



*CIVITAVECCHIA RUGBY CENTUMCELLÆ asd*  
*Via del casaleto rosso s.n.c. – 00053 – Civitavecchia (RM)*  
e-mail [segreteria@rugbycivitavecchia.com](mailto:segreteria@rugbycivitavecchia.com)

## **PROTOCOLLO PER LA RIPRESA IN SICUREZZA DEGLI ALLENAMENTI DEL RUGBY**

Il presente protocollo definisce le modalità per la ripresa degli allenamenti di rugby in sicurezza, nel contesto della pandemia da Covid-19, sulla base di quello adottato dal Consiglio Federale della Federazione Italiana Rugby in data 14/09/2020 e aggiornato in data 26/10/2020 a seguito della pubblicazione del Nuovo protocollo attuativo delle “Linee Guida per l’attività sportiva di base e l’attività motoria in genere” da parte del Dipartimento per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e del DPCM 24/10/2020.

Il Protocollo, tenendo conto delle disposizioni sopra menzionate, intende fornire indicazioni tecnico-organizzative e sanitarie per la continuazione delle sessioni di allenamento collettivo e delle attività sportive di contatto capaci di garantire la prosecuzione dei soli eventi e delle sole competizioni riconosciute di interesse nazionale.

Per tutte le altre categorie, componenti e settori per cui non sarà possibile svolgere alcuna competizione e/o attività che preveda il contatto, il presente protocollo indica le modalità con cui sarà possibile continuare l’attività motoria senza alcun assembramento ed esclusivamente all’aperto, nel rispetto dei principi fondamentali e delle norme igieniche generali e di distanziamento sociale emanate dal Governo in relazione all’emergenza epidemiologica.

A tal fine, si rappresenta che le attività non considerate di interesse nazionale dalla FIR, tra cui a titolo esemplificativo e non esaustivo: **attività Propaganda (dalla u6 alla U12), U14 e attività Old**, possono proseguire esclusivamente in forma individuale e all’aperto, seguendo le indicazioni del presente protocollo ed applicando in campo allenamenti individuali.

### **IDONEITA’ SPORTIVA E ACCERTAMENTI SANITARI PER IL RITORNO ALL’ATTIVITA’ IN SICUREZZA**

Tutti i componenti del **GRUPPO SQUADRA** (atleti, allenatori, preparatori, fisioterapisti, altri componenti dello staff, etc.) dovranno sottoscrivere **una 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, 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 comunicarlo ai dirigenti della propria società.

## **a) 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.

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.

## **b) 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]<sup>^^</sup> (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.

## **INDICAZIONI E PRESCRIZIONI RELATIVE ALL'ORGANIZZAZIONE DEGLI SPAZI NELL'IMPIANTO SPORTIVO**

L'accesso all'impianto sportivo è consentito solamente alle persone la cui funzione sia collegata all'espletamento dell'attività sportiva. **Tutti coloro che accedono all'impianto**

**sportivo devono farlo indossando la mascherina protettiva; sarà vietato l'ingresso a tutti coloro che ne saranno sprovvisti.**

Qualsiasi persona all'interno dell'impianto non coinvolta nella pratica sportiva, ma impegnata a vario titolo in altre funzioni (a mero titolo esemplificativo: segreteria, amministrazione, supporto alle squadre, manutenzione etc.) qualora debba svolgere la propria attività all'interno dell'impianto **ha l'obbligo di indossare i dispositivi di sicurezza (mascherina e guanti) e di rimanere al proprio domicilio in caso di comparsa di febbre (oltre 37.5°) e/o altri sintomi influenzali, similinfluenzali o comunque sospetti (cefalea, anosmia, etc.)**. Di tali evenienze deve inoltre immediatamente informare il proprio medico di famiglia, l'Autorità Sanitaria, il Presidente della Società.

L'ingresso viene organizzato secondo turni e flussi di persone, in modo da garantire il mantenimento delle distanze richieste. Tutte le aree in cui si possano verificare assembramenti sono interdette.

### **E' VIETATO L'ACCESSO AL CAMPO AI GENITORI.**

I genitori potranno accompagnare i propri figli fino al cancello di ingresso posizionato in adiacenza del campo n. 2 (campo di disimpegno), ma potranno sostare e rimanere nell'area adibita a parcheggio, rispettando le distanze di sicurezza e indossando la prevista mascherina protettiva.

## **ORGANIZZAZIONE DEGLI ALLENAMENTI IN SICUREZZA**

**Si ribadisce che è consentito l'accesso solamente allo staff societario ed agli atleti tesserati o comunque solamente alle persone che siano necessarie per la pratica sportiva svolta e che svolgano funzioni non differibili da remoto e nel numero che soddisfi lo svolgimento della pratica sportiva senza assembramenti.**

**Ogni rappresentativa avrà il proprio Covid Manager, che si identifica con l'allenatore titolare, in qualità di tecnico sportivo in possesso di titolo idoneo, o suo sostituto. Per Covid Manager si intende "colui che svolge funzioni di coordinatore per l'attuazione delle misure di prevenzione e controllo e con funzioni di punto di contatto per le strutture del Sistema Sanitario Regionale".**

Al ricevimento degli atleti e comunque prima di ogni allenamento, il Covid Manager dovrà acquisire il modulo di autocertificazione Covid di ogni atleta presente, debitamente compilato e firmato, custodirlo e successivamente consegnarlo al personale della segreteria che lo conserverà per quattordici giorni. Gli atleti che si presenteranno all'allenamento senza il previsto modulo non potranno accedere al campo.

Il Covid Manager dovrà anche provvedere alla compilazione periodica del registro degli atleti/praticanti presenti a ogni allenamento, secondo i moduli giornalieri e con la suddivisione dei turni e degli orari.

Fino a nuove disposizioni, è sospeso l'uso degli spogliatoi e delle docce.

In caso di presenza di una persona che manifesti sintomi evidenti di contagio da Covid-19, il Covid Manager dovrà:

- Richiedere assistenza immediata di un medico;
- Provvedere a far stazionare la persona individuata in un locale isolato;
- Notificare all'autorità sanitaria locale la situazione;
- Individuare le persone con cui è entrato in contatto l'individuo che non si sia sentito bene o che sia risultato positivo, al fine di tutelare la salute di questi;

- Pianificare le attività di pulizia profonda e di sanificazione dell'area di isolamento dopo il suo utilizzo.

## **GESTIONE DELLA ATTIVITÀ IN CAMPO ED IN PALESTRA**

**Finché le restrizioni governative non verranno abolite si potranno svolgere allenamenti senza contatto, all'aperto e con distanziamento tra tutte le componenti coinvolte.**

Di seguito le indicazioni specifiche:

- Ad ogni attività deve essere garantita la presenza di un tecnico, in possesso di titolo idoneo, che assicuri la compilazione periodica del registro degli atleti/praticanti, costituito da moduli giornalieri, con la suddivisione dei turni e degli orari.
- Le sedute di allenamento verranno effettuate solamente all'aperto e sul campo n. 2 (campo di disimpegno).
- Allo stato attuale è **vietata la condivisione di attrezzi sportivi da campo, l'utilizzo di sacchi da placcaggio e/o scudi**. Sono consentite esercitazioni che prevedano il passaggio del pallone, previamente disinfettato secondo quelle che sono le linee guida per gli sport di squadra dell'Ufficio Sport della PCM.
- È possibile l'utilizzo in forma individuale del pallone, che può essere riutilizzato da altro atleta solo previa accurata pulizia o igienizzazione.
- E' vietato utilizzare docce e spogliatoi. Tutti i partecipanti alla seduta di allenamento, staff e giocatori, devono comunque presentarsi vestiti con indumenti appropriati e devono lasciare l'impianto non appena terminata la seduta.
- Provvedere a regolare e frequente pulizia e disinfezione di aree comuni, spogliatoi, docce, servizi igienici, attrezzature e macchine utilizzate per l'esercizio fisico, inclusi i palloni, ogni volta che sia terminata una seduta di allenamento. Inoltre i partecipanti all'attività sportiva dovranno lavarsi accuratamente le mani con acqua calda e sapone o gel igienizzante. È raccomandato l'uso di contenitori che contengano da una parte i palloni disinfettati pronti ad essere utilizzati e dall'altra parte i palloni utilizzati, da disinfettare. È raccomandata, inoltre, pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate, al termine di ogni esercitazione/azione di gioco.
- L'accesso e la permanenza ai servizi igienici durante gli allenamenti possono essere autorizzati solo a condizione che sia garantita la pulizia.
- Dovranno essere formati nuclei tali di atleti da garantire le norme di distanziamento richieste.
- Atleti e allenatori dovranno utilizzare borracce personali indicanti il nome o bottiglie monouso.
- E' vietato sputare o liberare il naso in terra.
- Non è permesso effettuare lo scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo quali a mero titolo esemplificativo bicchieri, paradenti, casacche da allenamento, borracce, telefoni e tablet.
- 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 in casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti con appositi igienizzanti.
- Non si può consumare cibo all'interno dell'impianto.
- Non si possono effettuare fasciature o massaggi.
- Le riunioni di squadra dovranno svolgersi in via telematica.

- I fazzoletti di carta o altri materiali usati per lo svolgimento dell'attività fisica dovranno essere gettati in appositi contenitori.

**Si ribadisce che, durante le sessioni di attività sportiva, la distanza interpersonale minima laterale tra due atleti deve essere non inferiore a 2 metri. Laddove si eseguano esercizi di corsa con atleti in scia, la distanza interpersonale minima tra ogni singolo componente deve essere non inferiore ai 10 metri.**

Gli allenamenti con attrezzature da palestra possono essere effettuate esclusivamente all'aperto, applicando le misure di distanziamento sociale previste (minimo 2 metri tra due atleti) e provvedendo all'igienizzazione degli attrezzi tra un esercizio e l'altro.

I partecipanti all'attività in palestra dovranno lavarsi accuratamente le mani con acqua calda e sapone o gel igienizzante prima e dopo aver utilizzato gli attrezzi.

Gli attrezzi devono essere igienizzati anche al termine del loro utilizzo.

### **ATTIVITA' COINVOLGENTI MINORI O DISABILI CON ACCOMPAGNATORI**

I genitori o familiari o tutor di minorenni devono compilare il modello di autocertificazione e sottoscriverlo.

Possono accedere all'impianto sportivo esclusivamente i minorenni con autocertificazione mentre i genitori o familiari o tutor dei minorenni devono attendere al di fuori dell'impianto sportivo in aree specifiche determinate dal Club e rispettando le distanze di sicurezza.

Eccezione è fatta qualora l'ingresso sia motivato da situazioni di necessità e per coloro che rientrano nella funzione di staff (accompagnatori, allenatori, volontari di supporto) assegnata loro dalla Società.

I genitori o familiari o tutor di tesserati con disabilità possono accedere nell'impianto sportivo esclusivamente per favorirne l'ingresso. Possono attendere in prossimità delle zone indicate loro all'interno dell'impianto e in prossimità del campo, solo se autorizzati dalla Società per specifico supporto all'attività e rispettando le distanze di sicurezza e indossando la prevista mascherina protettiva.

### **NOTA SU SANIFICAZIONE E PULIZIA**

Per pulizia si intende la detersione con soluzione di acqua e detergente; con sanificazione la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti.

La pulizia potrà essere operata con panni puliti in micro-fibra, inumiditi con acqua e sapone, ipoclorito di sodio 0,1%, oppure con alcool etilico al 70-75% con successiva asciugatura e dovrà essere eseguita a conclusione di ogni giornata di allenamento.

Ove non sia possibile l'effettuazione delle operazioni di pulizia non sarà permesso lo svolgimento dell'attività sportiva.