



SPORT IN REGOLA... IN TEMPO DI COVID

L'aumento dei contagi è un dato di fatto e anche il mondo dello sport, con il ritorno della zona gialla in Lombardia, si adegua

Inviemo gli aggiornamenti (**in rosso**) del documento trasmesso il 7 gennaio u.s. in seguito alle nuove regole emesse dal Ministero della Salute in data 18 gennaio (trovate sotto il documento completo che dettaglia la normativa).

Vista la situazione generale, la nostra società sportiva ha adottato vari provvedimenti e regole. Li riassumiamo qui.

1) Tutti i campionati CSI sono sospesi fino a **DOMENICA 30 GENNAIO inclusa**, il **campionato FIPAV (volley) è sospeso fino a DOMENICA 6 FEBBRAIO inclusa**.

Non è possibile organizzare neppure gare amichevoli.

2) Gli allenamenti per calcio e pallavolo continuano, ma a patto di possedere il GREEN PASS RAFFORZATO (non è sufficiente il tampone negativo). La regola vale anche per gli sport all'aperto e anche se non si usano gli spogliatoi. Questa regola vale per atleti, allenatori e dirigenti. Agli allenamenti non è ammesso il pubblico.

I minori di 12 anni per il momento sono esenti dall'obbligo di GREEN PASS.

3) In caso di positività bisogna avvertire subito l'allenatore e il presidente della società (presidente@asdsamzmilano.it) ed è necessario sospendere gli allenamenti.

4) Per riprendere l'attività sportiva, sarà necessario effettuare una nuova visita medico sportiva.

L'atleta positivo accertato e con guarigione accertata che ha avuto malattia asintomatica o con sintomi lievi (malattia lieve), SENZA ricovero ospedaliero o terapie antibiotiche, cortisoniche, epariniche assunte a causa della malattia, verrà catalogato come appartenente al gruppo A1 e potrà effettuare la visita medico sportiva

- almeno 7 giorni dopo la guarigione per atleti sotto i 40 anni, SENZA patologie a rischio cardiovascolare, CON ciclo vaccinale completo (seconda dose effettuata ENTRO gli ultimi 120 giorni) o guarigione da covid ENTRO i 120 giorni oppure che ha effettuato l'iniezione booster di richiamo (terza dose)

- almeno 14 giorni dopo la guarigione per atleti sopra i 40 anni, oppure per atleti di qualsiasi età CON patologie a rischio cardiovascolare, SENZA ciclo vaccinale completo

(seconda dose effettuata OLTRE gli ultimi 120 giorni) o guarigione da covid OLTRE i 120 giorni.

Se invece l'atleta positivo accertato e con guarigione accertata ha avuto malattia moderata o comunque CON ricovero ospedaliero o terapie antibiotiche, cortisoniche, epariniche assunte a causa della malattia, oppure malattia severa o critica verrà catalogato nei gruppi **A2** o **A3** e potrà effettuare la visita medica almeno **30 giorni** dopo la guarigione indipendentemente dall'età.

Sarà il medico di medicina sportiva ad indicare gli esami da effettuare a seconda della categoria di appartenenza.

Il centro di medicina sportiva rilascerà all'atleta i documenti necessari alla ripresa dell'attività, indicando gli eventuali tempi di ripresa. **L'interessato PRIMA** di iniziare gli allenamenti dovrà consegnare i documenti alla Società Sportiva.

VISTO IL PRESUMIBILE AFFOLLAMENTO DEGLI APPUNTAMENTI, CONSIGLIAMO DI EFFETTUARE AL PIU' PRESTO LA PRENOTAZIONE DELLA VISITA PRESSO IL CENTRO DI MEDICINA SPORTIVA DESIDERATO, IN MODO DA ACCELERARE I TEMPI DI RITORNO ALL'ATTIVITA' SPORTIVA!

5) Restano sempre valide le regole che prevedono

- distanziamento e utilizzo della mascherina per accedere e abbandonare gli impianti sportivi o quando non si è impegnati in attività fisica;

- disinfezione delle mani;

- divieto di consumare alimenti in campo o in palestra;

- si sconsiglia, anche se non è vietato, l'uso degli spogliatoi e delle docce.

Poiché la situazione è in evoluzione, vi aggiorneremo tempestivamente in caso di variazioni rispetto a queste regole attualmente in vigore.

SEGRETERIA SPORTIVA ASD SAMZ MILANO

