



SAM BASKET MASSAGNO  
C.P. 301  
6908 MASSAGNO

[info@sambasketmassagno.com](mailto:info@sambasketmassagno.com)  
[www.sambasketmassagno.com](http://www.sambasketmassagno.com)

# **SAM Basket Massagno**

## **Piano di protezione per le attività di allenamento dal 22 giugno**

Versione: 22 giugno 2020

Produttore: Patrick Manzan, Vice Presidente SAM Basket

In base alle direttive di Swiss Olympic e di Swissbasketball



## Nuove condizioni quadro

Dal 6 giugno 2020 sono consentite le attività di allenamento per tutte le discipline sportive, nel rispetto dei piani di protezione specifici delle società. Il 22 giugno sono entrate in vigore nuove modifiche. Per le attività sportive in cui è richiesto un contatto fisico stretto prolungato, è consigliato organizzare l'allenamento in gruppi fissi. Si definisce «stretto» un contatto prolungato (>15 minuti) o ripetuto, a una distanza di 1,5 metri e senza misure di protezione.

Nelle attività di allenamento devono essere rispettati i seguenti cinque principi:

### 1. Ci si allena solo senza sintomi

Chi presenta sintomi della malattia NON può partecipare alle attività di allenamento, ma rimane a casa o si mette in isolamento, chiedendo indicazioni su come comportarsi al suo medico di famiglia.

### 2. Mantenere le distanze

Durante il viaggio di arrivo, all'entrata dell'impianto sportivo, nello spogliatoio, durante le riunioni, in doccia, dopo l'allenamento, al ritorno a casa: in tutte queste e altre situazioni simili, deve ancora essere mantenuta la distanza di 1,5 metri e vanno ancora evitati saluti tradizionali come le strette di mano o darsi il cinque. Quando la distanza non può essere garantita, è necessario indossare una mascherina o installare una barriera di protezione (per esempio plexiglas). In tutti gli sport, il contatto fisico è consentito esclusivamente durante l'allenamento vero e proprio.

### 3. Lavarsi accuratamente le mani

Lavarsi le mani è una misura di igiene di importanza cruciale. Chi si lava accuratamente le mani con acqua e sapone prima e dopo gli allenamenti, protegge se stesso/a e l'ambiente circostante.

### 4. Tenere elenchi delle presenze

I contatti stretti tra persone devono essere ricostruibili per 14 giorni su richiesta dell'autorità sanitaria. Per semplificare il contact tracing, la società compila elenchi delle presenze per tutte le sessioni di allenamento. L'allenatrice o allenatore è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco, nonché di trasmettere quest'ultimo alla persona responsabile del rispetto del piano coronavirus nella forma concordata (cfr. punto 5).

### 5. Designazione della persona responsabile del rispetto del piano coronavirus nella società

Ogni organizzazione che preveda di riprendere le attività di allenamento deve designare una o più persone responsabili del rispetto del piano coronavirus. Questa persona ha la responsabilità di garantire il rispetto delle disposizioni in vigore. Nella nostra società, questa persona è **Cinzia Isotta**. In caso di domande, non esitate a contattarla direttamente **tel. +41 79 543 55 16** o [cinziatata66@gmail.com](mailto:cinziatata66@gmail.com)



## 6. Protocollo di dettaglio comunicato agli allenatori SAM Basket in data 22.06.2020

### **Protocollo SAM Basket:**

#### **1. Pianificazione settimanale degli allenamenti**

*Il responsabile prepara per inizio settimana un planning degli allenamenti per le singole squadre con il rispettivo allenatore responsabile.*

#### **2. Accesso alla palestra**

*L'accesso alla palestra deve seguire un percorso uguale per tutti e rispettare le distanze come da regolamento di SWB del 6.6.20.*

*Visto il periodo estivo e per limitare le zone di utilizzo della palestra i giocatori dovranno arrivare in palestra già cambiati ad eccetto delle scarpe da basket che verranno messe nell'atrio prima di accedere in palestra.*

*L'accesso a terze persone (famigliari o altre persone) è di principio vietato. In casi particolari la sua presenza deve essere comunque registrata come da punto 4.*

#### **3. Utilizzo materiale**

*Il materiale SAM Basket è a disposizione degli allenatori, in particolare palloni e vario materiale depositato nel nostro spazio.*

*Di principio non sono da utilizzare i materiali della scuola depositati nei garage (in caso di utilizzo per esempio delle panchine, l'allenatore o un responsabile della squadra deve igienizzarle al termine del suo utilizzo).*

*Ogni giocatore deve venire munito di una borraccia, di un asciugamano e di un eventuale ricambio per quando termina l'allenamento.*

#### **4. Lista presenze**

*L'allenatore responsabile prima di iniziare l'allenamento (e durante) deve assicurarsi di tenere una lista dei presenti e renderla disponibile al responsabile (vedi punto 4 del regolamento SWB).*

*Per facilitare questo compito chiediamo all'allenatore di inserire subito via smartphone le presenze nel sistema J+S così da poter accedere in modo più veloce.*

#### **5. Uscita dalla palestra e chiusura**

*Al termine dell'allenamento l'allenatore deve dare istruzioni per l'uscita e verificare che materiale e eventuali oggetti dei giocatori siano stati correttamente rimessi a posto.*

#### **6. Cinzia Isotta** è la responsabile per il nostro Club e ha il compito di far rispettare i regolamenti.

*Deve essere contattata in caso di informazioni o necessità specifiche in ambito coronavirus.*

Massagno 22 giugno 2020

Patrick Manzan