

BFM



Basket Femminile Milano

Ripresa attività sportiva settembre 2020

Programmazione e protocollo di sicurezza Covid-19

Milano - 25 Agosto 2020

Programma allenamenti settimana del 31 agosto

La ripresa dell'attività della nuova stagione sportiva 2020-2021 avrà inizio il 31 agosto con il seguente programma:

PROGRAMMA ALLENAMENTI 31/08 - 4/09					
SQUADRE	LUNEDI' 31	MARTEDI' 1	MERCOLEDI' 2	GIOVEDI' 3	VENERDI' 4
Serie B	20.00- 22.00	19.30- 21.30		19.30- 21.15	20.45-23.00
	Crespi ©	F&C T		F&C ©	Crespi ©
Promozione (annate ... - 2000)	21.15-23.00		21.15-23.00	20.15-22.00	
	Crespi ©		Crespi ©	F&C T	
Under 20 (annate 2001-2)			20.15-22.00	19.15- 21.00	
			Crespi ©	F&C T	
Under 18 (annate 2003-4)	19.00- 20.45	divise tra		18.30 - 20.15	
	Crespi ©	Serie B e U16		F&C ©	
Under 16 (annate 2005-6)		17.00-20.00	18.00-21.00		19.00- 21.30
		F&C T	F&C T		Crespi ©
Under 14 (annata 2007)			17.15-19.00	16.45-18.30	18.15-20.00
			F&C T	F&C T	Crespi ©
Under 13 (annata 2008)			16.15-18.00		17.15-19.00
			F&C T		Crespi ©

Gli allenamenti verranno svolti presso la struttura della Forza & Coraggio e del Crespi con attività sia all'interno che all'esterno della palestra.

Gli orari indicati sono comprensivi del tempo necessario per l'areazione dei locali e sanificazione dei materiali

Dopo ogni sessione verrà lasciato il giusto tempo (10') per il cambio d'aria in palestra e per la sanificazione dei palloni in totale assenza di atlete.

- ❑ Organizzazione delle attività:
 - ❖ Le attività verranno svolte secondo le Linee Guida trasmesse dalla FIP con aggiornamento 3 agosto 2020 (http://www.fip.it/public/protocollo%20fip_linee%20guida_no%20prof.pdf)
 - ❖ Il lavoro verrà effettuato in gruppi di max 16 atlete alla presenza di persone dello staff tecnico che dovranno indossare mascherina e tenere la distanza minima dalle atlete
 - ❖ Il «cambio turno» avverrà senza alcun contatto tra diversi gruppi: le atlete lasceranno la palestra e passeranno 10' prima dell'arrivo del gruppo successivo
- ❑ **I Protocolli di sicurezza Covid-19 che seguiremo fanno 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 dalla FIP**
- ❑ L' A.D. Basket Femminile Milano ha nominato come «*Delegati alla Vigilanza*» con autocertificazione in regola:
 - ❖ DS Giuseppe Pizzo
 - ❖ Responsabile Area Tecnica Roberto Riccardi
 - ❖ Tutti gli allenatori: F. Bacchini, D. Caselli, R. Behring, M. Cancelli, F. Sola, M. Da Ros, C. Tenore, Gaia Lombardi, L. Garzanti
 - ❖ Tutti i componenti del Consiglio Direttivo BFM: P. Casati, D. Rigatti, A. Todarello, C. Del Campo Velasco, P. Princigalli, V. Donà, D. Lombardi, A. Pioli
- ❑ I Delegati alla Vigilanza avranno il compito di:
 - ❖ Controllare il corretto accesso delle atlete alle strutture sportive di riferimento
 - ❖ Ritirare l'autocertificazione debitamente compilata e firmata ad ogni allenamento
 - ❖ Tenere il registro delle presenze delle atlete per singolo turno di lavoro
 - ❖ Sanificare i palloni e il materiale utilizzato dopo ogni sessione
 - ❖ Far rispettare le normative e le linee guida stabilite da FIP, BFM e dai Centri Sportivi dove ci alleiamo

Atlete: regole da seguire

- ❑ *Autocertificazione:* ad ogni allenamento le atlete dovranno presentare in duplice copia l'apposito modulo debitamente compilato e firmato presente sul sito BFM www.basketfemminilemilano.it sotto la voce «Documenti»
- ❑ *Esito tampone (ove previsto dalle normative vigenti):* per coloro che provengono da soggiorni in Paesi Europei
- ❑ *Certificato medico:* certificazione agonistica (se >11 anni) e non agonistica (< 11 anni) in corso di validità; il certificato anche se ancora valido, deve essere richiesto nuovamente in caso di positività riconosciuta al Covid-19
- ❑ *Abbigliamento e attrezzatura da portare da casa:*
 - ❖ Abbigliamento sportivo: le atlete dovranno venire già in abbigliamento sportivo (spogliatoi non accessibili) e pronte per l'allenamento cambiandosi solo le scarpe
 - ❖ Mascherina: da indossare sempre tranne durante l'attività sportiva
 - ❖ Due paia di scarpe: uno da usare esclusivamente in palestra (da mettere appena entrati e da togliere prima di uscire), un altro per l'attività negli spazi esterni (può essere lo stesso paio con cui si arriva da casa)
 - ❖ Bottiglietta (o più) d'acqua: ad uso esclusivamente personale
 - ❖ Fazzoletti di carta: ad uso esclusivamente personale
 - ❖ Borsa/zaino: per riporre ogni effetto personale (nulla può essere lasciato in giro)
- ❑ *Comportamenti durante l'attività:*
 - ❖ In caso di sintomi come tosse, sudorazione eccessiva, temperatura in aumento va avvisato immediatamente l'allenatore e/o il responsabile
 - ❖ Mantenere sempre le distanze previste e evitare qualsiasi tipo di contatto con altre atlete e lo staff
 - ❖ Lavarsi frequentemente le mani usando appositi gel disinfettanti presenti all'interno della struttura (sempre entrando e uscendo dalla palestra)
 - ❖ Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani
 - ❖ Starnutire e/o tossire in un fazzoletto di carta o in alternativa nella piega interna del gomito
 - ❖ Bere sempre da bottigliette personalizzate
 - ❖ Non consumare cibi all'interno delle strutture