



A.S.D. NORDIC WALKING INMYLIFE

Via Lario, 17 - 20159 Milano - P.IVA/CF 09973200968

www.inmylife.fun - www.facebook.com/asdinmylife

email: info@inmylife.fun

PROTOCOLLO DEL CAMMINATORE

PROTOCOLLO UFFICIALE DI PREVENZIONE IN FUNZIONE DELLA CRISI SANITARIA DOVUTA AL VIRUS SARS COV-2 E IN RELAZIONE ALLA DISCIPLINA SPORTIVA DEL NORDIC WALKING

Il presente Protocollo è parte integrante della Dichiarazione Sostitutiva redatta dai partecipanti e nella quale sono definite le condizioni sanitarie personali per le quali è consentita l'iscrizione e la partecipazione alle attività.

L'applicazione dei seguenti punti è presupposto inderogabile per poter partecipare alle attività proposte da ASD NORDIC WALKING INMYLIFE

Durante le attività sono da osservare scrupolosamente le seguenti indicazioni igienico sanitarie:

1) Dotazione personale del partecipante

- mascherina
- gel disinfettante o prodotto similare con percentuale alcolica di almeno il 60%
- occhiali avvolgenti (da utilizzare facoltativamente a discrezione del partecipante
- guanti monouso o sportivi da utilizzare facoltativamente a discrezione del partecipante

2) Distanziamento durante l'attività, dal momento dell'incontro con l'istruttore e gli altri partecipanti fino al termine - sia in fase di sosta che durante la camminata, si dovrà mantenere il distanziamento fisico tra le persone secondo quanto previsto dalla normativa vigente

- a garanzia di una maggiore sicurezza, si consiglia durante le soste di mantenere una distanza tra le persone di 2 mt e durante la camminata un a distanza non inferiore a 4 mt come suggerito da alcuni recenti studi internazionali

3) Utilizzo della mascherina che va indossata:

- ogni qualvolta la distanza interpersonale si riduce al di sotto dei due metri
- mentre si effettuano le soste
- al momento del ritrovo -mentre si incrociano altre persone

4) Utilizzo del gel disinfettante

ogni qualvolta si ricevono o passano oggetti, carte, banconote ecc. ad altre persone e comunque tutte le volte che lo si ritiene necessario

5) Cibi e bevande

durante le attività ogni partecipante non potrà cedere cibo o bevande ad altre persone

6) Materiali e attrezzature

- è fortemente consigliato l'utilizzo di attrezzature proprie
- in caso di noleggio accertarsi della preventiva disinfezione delle attrezzature
- è vietato scambiare con altre persone le proprie attrezzature

7) Indicazioni generali

- evitare di toccarsi viso, bocca, occhi
- se si deve starnutire o tossire utilizzare un fazzoletto o farlo nel gomito
- al rientro è consigliato lavare gli indumenti utilizzati oppure passarli al vapore

Il Presidente ASD NORDIC WALKING INMYLIFE