VERTICAL FORLI' SSD aRL

Protocollo di comportamento per la riduzione e gestione del rischio da COVID-19 del centro di Arrampicata Sportiva Vertical Forlì

---

1) OBIETTIVI e NORMATIVA di riferimento

a) L'obiettivo delle presenti linee guida è un Protocollo di comportamento e di gestione per la riduzione del rischio da COVID-19 durante tutte le attività rivolte alla fruizione dei servizi e delle attività esercitate nel centro di arrampicata sportiva Vertical Forlì.

b) Il presente documento integra e sovrascrive in alcuni punti il Regolamento interno della palestra Vertical Forlì.

c) La valutazione dei rischi legati all'attività vera e propria dell'arrampicata sportiva è stata ben definita nel protocollo di valutazione dei rischi emanato dalla FASI – Federazione Arrampicata Sportiva Italiana che ha così esplicitato:

- ✓ L'arrampicata è già un'attività dove le distanze sono rigidamente regolamentate ai fini della sicurezza.
- ✓ L'arrampicata NON E' UNO SPORT DI CONTATTO.
- ✓ L'arrampicata non è uno sport di gruppo. Si pratica da soli o in coppia.
- ✓ Si può praticare eventualmente anche con l'uso la mascherina.
- ✓ Le previste e regolamentate indicazioni sulla sicurezza dell'attività sportiva prevedono già di rispettare delle distanze "relative agli spazi di caduta" che sono sempre di almeno 2 metri.
- ✓ Le distanze tra praticanti che assicurano a terra non sono inferiori ai 2 metri.

d) Il fine ultimo di questo documento è quindi assicurare la massima garanzia e il nostro impegno per un ambiente volto al massimo contenimento dell'esposizione al rischio attuale principalmente a tutela di tutti gli utenti ai nostri collaboratori e a tutti coloro che accederanno al centro sportivo, in ottemperanza alle indicazioni minime espresse dagli organi superiori e dalla normativa di riferimento:

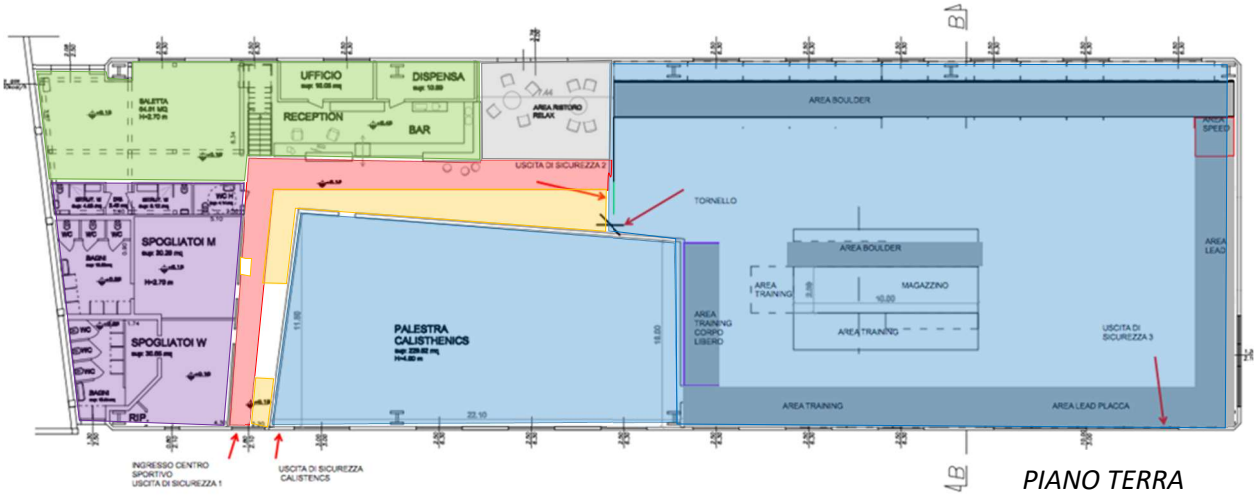
- ➢ LINEE GUIDA Ufficio dello Sport Presidenza CdM n. 3180 del 04/05/2020.
- ➢ RAPPORTO CONI e Politecnico di Torino - Versione 2 del 04/05/2020.
- ➢ DECRETO LEGGE 16 maggio 2020, n. 33.
- ➢ DPCM 17 maggio 2020, disposizioni attuative DL 25 marzo 2020, n. 19, e allegati.
- ➢ LINEE GUIDA per l'esercizio fisico e lo sport - Lo Sport Riparte in Sicurezza: "OGNUNO PROTEGGE TUTTI" - Ufficio per lo Sport della Presidenza CdM con il supporto di Sport e Salute S.p.A. d'intesa con il CONI e il CIP sentite le FSN, le DSA e gli EPS.
- ➢ ORDINANZA EMILIA ROMAGNA 17 MAGGIO 2020 DECRETO n. 82_2020.
- ➢ DECRETO Giunta regionale EMILIA ROMAGNA n. 84 del 21/05/2020.
- ➢ PROTOCOLLO FASI per la ripresa dell'attività sportiva degli impianti di arrampicata Delibera Presidente federale n. 23 del 2020.

2) GESTIONE e CONTROLLO flussi di tutti i frequentatori del Centro Sportivo indoor

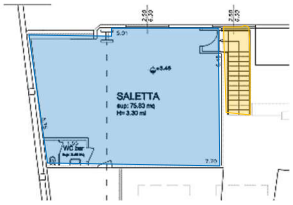
a) **Classificazione ambienti e attività;**

- ✓ Sono individuati, anche con segnaletica a terra e a parete, tutti i settori adibiti alle varie attività, con indicazione del numero massimo contingentato di persone che possono essere presenti contemporaneamente in ogni settore, atto ad evitare assembramenti e il mantenimento del minimo distanziamento sociale.

✓ **Planimetria locali**



PIANO TERRA



PIANO PRIMO

✓ **Tabella di riferimento ambienti, attività e presenze**

AREA	*DESCRIZIONE LUOGO CON REVISIONE LAYOUT DEI FLUSSI E PRESENZE*	*PRESENZA*
Ingresso/uscita utenti	*Area di transito, definita con segnaletica a terra, per entrata e uscita e accesso o agli spogliatoi o alla zona di cambio scarpe (pulite e igienizzate ed adibite solo per l'uso in palestra), di tutti gli utenti della palestra.*	*totale max 10 persone*
Ingresso/uscita visitatori e accompagnatori	*Area di transito, definita con segnaletica a terra, per entrata e uscita e per l'igienizzazione delle scarpe da parte dei visitatori/accompagnatori.*	
Area cambio e igienizzazione scarpe	*Zona definita con segnaletica, adibita al cambio scarpe (togliendo quelle utilizzate esternamente che andranno esclusivamente custodite da ognuno nella propria borsa/zaino all'interno di una busta sigillata, ed indossando un paio pulite e igienizzate ed impiegate solo per l'uso in palestra) da parte degli utenti della palestra che non necessitano dell'uso degli spogliatoi, oppure la zona per la sola igienizzazione delle scarpe da parte dei visitatori/accompagnatori con spay igienizzante messo a disposizione dal centro sportivo.*	
Spogliatoi, servizi igienici e docce Femminile e Maschile	*E' consigliato arrivare in palestra già vestiti per la pratica sportiva. Allo spogliatoio maschile potranno accedere simultaneamente al massimo 5 uomini e a quello femminile al massimo 3 donne distanziate all'interno come da indicazioni in loco. Le docce saranno in funzione ogni giorno solo fino alle 15:00 e vi potranno accedere solo 2 donne e 3 uomini distanziate come da indicazioni. Ai servizi igienici potrà accedere solo una persona alla volta e lo stesso dovrà occuparsi della sanificazione dell'area prima e dopo l'utilizzo con i prodotti messi a disposizione dalla palestra. Le scarpe e gli indumenti personali dovranno essere sempre custoditi dagli utenti solo all'interno della propria borsa/zaino e non potranno mai essere lasciati incustoditi negli spogliatoi.*	*max 10 persone*
Servizi igienici disabili	*A disposizione di tutti gli utenti solo una persona alla volta, lo stesso dovrà occuparsi della sanificazione dell'area prima e dopo l'utilizzo con i prodotti messi a disposizione dalla palestra*	*max 1 persona*
Segreteria / reception	*Può accedere una sola persona alla volta sulla postazione di segreteria protetta da barriera plexiglass per le operazioni di controllo temperatura, compilazione autocertificazione e documentazione, eventuale iscrizione e pagamento o per richiesta di informazioni o altro servizio offerto.*	*max 1 persona*

Uffici, locali Bar e Saletta polivalente	*Ad utilizzo esclusivo del personale per attività interne ed accesso ai servizi igienici e spogliatoi dedicati*	*max 1 persona*
Servizi igienici e spogliatoi personale	*A disposizione di tutto il personale, istruttori, segreteria, ecc., solo una persona alla volta, ognuno dovrà occuparsi della sanificazione dell'area prima e dopo l'utilizzo con i prodotti messi a disposizione dalla palestra*	*max 1 persona*
Area ristoro/ attesa	*Zona di attesa accompagnatori o di ristoro/bar per gli utenti*	*max 8 persone*
Palestra CaliUp	*Vedi Regolamento interno palestra CaliUp*	-
Saletta Yoga 1° piano	*Area per attività sportiva Yoga con utenti distanziati a garantire la distanza interpersonale minima di almeno 2 metri*	*max 8 persone*
Area accesso Arrampicata Sportiva	*Al tornello di accesso all'area sportiva potrà accedere un utente/atleta alla volta distanziato almeno 2 metri da altri utenti in attesa*	*max 1 persona*
Area sportiva Boulder	*Distinta in 8 settori con permanenza di soli due utenti per settore che si alterneranno uno in attività e l'altro nell'area di riposo con mascherina indossata. Distanza interpersonale minima di almeno 2 metri.*	*max 14 persone*
Area sportiva Lead	*Ogni coppia distanziata da almeno una linea di protezioni (rinvii e catene) libera con obbligo di distanziamento di almeno 2 metri e assicuratori con mascherina e occhiali di protezione indossati.*	*max 16 persone*
Area sportiva Speed	*Corda in top-rope e sanificazione moschettoni di sicurezza, assicuratore con mascherina e occhiali di protezione indossati.*	*max 2 persone*
Area sportiva Japan Wall	*Due settori con permanenza di soli due utenti per settore che si alterneranno uno in attività e l'altro a riposo, questi ultimi dovranno indossare la mascherina protettiva e per tutti vige l'obbligo di distanziamento di almeno 2 metri.*	*max 4 persone*
Area sportiva Moon Board	*Gli utenti si alterneranno uno in attività e l'altro a riposo, quest'ultimo dovrà indossare la mascherina protettiva e per tutti vige l'obbligo di distanziamento di almeno 2 metri.*	*max 2 persone*
Area sportiva Training	*Gli utenti si alterneranno due in attività e due a riposo, questi ultimi dovranno indossare la mascherina protettiva e per tutti vige l'obbligo di distanziamento di almeno 2 metri.*	*max 4 persone*

✓ **RIEPILOGO per aree delle misure di protezione individuale di gestione del rischio Covid19**

AREA	*Distanziamento minimo **1** metro*	*Distanziamento area sportiva **2** metri*	*Obbligo mascherine*	*Obbligo protezione occhi*
Ingresso/uscita utenti	**X**		**X**	
Ingresso/uscita visitatori e accompagnatori	**X**		**X**	
Cambio e igienizzazione scarpe	**X**		**X**	
Spogliatoi, servizi igienici e docce F. e M.	**X**		**X**	
Servizi igienici disabili	**X**		**X**	
Segreteria / reception	**X**		**X**	
Uffici, locali Bar e Saletta polivalente	**X**		**X**	
Servizi igienici e spogliatoi personale	**X**		**X**	
Area ristoro/ attesa	**X**		**X**	
Palestra CaliUp	*Vedi regolamento interno CaliUp*			
Saletta Yoga 1° piano		**X**		
Area accesso Arrampicata Sportiva		**X**	**X**	
Area sportiva Boulder		**X**	**X > a riposo**	
Area sportiva Lead		**X**	**X > assicuratore**	**X > assicuratore**
Area sportiva Speed		**X**	**X > assicuratore**	**X > assicuratore**
Area sportiva Japan Wall		**X**	**X > a riposo**	
Area sportiva Moon Board		**X**	**X > a riposo**	
Area sportiva Training		**X**	**X > a riposo**	

b) **Gestione dei flussi e monitoraggio**

- ✓ La circolazione interna e regolamentata con indicazioni ben evidenziate a terra e gli orari di ingresso/uscita degli utenti è scaglionata in modo da evitare il più possibile contatti nelle zone comuni.
- ✓ Il nostro gestionale di controllo tramite badge monitorizza costantemente il numero e i movimenti dei visitatori, degli atleti/utenti e del personale. L'ingresso dei fruitori della palestra di arrampicata è sempre tracciabile: è registrato nome e cognome di ogni persone che entra ed esce.

c) **Verifica dello stato di salute e accesso alla struttura**.

- ✓ Tutti gli accessi alla palestra dovranno avvenire tramite prenotazione definita telefonicamente con la segreteria o preferibilmente tramite l'applicazione dedicata per smartphone (App) al fine di una più efficace organizzazione e monitoraggio delle attività, sportive e non, e un controllo costante delle presenze per ogni settore della palestra.
- ✓ Nella stessa App verranno indicati per l'utenza i giorni, fasce orarie e le aree per la prenotazione dell'utenza libera e per le varie attività della palestra.
- ✓ Le fasce orarie saranno di 2 ore (1 ora e 45 minuti di arrampicata effettiva, più 15 minuti per raccogliere le proprie cose ed uscire, lasciando spazio ad attività di sanificazione delle attrezzature ad opera del personale). Ogni utente potrà prenotare non più di due fasce orarie al giorno.
- ✓ I giorni di apertura e l'orario della palestra (e quindi delle fasce orarie disponibili) verrà stabilito e regolato dalla direzione del centro ma comunque sempre verificabile sull'app stessa, così come verificabili saranno le presenze già prenotate nelle varie aree sportive e attività.
- ✓ Posso accedere all'attività sportiva della palestra solo gli utenti che avranno preventivamente prenotato ed abbiano sottoscritto la specifica Accettazione del Regolamento interno, del Protocollo di comportamento Covid19 e l'autodichiarazione attestante l'assenza di infezione da SARS-COV 2.
- ✓ È vietato l'accesso alla palestra a chiunque presenti i sintomi riconducibili al COVID-19 (febbre, tosse, difficoltà respiratorie, secondo le disposizioni governative).
- ✓ È consigliato l'accesso al sito sportivo già indossando un abbigliamento idoneo alla pratica sportiva in modo da non dover utilizzare gli spogliatoi. Gli spogliatoi saranno comunque aperti ed utilizzabili ma l'ingresso sarà contingentato come stabilito nella specifica tabella, oltre all'uso dei servizi e per il lavaggio delle mani solo 1 persona alla volta.
- ✓ Non è ammesso lasciare vestiti o indumenti personali negli spogliatoi.
- ✓ Dentro l'impianto sportivo occorre utilizzare esclusivamente calzature igienizzate preposte all'uso che non si siano state utilizzate per raggiungere lo stesso. Allo scopo sono definiti oltre agli spogliatoi degli appositi spazi adibiti appunto al cambio delle calzature. Le proprie scarpe dovranno poi essere chiuse dentro un sacchetto da riporre all'interno del proprio zaino/borsa.
- ✓ A tutti i clienti del Centro sportivo, nel momento del check-in di ingresso potrà essere misurata la febbre con termometro elettronico (misura a distanza).

3) Protocollo generale di IGIENE e misure di PROTEZIONE.

a) **Lavarsi frequentemente le mani**: è obbligatorio lavare le mani con acqua e sapone o igienizzarle ad ogni accesso al sito sportivo e dopo le procedure di check-in. Tutte le volte che si ha la possibilità di lavare le mani con acqua e sapone vanno utilizzati, per asciugarle, fazzoletti di carta usa e getta da gettare in apposito contenitore; inoltre le mani vanno igienizzate (con specifici prodotti a base di cloro e/o alcol) sempre in queste specifiche occasioni:

- **I.** dopo aver indossato la propria attrezzatura e prima di iniziare la scalata.
- **II.** prima e immediatamente dopo l'utilizzo di un qualsiasi attrezzo d'allenamento quale, a titolo esemplificativo e non esaustivo, trave/sbarra per trazioni/trave, etc.
- **III.** prima e immediatamente dopo lo svolgimento dell'attività di assicurazione sulle vie lead, speed e di parata sui blocchi boulder.

b) **Utilizzo di mascherine e protezione degli occhi**: nel corso di tutta la permanenza all'interno del sito sportivo, fatta eccezione per le fasi di arrampicata, è obbligatorio coprire naso e bocca con idonea mascherina con le caratteristiche previste all'art 3.3 de D.P.C.M. 17.05.2020). Quando si assicura oltre alla protezione della bocca e naso è obbligatoria la protezione degli occhi indossando idonei occhiali o schermi facciali.

c) **Regola di distanziamento interpersonale:** va rispettata la regola di distanziamento pari ad almeno 2 metri tra gli operatori sportivi. In particolare, è raccomandato a tutte le persone presenti di non sostare sotto la verticale di un fruitore che scala. Gli atleti della categoria para climbing e i loro accompagnatori autorizzati dovranno adattare le procedure normalmente utilizzate mettendo in atto ogni comportamento utile a garantire la distanza interpersonale di almeno 1 metro.

d) **Regole di igiene e prevenzione**:
- ✓ Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani.
- ✓ Non mettere la corda in bocca durante le fasi di scalata.
- ✓ Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie.
- ✓ Si invitano inoltre gli utenti di munirsi di buste sigillanti per la raccolta dei propri rifiuti personali, compresi quelli potenzialmente infetti come appunto i fazzolettini di carta o altri materiali usati.
- ✓ 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 a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti.
- ✓ In tutto l'impianto sportivo è assolutamente vietato andare in giro a piedi nudi ed è obbligatorio tenere sempre indossata la maglietta/canottiera.
- ✓ Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate che vanno riposte sempre nello zaino personale.
- ✓ Non consumare cibo in palestra o negli spogliatoi.

4) Regole e precauzioni per i fruitori delle aree sportive (atleti, accompagnatori, ecc.)

a) **Modalità specifiche di scalata per l'area sportiva LEAD**
- ✓ L'utilizzo delle vie d'arrampicata Lead potrà avvenire avendo cura di scegliere itinerari che consentano di rispettare la distanza di sicurezza, di almeno due metri, da altri scalatori già impegnati su vie limitrofe. La sequenza di igienizzazione che lo scalatore dovrà seguire, e a tale scopo ogni scalatore è invitato ad avere con sé una soluzione igienizzante, è la seguente:
  - **I.** indossare la propria attrezzatura e fare il nodo;
  - **II.** igienizzare le mani;
  - **III.** togliere la mascherina;
  - **IV.** iniziare a scalare.
- ✓ In nessun caso lo scalatore dovrà, durante le fasi di moschettonaggio, mettere la corda in bocca e/o toccare parti del proprio viso. Terminata la scalata lo scalatore dovrà:
  - **I.** togliere le scarpette o altra attrezzatura e recuperare la corda;
  - **II.** igienizzare le mani;
  - **III.** indossare nuovamente la mascherina.
- ✓ È raccomandato all'assicuratore di indossare la mascherina e idonei occhiali o schermi facciali a protezione degli occhi oltre ad evitare di sostare, per quanto possibile, sotto la verticale dello scalatore ma sempre nel rispetto delle corrette procedure d'assicurazione.

b) **Modalità specifiche di scalata per l'area sportiva SPEED**
- ✓ Per l'utilizzo delle vie d'arrampicata Speed lo scalatore dovrà, in successione:
  - **I.** indossare la propria attrezzatura;
  - **II.** sistemare il pedale di start del sistema di cronometraggio;
  - **III.** agganciare i moschettoni di giunzione all'imbrago;
  - **IV.** igienizzare le mani (ogni scalatore è invitato ad avere con sé una soluzione igienizzante);
  - **V.** rimuovere la mascherina;
  - **VI.** procedere con la salita.
- ✓ Terminata la salita lo scalatore dovrà:
  - **I.** sganciare i moschettoni;

   II. togliere le scarpette o altra attrezzatura;
   III. igienizzare le mani;
   IV. indossare nuovamente la mascherina.

c) **Modalità specifiche di scalata per l'area sportiva BOULDER, JAPAN WALL e MOON BOARD**

- ✓ L'area Boulder sarà suddivisa in 8 settori evidenziati sulla parete, di cui 7 prenotabili e una sempre libera, per consentire la rotazione ad un massimo di 14 utenti. L'area Japan Wall sarà divisa in due settori per 4 utenti. L'area Moon Board sarà destinata a 2 utenti per fascia oraria.
- ✓ All'interno di ogni settore saranno impegnati massimo due utenti che si alterneranno nelle fasi di attività in parete e l'altra di riposo in attesa del proprio turno o di assistenza del primo come paratore, in entrambi i casi dovrà indossare la mascherina.
- ✓ L'utilizzo di queste superfici d'arrampicata dovrà avvenire avendo, sempre, cura di restare all'interno del proprio settore in modo da rispettare la distanza di sicurezza di almeno due metri sia da altri scalatori già impegnati su circuiti/blocchi limitrofi ma anche dagli utenti in fase di riposo.
- ✓ Prima di iniziare ogni tentativo l'arrampicatore dovrà:
   I. indossare le scarpette o altra attrezzatura,
   II. igienizzare le mani (ogni scalatore è invitato ad avere con sé una soluzione igienizzante),
   III. togliere la mascherina.
- ✓ In nessun caso lo scalatore dovrà, durante le fasi di scalata toccare parti del proprio viso.
- ✓ Terminato il tentativo sul circuito/blocco, salva l'esecuzione di un nuovo tentativo nell'immediatezza e senza alternarsi con altro scalatore, lo scalatore dovrà:
   I. togliere le scarpette o altra attrezzatura;
   II. igienizzare le mani (ogni scalatore è invitato ad avere con sé una soluzione igienizzante),
   III. indossare nuovamente la mascherina.
- ✓ Colui che eventualmente assiste uno scalatore, durante l'esecuzione del blocco, per pararne la caduta dovrà sempre igienizzarsi le mani e indossare mascherina e occhiali/visiera. È raccomandato al paratore di non sostare, quando non strettamente necessario, sotto la verticale dello scalatore ma sempre nel rispetto delle corrette procedure di parata.

d) **Modalità specifiche per l'allenamento nell'area sportiva TRAINING**

- ✓ All'utilizzo dell'area sportiva Training avranno accesso quattro utenti per fascia oraria i quali si alterneranno nelle fasi di attività da quelle di riposo in attesa del proprio turno, e dovranno sempre avere cura di rispettare la distanza di sicurezza, di almeno due metri, da altri utenti. L'utente può abbassare la mascherina solo durante l'esecuzione dell'esercizio che riposizionerà al termine.
- ✓ Per l'utilizzo dei pannelli di allenamento System e Pan Gullich dovrà avvenire avendo, sempre, cura di scegliere pannelli che consentano di rispettare la distanza di sicurezza, di almeno due metri, da altri scalatori già impegnati su pannelli limitrofi e di svolgere la stessa procedura indicata per il boulder.
- ✓ Per l'utilizzo degli attrezzi (sbarra, trave, ecc.) ogni utente provvederà prima e dopo a sanificare le mani; a tale scopo ogni scalatore è invitato ad avere con sé una soluzione igienizzante.
- ✓ Terminato l'esercizio o prima di riporre l'attrezzo utilizzato provvederà alla sua pulizia con lo spruzzino e salviette messe a disposizione.
- ✓ In caso di necessità di assistenza, l'utente opererà con mascherina guanti e occhiali protettivi.
- ✓ Nel caso di esercizi a terra, consigliamo di utilizzare materassini o teli personali che l'utente provvederà ad igienizzare personalmente prima e dopo ogni seduta di allenamento.

e) **Attrezzatura d'arrampicata**

- ✓ Ogni scalatore dovrà portare con sé ed utilizzare esclusivamente la propria attrezzatura personale di arrampicata; salvo la eventuale possibilità di utilizzare attrezzatura a noleggio appositamente igienizzata da concordare con la segreteria.

f) **Magnesite liquida per la disinfezione aggiuntiva delle mani**
- ✓ Come misura aggiuntiva è previsto l'utilizzo esclusivo di magnesite liquida. La magnesite liquida è composta da una parte di alcol, che deve essere superiore al 70% e contribuisce pertanto alla disinfezione. Ognuno deve utilizzare la propria magnesite liquida.
- ✓ Divieto magnesite in polvere e chalk ball: È fatto divieto l'utilizzo della magnesite in polvere e delle chalk ball.

g) **Scarpe d'arrampicata**
- ✓ Le scarpe d'arrampicata personali, igienizzate prima dell'inizio dell'allenamento e al termine dello stesso a cura dell'utente, vanno utilizzate solo nelle aree d'arrampicata; in tutte le altre aree del sito sportivo dovranno essere indossate calzature idonee.

h) **Bevande e borracce**
- ✓ Le borracce vanno custodite esclusivamente nel proprio zaino o borsa e dopo aver bevuto vanno riposte immediatamente nel proprio zaino o borsa. Non è ammesso riempire le borracce dai rubinetti.

5) INFORMAZIONE e COMUNICAZIONE costante

a) Saranno a disposizione di tutti i frequentatori del Centro sportivo una specifica Cartellonistica per informare in modo continuativo:
- ✓ indicazioni, con segnaletica a terra e a parete, delle aree e settori sportivi adibiti alle varie attività e dei percorsi di circolazione interna,
- ✓ informazioni sull'igiene e le misure di protezione generali per un comportamento corretto nella palestra
- ✓ norme e le raccomandazioni vigenti (es. distanziamento, lavaggio e disinfezione delle mani e uso corretto delle mascherine)

b) È stato previsto una intensa divulgazione delle procedure adottate da questo Centro sportivo attraverso tutti i canali di comunicazione disponibili (sito Web, social media, ect…) prima della riapertura.

c) È prevista la sottoscrizione per presa visione del presente "Protocollo per la riduzione e gestione del rischio da COVID-19", in cui si illustrano tutte le misure da adottare per limitare il più possibile il contagio, a TUTTI gli utenti della palestra".