



# MODALITÀ DI INGRESSO ALLO STADIO DEL RUGBY DI MODENA

*COMPORAMENTI e MODALITA' di allenamento adottati per il contrasto e  
il contenimento della diffusione del virus Covid-19.*

## 1. PREMESSA

In seguito all'approvazione da parte della FIR del protocollo relativo alla nostra disciplina sportiva, il consiglio del Modena Rugby 1965 ha ritenuto possibile la ripresa degli allenamenti delle proprie squadre.

Il protocollo persegue i seguenti scopi:

- riprendere gli allenamenti di rugby, 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.
- garantire la sicurezza di atleti e educatori/tecnici definendo regole chiare sul comportamento da adottare all'interno dell'impianto sportivo.

Il Modena Rugby 1965 confida sul senso di responsabilità di tutti i tesserati e dei loro tutori 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.

Questo documento ha lo scopo di illustrare le procedure, i contenuti e le modalità operative al fine di riprendere le attività di allenamento delle nostre categorie in "SICUREZZA".

## 2. TEMPI DI INIZIO DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA 2020/2021

L'inizio degli allenamenti è prevista per i giorni:

- 24 agosto 2020 **Seniores**.
- 25 agosto 2020 **Under 18**.
- 31 agosto 2020 **minirugby U6/U8/10/12**.
- 1 settembre 2020 **Under 16**.
- 2 settembre 2020 **Under 14**.

Lunedì					Martedì					Mercoledì					Giovedì					Venerdì				
17:15-17:30					17:15-17:30					17:15-17:30					17:15-17:30					17:15-17:30				
17:30-17:45					17:30-17:45					17:30-17:45					17:30-17:45					17:30-17:45				
17:45-18:00					17:45-18:00					17:45-18:00					17:45-18:00					17:45-18:00				
18:00-18:15	U14	U12	U10	U8	18:00-18:15					18:00-18:15	U14	U12			18:00-18:15	U12	U10	U8	U6	18:00-18:15	U14			
18:15-18:30					18:15-18:30					18:15-18:30					18:15-18:30					18:15-18:30				
18:30-18:45					18:30-18:45					18:30-18:45					18:30-18:45					18:30-18:45				
18:45-19:00					18:45-19:00					18:45-19:00					18:45-19:00					18:45-19:00				
19:00-19:15					19:00-19:15	U16	U18			19:00-19:15					19:00-19:15	U16				19:00-19:15	U16	U18		
19:15-19:30					19:15-19:30					19:15-19:30	U18				19:15-19:30					19:15-19:30				
19:30-19:45					19:30-19:45					19:30-19:45					19:30-19:45					19:30-19:45				
19:45-20:00					19:45-20:00					19:45-20:00					19:45-20:00					19:45-20:00				
20:00-20:15					20:00-20:15					20:00-20:15					20:00-20:15					20:00-20:15				
20:15-20:30					20:15-20:30					20:15-20:30					20:15-20:30					20:15-20:30				
20:30-20:45					20:30-20:45					20:30-20:45					20:30-20:45					20:30-20:45				
20:45-21:00	Old Touch				20:45-21:00					20:45-21:00					20:45-21:00	Old Touch				20:45-21:00				
21:00-21:15					21:00-21:15					21:00-21:15					21:00-21:15					21:00-21:15				
21:15-21:30					21:15-21:30					21:15-21:30					21:15-21:30					21:15-21:30				
21:30-21:45					21:30-21:45					21:30-21:45					21:30-21:45					21:30-21:45				
21:45-22:00					21:45-22:00					21:45-22:00					21:45-22:00					21:45-22:00				
22:00-22:15					22:00-22:15					22:00-22:15					22:00-22:15					22:00-22:15				
22:30	Chiusura impianto				22:30	Chiusura impianto				22:30	Chiusura impianto				22:30	Chiusura impianto				22:30	Chiusura impianto			

## 3. PROCEDURE

### 3.1. L'ACCESSO ALL'IMPIANTO É PRECLUSO A COLORO CHE:

- 3.1.1. Manifestano sintomi da infezione respiratorie (tosse) e febbre (superiore a 37.5°C);
- 3.1.2. Nei 14 giorni precedenti, hanno avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19;
- 3.1.3. Non hanno consegnato il "Modulo di autodichiarazione COVID-19" (VEDI ALLEGATO);
- 3.1.4. Non risultano in regola con specifica certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) (**libretto verde per tutti i giocatori al disotto del 12° anno d'età**) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità;
- 3.1.5. Sono sprovvisti di dispositivi personali di sicurezza (mascherina);
- 3.1.6. Non risultano tesserati;

### 3.2. MODALITÀ DI INGRESSO ALL'IMPIANTO

- 3.2.1. **L'accesso** all'impianto avverrà esclusivamente dal **cancello scorrevole** di fianco all'infermeria.
- 3.2.2. **L'uscita** dall'impianto avverrà esclusivamente tramite il **cancello verde tra campo 3 e 4**.

- 3.2.3. **Si chiede a tutti i tesserati di arrivare con un anticipo di 15 minuti rispetto all'orario d'inizio allenamento e non oltre l'inizio dello stesso per espletare tutte le procedure previste. E' vietato l'accesso a chiunque si presenti al di fuori delle fasce orarie indicate.**
- 3.2.4. É richiesto a tutti, per quanto possibile, l'utilizzo di mezzi di trasporto privati, sia per accedere al sito sportivo, sia per gli spostamenti in ambito privato. Si chiede di 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);
- 3.2.5. Gli atleti e lo staff della società che opera sui campi dovranno accedere all'impianto con già indosso gli indumenti per svolgere l'attività, dato che non sarà possibile l'utilizzo degli spogliatoi;
- 3.2.6. Ogni atleta dovrà avere con sé **la mascherine**, da indossare a casa e togliere nel campo d'allenamento.
- 3.2.7. E' consentito portare con se uno zainetto contenete una bottiglia o borraccia con l'acqua o materiale richiesto dall'educatore/tecnico;
- 3.2.8. Si accede al "TRIAGE":
1. Dopo aver igienizzato le mani, presso i punti adibiti, con gel igienizzante messo a disposizione della società.
  2. Con la mascherina indossata e rispettando la distanza di sicurezza di almeno 1 metro. Si attende la misurazione della temperatura corporea (solo rilevazione, senza registrare alcun dato) da parte dell'operatore;
- 3.2.9. Ci si avvia immediatamente al campo d'allenamento assegnato rispettando il percorso stabilito, appositamente segnalato.
- 3.2.10. All'interno del campo d'allenamento, l'atleta dovrà:
1. Togliere la mascherina;
  2. Posizionare nello spazio a lui assegnato il proprio zainetto e attendere le indicazioni dell'educatore per lo svolgimento della seduta d'allenamento;
  3. Tenere un comportamento adeguato e collaborativo;
- 3.2.11. Alla fine dell'allenamento gli atleti dovranno:
1. Indossare la "nuova" mascherina;
  2. Riprendere il proprio zaino e le proprie cose;
  3. Igienizzare le mani presso i punti adibiti;
  4. **Uscire dall'impianto in maniera ordinata evitando assembramenti nelle zone comuni e mantenendo sempre la distanza interpersonale non inferiore a 1 metro;**
  5. **Lasciare l'impianto e le zone ad esso adiacenti entro 10 minuti dal termine dell'attività.**

*Gli atleti delle categorie under 6, under 8, under 10 e under 12 saranno seguiti e guidati durante tutto il percorso di entrata e uscita da un educatore o dal personale messo a disposizione della società.*

## 4. IDONEITÀ SPORTIVA E ACCERTAMENTI SANITARI PER IL RITORNO ALL'ATTIVITA' IN SICUREZZA

Di seguito si riporta il protocollo per le visite mediche di idoneità sportiva realizzato dalla Federazione Medico Sportiva Italiana per le attività sportive di Base.

Per GRUPPO SQUADRA si intendono tutti coloro che nella fase di ripresa dovranno necessariamente operare e opereranno a stretto contatto tra di loro: gli atleti, gli allenatori, i preparatori, i fisioterapisti, altri componenti dello staff, etc. e, naturalmente, Medico/i.

In questa fase, il GRUPPO dovrà essere ragionevolmente limitato nel numero alle persone considerate indispensabili ad assicurare una ripresa degli allenamenti collettivi nella massima sicurezza ed efficacia.

Tutto ciò allo scopo di "creare un GRUPPO medicalmente coerente con le indicazioni già fornite dal CTS in merito alle misure per il contenimento epidemico".

Tutti i componenti del GRUPPO SQUADRA dovranno sottoscrivere un'autodichiarazione (IN ALLEGATO) attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza. rilasciare una dichiarazione che testimoni che il dichiarante sia privo di sintomi da Covid-19 e non sia o non sia stato affetto da Covid-19 o a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni. Tale dichiarazione, inoltre, dovrà confermare che il dichiarante non è sottoposto a regime di quarantena o isolamento. La suddetta certificazione rappresenta un trattamento di dati personali e pertanto dovrà essere accompagnata da idonea informativa ai sensi dell'art. 13 GDPR 679/2016.

Chiunque presenti febbre superiore a 37,5 o sintomi da Covid-19 non potrà fare accesso all'interno del centro sportivo e dovrà contattare immediatamente il proprio medico curante e il medico della società e comunicarlo ai dirigenti della propria società.

### 4.1. ATLETI

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità. **(libretto verde per tutti i giocatori al disotto del 12° anno d'età)**

Gli atleti vengono divisi in due gruppi in base all'autodichiarazione attestante la presenza, ovvero l'assenza, di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza:

1. Atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.
2. Atleti COVID- e atleti asintomatici nel periodo della pandemia.

Gli atleti Covid+ devono ripetere la visita di idoneità eseguendo lo stesso screening previsto per gli Atleti Professionisti COVID+ e sintomatici:

- Test da sforzo massimale con valutazione polmonare (test cardio polmonare) e saturazione O<sub>2</sub> a riposo, durante e dopo sforzo.
- Ecocardiogramma color doppler

- ECG Holter 24hr. Inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo
- Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV)
- Esami ematochimici\*\*
- Radiologia polmonare: TAC per COVID+: consigliabile e a giudizio del medico responsabile sanitario.
- Nulla osta infettivologico alla ripresa (per gli atleti COVID +)

Gli atleti Covid+ dovranno inoltre osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 giorni, prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico sociale o, in assenza, del Medico di Medicina Generale. Il Medico potrà, a suo giudizio, ampliare test ed esami.

Per gli atleti Covid- la certificazione di idoneità sportiva è valida fino alla naturale scadenza.

## 4.2. STAFF SOCIETARIO

Vengono divisi in due gruppi in base all'autodichiarazione attestante la presenza, ovvero l'assenza, di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza:

1. COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.
2. COVID- e asintomatici nel periodo della pandemia.

Gli appartenenti al gruppo 1 COVID+ dovranno sottoporsi a Test per IgG/IgM/ [IgA]^^ (con prelievo venoso).

Se positivi dovranno sottoporsi a ricerca RNA virale (Tampone).

I soggetti RNA positivi sono infetti e seguiranno le normali procedure di COVID+ previsti dalle Autorità competenti.

## 5. CRITICITÀ

### 5.1. GESTIONE DI UNA PERSONA SINTOMATICA ALL'INTERNO DELL'IMPIANTO

Per trattare ed isolare eventuali casi d'insorgenza di sintomi da infezione respiratoria (tosse) e febbre (superiore ai 37,5°C) successivamente all'ingresso nell'impianto, il tesserato sarà isolato in un ambiente apposito ("SPOGLIATOIO N°4" - vedi mappa). Successivamente, si procederà – in base alle disposizioni dell'autorità sanitaria – all'isolamento dei collaboratori e eventuali altre persone venute a stretto contatto con il medesimo tesserato all'interno dell'impianto. A tal fine, la società avviserà immediatamente le autorità sanitarie competenti e i numeri di emergenza attivati per il COVID-19 forniti dalla Regione e/o dal Ministero della Salute.

### 5.2. CASI DI INFORTUNIO DURANTE L'ATTIVITÀ

- 5.3. **Nel caso in cui un atleta subisse un infortunio sul campo di allenamento,** un membro dello staff può intervenire per le misure di primo soccorso (ghiaccio, fasciature ecc.), munito di guanti, mascherina chirurgica, e visiera o occhiali protettivi. In questo caso, si raccomanda che gli altri atleti e gli altri membri dello staff, rimangano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Alla fine di ogni trattamento, coloro che hanno prestato soccorso e che sono entrati a contatto con l'infortunato, hanno l'obbligo di sostituire guanti e mascherina e di sanificare visiera o occhiali.

- 5.4. **Nel caso in cui l'atleta non possa tornare ad allenarsi**, sarà trasportato in infermeria, accompagnato da un membro dello staff (dotato di mascherina chirurgica e guanti) o dal fisioterapista, ove fosse presente. Da questo momento, l'atleta infortunato, dovrà indossare la mascherina chirurgica e, chi lo assiste anche visiera o occhiali. In questo spazio l'atleta deve essere monitorato e controllato, in modo da predisporre, in caso di dubbio, un intervento medico. Anche in questo caso, alla fine di ogni trattamento, coloro che hanno prestato soccorso e che sono entrati a contatto con l'infortunato, hanno l'obbligo di sostituire guanti e mascherina e di sanificare visiera o occhiali. Nel caso l'atleta fosse minorenne saranno avvisati immediatamente i tutori;
- 5.5. Per consentire il ricambio d'aria e per sanificare i macchinari e il lettino, il locale "infermeria" dovrà rispettare un tempo di stop di 15 minuti;
- 5.6. **NEI CASI PIÙ GRAVI: CHIAMARE IL SISTEMA DI EMERGENZA SANITARIA AL NUMERO TELEFONICO 118. COMUNICARE ADEGUATAMENTE LO STATO DI SALUTE DELL'INFORTUNATO.**

## 6. ALLESTIMENTO E GESTIONE DELL'ATTIVITÀ SUL CAMPO

- 6.1. Ogni giocatore deve **portare con se una bottiglia con l'acqua di cui avrà bisogno durante l'allenamento**;
- 6.2. Le attrezzature utilizzate verranno adeguatamente sanificate alla fine di ogni sessione d'allenamento;
- 6.3. All'interno dell'impianto saranno presenti appositi contenitori per rifiuti potenzialmente infetti. (ad esempio per gettare la mascherina);

## 7. PRINCIPI GENERALI DI IGIENE E PULIZIA.

*Considerato che l'infezione virale si propaga per droplets (goccioline di saliva emesse tossendo, starnutando o parlando) o per contatto, le misure di prevenzione da applicare sono le seguenti:*

- Lavarsi spesso le mani;
- Evitare abbracci e strette di mano;
- Mantenere la **distanza interpersonale** minima di **1 metro** in assenza di attività fisica;
- Rispettare un'igiene respiratoria corretta (starnutire e/o tossire in un fazzoletto o nel gomito evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);
- Coprirsi bocca e naso se si starnutisce e/o tossisce;
- Non sputare o liberare il naso in terra;
- Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e/o bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;
- Non consumare cibo all'interno dell'impianto;
- Non toccarsi naso, occhi, bocca con le mani;

## **8. SERVIZI IGIENICI**

- 8.1. Sono a disposizione due bagni, adeguatamente sanificati, per gli atleti che ne facessero richiesta. L'accesso e la permanenza in bagno è consentita ad una persona per volta. I servizi igienici sono dotati di sapone per le mani.
- 8.2. Ogni sera, al termine delle attività, i servizi saranno completamente sanificati, pronti all'utilizzo per la giornata successiva;

## **9. ARE COMUNI INIBITE**

- 9.1. Spogliatoi.
- 9.2. Palestra.
- 9.3. Sala terzo tempo.
- 9.4. Uffici e sala riunione/video.
- 9.5. Tribuna campo n°1 e tribuna campo n° 2.
- 9.6. Area fontana esterna. (Non sarà consentito l'uso delle fontane a bordo dei campi)

## 10. PROCEDURE “IN SINTESI”

- 10.1. **Arriva** al campo **15 minuti prima** rispetto all'orario d'inizio allenamento e non oltre l'inizio dello stesso. **Non sono consentiti ritardi.**
- 10.2. **Scendi dall'auto con la mascherina** e raggiungi l'ingresso **mantenendo le distanze di sicurezza di 1 metro** dalle altre persone.
- 10.3. All'ingresso un operatore ti indicherà dove posizionarti.
- 10.4. Igienizza le mani con il gel prima di accedere al Triage.
- 10.5. Consegna il “Modulo di autodichiarazione COVID-19” all'operatore.
- 10.6. Attendi la misurazione della temperatura.
- 10.7. Dopo il “Triage” un tuo educatore/tecnico ti indicherà la strada per raggiungere il campo assegnato alla tua squadra.
- 10.8. Un tuo secondo educatore/tecnico ti accoglierà all'ingresso del campo.  
*Gli atleti delle categorie under 6, under 8, under 10 e under 12 saranno seguiti e guidati durante tutto il percorso di entrata e uscita da un educatore o dal personale messo a disposizione della società.*
- 10.9. All'interno del campo togli la mascherina, disponi il tuo zainetto in modo che non sia d'intralcio per te e per i tuoi compagni e attendi che la seduta d'allenamento abbia inizio.
- 10.10. Alla fine dell'allenamento riprendi tutte le tue cose, indossa la mascherina e igienizza le mani.
- 10.11. Avviati all'uscita solo quando il tuo educatore/tecnico te lo consentirà.
- 10.12. Raggiungi il cancello d'uscita tenendo la distanza interpersonale di 1 metro.
- 10.13. Disponiti dove ti sarà indicato per attendere i tuoi genitori o chi passerà a riprenderti.
- 10.14. Lascia l'impianto entro 10 minuti dalla fine dell'allenamento.



### VAI AD ALLENAMENTO? RICORDA DI ...

**CONFERMARE LA PRESENZA** AI TUOI ALLENATORI PRIMA DELLE 16.00

**ARRIVARE NECESSARIAMENTE PUNTUALE, 15 MIN. PRIMA** DELL'INIZIO

**SEGUIRE LA FILA** PER L'ACCESSO E L'USCITA DAL CAMPO

**MANTENERE SEMPRE IL DISTANZIAMENTO, ANCHE NEL** PARCHEGGIO

**CONSEGNARE L'AUTODICHIARAZIONE** AD OGNI ALLENAMENTO



**INDOSSARE LA MASCHERINA**



**IGIENIZZARE LE MANI** QUANDO ENTRI E QUANDO ESCI



**EVITARE GLI ASSEMBRAMENTI**

**@ COSA METTERE NELLO ZAINO**



**MASCHERINA**

**H2O**



**...PIÙ QUELLO CHE INDICHERANNO GLI ALLENATORI**

### **NOLTRE AL CAMPO**



**POSSONO ENTRARE SOLO GLI ATLETI**



**L'USO DEI BAGNI È SOLO PER LE EMERGENZE**



**LE FONTANE SARANNO CHIUSE, PORTATI LA TUA BOTTIGLIA PIENA D'ACQUA DA CASA.**



**GLI SPOGLIATOI SARANNO CHIUSI. DOVRAI FARE LA DOCCIA A CASA**



**IN TUTTO L'IMPIANTO NON È CONSENTITO CONSUMARE CIBO**



**IL BAR-RISTORANTE È APERTO!**