



LINEE GUIDA CORSI DI NUOTO

- L'INGRESSO ALL'IMPIANTO È RISERVATO SOLO ALL'UTENTE, eventuali accompagnatori devono rimanere al di fuori senza generare assembramenti;
- POSSONO PRENDERE PARTE ALLE LEZIONI TUTTI GLI UTENTI CHE SONO IN POSSESSO DEI SEGUENTI REQUISITI:
 - Certificato medico sportivo valido,
 - essere in regola con il pagamento della quota.

Si ricorda che al primo sintomo di raffreddamento (raffreddore, febbre, tosse o difficoltà respiratorie) l'utente non potrà prendere parte alle lezioni fino alla completa guarigione. Inoltre alla prima lezione l'utente dovrà consegnare al proprio insegnante l'autocertificazione compilata.

- OGNI UTENTE DOVRÀ INDOSSARE LA MASCHERINA PER TUTTA LA PERMANENZA NELLA STRUTTURA. POTRÀ TOGLIERLA, riponendola accuratamente all'interno di un sacchetto o gettandola negli appositi cestini, SOLO DURANTE LO SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITÀ, per poi RIMETTERLA una volta terminata;
- OGNI ALLENATORE DEVE ACCOMPAGNARE IL SUO GRUPPO, sia in fase di entrata che di uscita, assicurandosi, in caso di minori, che ogni bambino raggiunga il genitore all'uscita;
- È COMPITO DELL'ALLENATORE GARANTIRE L'ACCESSO IN SICUREZZA DEL GRUPPO:
 - far mantenere la distanza minima consentita di 1 metro,
 - misurare la temperatura (se superiore a 37,5° C non sarà permesso l'accesso),
 - controllare che ognuno indossi correttamente la mascherina protettiva,
 - controllare che ognuno abbia con sé l'autodichiarazione del proprio stato di salute;
- L'ALLENATORE DURANTE TUTTA LA DURATA DELLA LEZIONE DOVRÀ INDOSSARE LA MASCHERINA e mantenere le opportune distanze dai suoi allievi;
- LIMITARE L'UTILIZZO DI SPOGLIATOI, per il CAMBIO RAPIDO DI SCARPE ED INDUMENTI;
- L'INGRESSO AGLI SPOGLIATOI (sia in entrata che in uscita) AVVERRÀ IN FILA, con il rispetto della distanza, (ES. IL PRIMO DOVRÀ ANDARE AD OCCUPARE LA POSTAZIONE PIÙ VICINA ALLA VASCA SEGUITO IN ORDINE DAGLI ALTRI UTENTI), in modo da non generare assembramenti e mantenere sempre la distanza di sicurezza;
- QUALORA CI FOSSE LA NECESSITÀ PER UN BAMBINO DI ESSERE ACCOMPAGNATO DA UN ADULTO, QUESTI DOVRÀ INDOSSARE LE CIABATTE ALL'INTERNO DELLO SPOGLIATOIO E CONSEGNARE IL BAMBINO ALL'ISTRUTTORE ALLA PORTA D'INGRESSO DELLA VASCA. LE SCARPE DA PASSEGGIO DOVRANNO ESSERE RIPOSTE IN UN APPOSITO SACCHETTO DI PLASTICA;
- OGNI UTENTE DOVRÀ ARRIVARE CON GIÀ INDOSSO IL COSTUME, PER VELOCIZZARE IL CAMBIO;
- PREVEDERE INGRESSO E USCITA DEI TURNI SCAGLIONATI;

- NESSUN INDUMENTO PUÒ ESSERE LASCIATO APPESO O FUORI DALLA BORSA ESSI ANDRANNO RIPOSTI INSIEME ALLE SCARPE ALL'INTERNO DELLA BORSA NEGLI APPOSITI ARMADIETTI O SULLE PANCHE A BORDO VASCA, rispettando la distanza di sicurezza indicata. (Le scarpe in alternativa possono essere collocate all'interno di un sacchetto di plastica, sempre all'interno dello stesso armadietto);
- PRIMA DELL'INGRESSO IN ACQUA È OBBLIGATORIA UNA DOCCIA SAPONATA;
- PREVEDERE DOVE POSSIBILE L'INGRESSO IN VASCA A CORSIE ALTERNE (es. corsia 1-3-5 entrano lato blocchetto, corsia 2-4-6 lato tribuna);
- PREVEDERE NEGLI STILI DOVE È POSSIBILE L'IPOTESI DI RESPIRAZIONE ALTERNATA (es. andata a sinistra, ritorno a destra);
- SE SI ADOPERA ATTREZZATURA DELLA STRUTTURA, È NECESSARIO SANIFICARLA AD OGNI UTILIZZO, L'ISTRUTTORE DEVE VERIFICARE CHE GLI UTENTI EFFETTUINO QUESTA OPERAZIONE;
- AL TERMINE DELLA LEZIONE FAR USCIRE UNA CORSIA ALLA VOLTA CON PASSAGGIO RAPIDO SOTTO LA DOCCIA UN SOLO ATLETA PER VOLTA E RISPETTANDO IL PERCORSO;
- OGNI ATLETA DOVRÀ RAPIDAMENTE PRENDERE TUTTE LE SUE COSE E RECARSI NEGLI SPOGLIATOI;
- NEGLI SPOGLIATOI UTILIZZARE SOLO LE CABINE O SE PREVISTO GLI SPOGLIATOI COMUNI RISPETTANDO I SEGNAPOSTI SOTTO STRETTA SORVEGLIANZA DELLO STAFF;
- L'ALLENATORE DOVRÀ SANIFICARE DOPO OGNI UTILIZZO LE PANCHE UTILIZZATE PER IL CAMBIO SIA QUELLE SUL BORDO VASCA CHE NEGLI SPOGLIATOI;
- È VIETATO UTILIZZARE LE DOCCE E GLI ASCIUGACAPELLI ALL'INTERNO DELLO SPOGLIATOIO, SI CONSIGLIA L'UTILIZZO DI CUFFIA IN SILICONE (anche doppia nel caso in cui si vogliano lasciare i capelli il più asciutti possibili);
- AL TERMINE DEL CAMBIO, SEMPRE RISPETTANDO L'ORDINE DI ENTRATA SI USCIRÀ DALLA STRUTTURA ATTRAVERSO LA HALL PRINCIPALE, SOTTO SORVEGLIANZA DELLO STAFF.
- ATTENERSI SEMPRE ALLE DISPOSIZIONI GENERALI DI SICUREZZA.