento tecnico individuale;

3. Tutte le forme di allenamento in gruppi, esercizi sintetici e tutte le forme di gioco 6 vs 6 purché ci sia il rispetto imprescindibile delle regole 3, 4, 5 sotto riportate.

Come svolgere l'attività?

1. MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA: come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo;

2. RACCOMANDATO il ricorso a TEST SIEROLOGICI preventivi allo svolgimento dell'attività, pur non rappresentando questi stessi una certificazione di immunità (come previsto dalle attuali indicazioni scientifiche); nello svolgimento di tale attività preventiva, dovranno essere seguiti gli iter protocollari previsti dal sistema sanitario nazionale;

3. UTILIZZO DELLA MASCHERINA qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.



4. **DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO:** è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i **palloni disinfettati** pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

5. **RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate,** al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.

6. **Utilizzo SCARPE dedicate** (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita)

7. **Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti** e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione.

8. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento - pulizia - disinfezione - sanificazione del campo di gioco **devono entrare al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento** e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.

Campionati di Serie (Regionali e Territoriali) - Campionati di Categoria fino all'under 17 (compresa) - Attività Promozionale

Quali attività si possono fare?

In considerazione che l'attività di queste categorie riprenderà presumibilmente non prima della fine di agosto/inizio di settembre, nel periodo indicato in questo protocollo (**3 - 14 giugno 2020**), sarà possibile svolgere le seguenti attività in rispetto del regole sotto riportate:

1. **Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.**

2. **È raccomandato, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti.**

3. **Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.**



4. Tutte le forme di **allenamento tecnico individuale con esercizi ANALITICI** garantendo il rispetto delle regole 2, 3 e 4 sotto riportate;

5. Tutte le forme di **esercizi in coppie o terne** garantendo il rispetto delle regole 2, 3 e 4 sotto riportate;

6. Tutte le forme di **esercizi SINTETICI**, dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti (interventi situazionali in difesa, ricezione, il muro solo individuale, ecc.): è possibile il passaggio della palla tra gli atleti rispettando le regole 2, 3 e 4 sotto riportate.

7. La Preparazione Fisica:

- Nelle **sale pesi pubbliche** in rispetto dei loro regolamenti previsti;
- Sul **campo di gioco** mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri;
- **individualmente**, nella propria residenza, da remoto.

Come svolgere l'attività?

1. **MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA:** come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo";

2. **UTILIZZO DELLA MASCHERINA** qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare **il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina** mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.



3. DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO: è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i **palloni disinfettati** pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

4. RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO.

5. Utilizzo **SCARPE dedicate** (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).

6. Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere **non meno di 15 minuti** e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione.

7. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento - pulizia - disinfezione - sanificazione del campo di gioco devono entrare **al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento** e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.



SITTING VOLLEY

Quale attività si potranno fare?

1. Tutte le forme di preparazione fisica in presenza:

- a. nelle sale pesi ad uso esclusivo, nel rispetto delle regole di accesso limitato, uso dei DPI (mascherina e guanti monouso), distanza di sicurezza di almeno 2 metri, pulizia e disinfezione degli attrezzi al termine di ogni esercizio e tra una sessione e un'altra di allenamento,
- b. nelle sale pesi pubbliche in rispetto dei loro regolamenti previsti,
- c. sul campo di gioco mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 2 metri
- d. individualmente, nella propria residenza, da remoto.

2. Tutte le forme di allenamento tecnico individuale;

3. Tutte le forme di allenamento in gruppi, esercizi sintetici e tutte le forme di gioco dal 2vs2 al 4vs4 (2 in prima linea e 2 in seconda linea) purché ci sia il rispetto imprescindibile delle regole 3, 4, 5 sotto riportate.

Come svolgere l'attività?

1. MISURAZIONE DELLA TEMPERATURA IN ENTRATA: come previsto al punto 1 del capitolo "Modalità di ingresso negli impianti sportivi e gestione entrate e uscite del presente protocollo;

2. SOLO PER GLI ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE RACCOMANDATO il ricorso a TEST SIEROLOGICI preventivi allo svolgimento dell'attività, pur non rappresentando questi stessi una certificazione di immunità (come previsto dalle attuali indicazioni scientifiche); nello svolgimento di tale attività preventiva, dovranno essere seguiti gli iter protocollari previsti dal sistema sanitario nazionale;

3. UTILIZZO DELLA MASCHERINA qualora non si possa garantire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri; in caso di utilizzo della mascherina si raccomanda di aumentare il numero di brevi pause recupero/respirazione senza mascherina mantenendo sempre la necessaria distanza di sicurezza di almeno 2 metri.



4. DISINFEZIONE DEI PALLONI AL TERMINE DI OGNI ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO: è raccomandato l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i **palloni disinfettati** pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà anche durante lo svolgimento del gioco a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco.

5. RACCOMANDATA la frequente pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni ESERCIZIO/SCAMBIO/AZIONE DI GIOCO;

6. Utilizzo **SCARPE dedicate** (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).

7. Tra **una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti** e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione.

8. Tutti coloro che non sono coinvolti nell'allestimento - pulizia - disinfezione - sanificazione del campo di gioco **devono entrare al massimo 5 minuti prima dell'orario di inizio dell'allenamento** e devono uscire dallo stesso entro 5 minuti del termine dello stesso.



SONO ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE

INDOOR e SITTING VOLLEY (Regolamento Squadre Nazionali)

Art. 1 - Definizioni di Atleta Azzurro e Atleta d'Interesse Nazionale 1.1
Acquisiscono la qualifica di "Azzurri" gli Atleti chiamati a comporre le Squadre Nazionali che prendono parte - sotto l'egida della F.I.P.A.V.- ad incontri internazionali ufficiali tra Squadre Nazionali o a Manifestazioni internazionali indette dal C.I.O., dal C.O.N.I., dalla F.I.P.A.V. e dagli Organismi internazionali da essa riconosciuti.

1.2 Acquisiscono la qualifica di "Atleta d'Interesse Nazionale" gli Atleti che risultano trovarsi anche in una sola delle seguenti condizioni:

- a) Convocato in manifestazioni olimpiche, mondiali o europee a livello di categoria Juniores o Pre-Juniores;
- b) Convocato in collegiali di preparazione a manifestazioni internazionali.

Le qualifiche di "Azzurri" e di "Atleti d'interesse Nazionale" permangono fino al termine della stagione agonistica successiva a quella nella quale sono state acquisite, salvo interruzione del tesseramento federale e/o dichiarazione di ritiro dall'attività nazionale.

BEACH VOLLEY

Acquisiscono la qualifica di "Atleta d'Interesse Nazionale" gli Atleti delle Squadre Nazionali e a quelli che sono nei primi 100 del ranking FIVB.

Gestione delle Terapie Fisiche

In questa fase in cui la **pandemia** è ancora molto presente e fino a nuove prove epidemiologiche che dimostreranno un forte rallentamento della virulenza e diffusione del virus, per quanto riguarda la figura del fisioterapista e delle terapie fisioterapiche si deve stabilire:

- a) Il **fisioterapista** non potrà essere presente nel campo di allenamento ma deve rimanere al di fuori, con i dispositivi di protezione individuale e con la dotazione di primo intervento (ghiaccio, tape, cerotti, ecc.).
- b) In caso di necessità, tipo **infortunio** che avviene sul campo di allenamento, il fisioterapista può intervenire per **le misure di primo soccorso** (tipo tape, ghiaccio, fasciature ecc), essendo sempre munito di guanti, mascherina chirurgica, e possibilmente visiera o occhiali protettivi. In questo caso, si raccomanda fortemente che gli altri atleti e tecnici, siano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Nel caso in cui l'atleta non possa tornare ad allenarsi, deve essere trasportato in una sala, o in mancanza, in uno spazio adibito al primo soccorso, accompagnato da un **tecnico** (sempre dotato di mascherina chirurgica e guanti) e dal fisioterapista. Da questo momento, l'atleta infortunato, deve indossare la mascherina chirurgica. In questo spazio l'atleta deve essere monitorato e controllato dal sanitario, in modo da predisporre, in caso di dubbi, un intervento medico e/o strumentale tipo RX, ecografia, ecc.
- c) Le **metodiche fisioterapiche strumentali**, devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere effettuata alla fine di ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato.
- d) Il terapeuta **deve essere sempre munito** di mascherina, guanti e possibilmente visiera o occhiali protettivi. Alla fine di ogni trattamento, sia i guanti e la mascherina, devono essere cambiati, mentre per quanto riguarda la visiera o occhiali, devono essere sanificati.
- e) I **lenzuolini copri-lettino**, devono essere usa e getta e il lettino, una volta tolta la carta, deve essere sanificato.
- f) Il locale adibito deve essere dotato di **impianto di aereazione** per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro, al fine di effettuare la massima ventilazione possibile e per sanificare i macchinari e il lettino, deve passare un tempo di almeno 15 minuti.
- g) In caso di **indicazione massoterapica**, questa deve essere eseguita, sempre con la dotazione vista in precedenza, compresi i guanti in lattice.
- h) Gli **atleti** che devono effettuare **terapie masso-fisioterapiche**, devono avere guanti e mascherina chirurgica.
- i) Il **materiale di consumo**, deve essere gettato negli appositi contenitori.



Idoneità Sportiva - Accertamenti Sanitari

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.

Seguendo le raccomandazioni della Federazione Medico Sportiva, riportate nel documento dell'Ufficio Sport presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri **“Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport idi squadra”** allegato 4 **“Protocolli per le organizzazioni sportive”**, si ritiene opportuno elaborare, sia un

protocollo di screening ad hoc, da effettuarsi prima della ripartenza in chiave di prevenzione, sia i test per il monitoraggio costante delle condizioni degli atleti, nonché indicazioni generali per la sicurezza degli ambienti sportivi, ivi comprese raccomandazioni specifiche nei casi di atleti risultati positivi al virus, passibili di aggiornamenti, alla luce delle evidenze scientifiche e tecnologiche internazionali costantemente monitorate anche dalla stessa FMSI.

