

Data aggiornamento 22/05/2020



Buon allenamento!

di Cinzia Borgiani

**APERTURA
PALESTRE E PISCINE
25/05/2020**

Con DPGR Marche n.158 del 20/05/2020 (dopo il via libera del Governo), dal 25 maggio è consentita l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere presso palestre e piscine

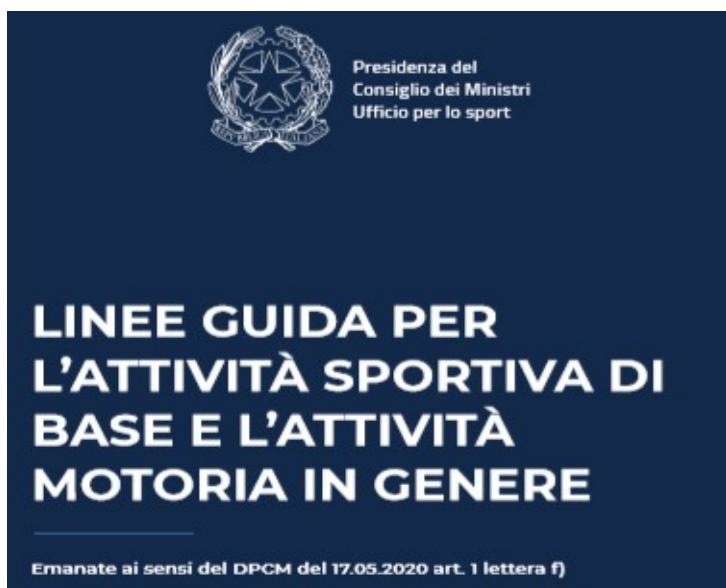
Le regole da rispettare si basano sempre sul divieto di assembramento, igiene personale e distanziamento sociale, ma con delle prescrizioni più rigide, eccone alcune:

- **Durante l'attività fisica la distanza deve essere adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt**
- **Sanificare ad ogni cambio turno**
- **Arrivare nel sito già vestiti adeguatamente alla attività che andrà a svolgersi , laddove possibile**
- **Disinfettare i propri effetti personali e non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi, ecc..)**
- **Vietato lo scambio di dispositivi e di attrezzi sportivi**
- **Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini**
- **Non toccare oggetti e segnaletica fissa**

Le linee guida di riferimento sono quelle emanate dall'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, ma possono essere declinate per le singole discipline sportive dalle rispettive Federazioni nazionali, dalle Discipline sportive associate e dagli Enti di promozione sportiva, riconosciuti dal CONI e dal CIP, tramite appositi protocolli applicativi.

Ecco le linee guida di riferimento:

Linee-Guida emanate da ll'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri di cui all'art. 1 comma 1 lettera f) del DPCM 17 maggio 2020,



Con lo stesso decreto n.158 sono consentite **le sessioni di allenamento degli atleti, professionisti e non professionisti, degli sport individuali e di squadra**, sempre nel rispetto delle Linee guida specifiche , che trovate al seguente link:

<http://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/lo-sport-riparte>

Le linee guida sono state redatte tenendo conto del Rapporto del CONI e CIP:

“Lo sport riparte in sicurezza”

trasmesso dal CONI e dal CIP al Ministro per le politiche giovanili e lo Sport in data 26 aprile 2020, redatto con la collaborazione del Politecnico di Torino, sentita la Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI), le Federazioni Sportive Nazionali, le Discipline Sportive Associate e gli Enti di Promozione Sportiva
<http://www.sport.governo.it/media/2130/rapporto-lo-sport-riparte-in-sicurezza.pdf>

