



A.S.D. GERARDIANA BASKET

Codice F.I.P. 002995

Via T. Cremona, 7 - 20052 Monza (MI) – P.I. 02699570962

e-mail: segreteria@gerardianabasket.it www.gerardianabasket.it

Sintesi generale delle norme e regole da rispettare per giocare a basket

Il gioco del basket in Lombardia è normato dall'Ordinanza 579 del 10 luglio 2020, secondo la normativa regionale approvata dal Presidente della Regione Lombardia a cui il presente documento di sintesi fa esplicitamente riferimento. Inoltre vengono recepite le disposizioni fornite dalla Federazione Italiana Pallacanestro del 27/08/2020 in materia di sicurezza sanitaria per la pratica dell'attività sportiva agonistica.

Norme e regole da rispettare per giocare a basket

Sintomi Covid-19 e misurazione della temperatura

- È possibile accedere alla sede dell'attività sportiva solo in assenza di sintomi di Covid-19 per un periodo antecedente l'attività di almeno 3 giorni.
- Bisogna misurare **la temperatura all'accesso**. Se la temperatura corporea misurata all'ingresso è superiore a 37,5°C non è consentito l'accesso agli impianti sportivi.
- È necessario sanificare le mani con l'utilizzo dell'apposito gel predisposto all'ingresso della sede dell'attività sportiva

Registro presenze

- È obbligatorio registrare giornalmente tutti i presenti alla seduta degli allenamenti.
- È obbligatorio presentare l'autocertificazione-fip-covid con frequenza settimanale.
- Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento.

Utilizzo degli spogliatoi

- Non è consentito in nessun caso l'uso degli spogliatoi.



A.S.D. GERARDIANA BASKET

Codice F.I.P. 002995

Via T. Cremona, 7 - 20052 Monza (MI) – P.I. 02699570962

e-mail: segreteria@gerardianabasket.it www.gerardianabasket.it

Quale attività si potranno fare e con quale caratteristiche?

- Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.
- Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.
- Tutte le forme di esercizi individuali con il rispetto del distanziamento sociale e dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti.
- Tutti gli esercizi di gioco, sia tecnici che competitivi che prevedono il contatto, esempio
1c1, 2c2, 3c3, 2c1, 3c2, eccetera.

Come svolgere l'attività?

- Utilizzo di palloni sanificati all'inizio della seduta di allenamento e da sanificare alla fine della stessa.
- Mantenimento del distanziamento sociale di almeno 2 metri, da osservare anche nelle fasi di non gioco nei casi in cui è previsto il contatto (disposizione regionale che lo consente).
- Utilizzo scarpe dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).
- Rispetto di 10 minuti tra le sessioni dei vari gruppi di allenamento.
- In campo si potranno allenare al massimo 16 giocatori.

Monza, 28/08/2020

A.S.D. GERARDIANA BASKET

Il Presidente
Gianfranco Scotti