



# ASD Polisportiva Borghesiana

email: [asdpolisportivaborghesiana@gmail.com](mailto:asdpolisportivaborghesiana@gmail.com) tel. 06/20761380

## REGOLAMENTO INTERNO - NORME DA SEGUIRE

1. PRIMA DI ESSERE BUONI SPORTIVI BISOGNA ESSERE BUONI CITTADINI
2. RISPETTA LE MISURE DI DISTANZIAMENTO INDICATE DAGLI ISTRUTTORI SIA NEL MOMENTO DI INGRESSO DELLA STRUTTURA SIA ALL'INTERNO DELLA STESSA SENZA CREARE ASSEMBRAMENTI
3. MISURA LA TEMPERATURA PRIMA DI RECARTE NELLA STRUTTURA
4. RISPETTA GLI ORARI DI CONVOCAZIONE SCAGLIONATI PER EVITARE ASSEMBRAMENTI ALL'ESTERNO DELLA STRUTTURA
5. RISPETTA IL PUNTO DI ENTRATA ED ATTENDE IL TUO TURNO MANTENENDO IL DISTANZIAMENTO.
6. PER ENTRARE NELLA STRUTTURA INDOSSA LA MASCHERINA E TIENILA INDOSSATA FINO ALL'INIZIO DELL'ATTIVITA' ED IGIENIZZATI LE MANI
7. CONSEGNA AL PERSONALE PREPOSTO ALL'ENTRATA L'AUTOCERTIFICAZIONE DEBITAMENTE COMPILATA
8. VIENI GIA' CAMBIATO; NON SARA' POSSIBILE UTILIZZARE GLI SPOGLIATOI SE NON PER I SERVIZI IGIENICI
9. ALL'INGRESSO RECATI SUBITO NEL CAMPO INDICATO DALL'ISTRUTTORE/DIRIGENTE POSIZIONANDOTI A BORDO CAMPO DOVE TI POTRAI CAMBIARE EVENTUALMENTE LE SCARPE E/O LA MAGLIA.
10. PORTA SEMPRE CON TE NELLO ZAINETTO GEL IGIENIZZANTE MANI E BORRACCIA/BOTTIGLIA ACQUA PERSONALE E ASCIUGAMANO ED EVENTUALE MAGLIA RICAMBIO
11. UTILIZZA SPESSO IL GEL IGIENIZZANTE
12. PER CAMBIARTI SIEDITI A DISTANZA DAGLI ALTRI ATLETI
13. NON TOCCARTI LA FACCIA CON LE MANI
14. QUANDO TI CAMBI RIPONI IMMEDIATAMENTE I TUOI INDUMENTI DENTRO LO ZAINO
15. SEGUI SCRUPolosAMENTE LE INDICAZIONI DEGLI ISTRUTTORI E DEI DIRIGENTI
16. STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN UN FAZZOLETTO EVITANDO IL CONTATTO DELLE MANI CON LE SECREZIONI RESPIRATORIE; SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE NELLA PIEGA INTERNA DEL GOMITO;
17. GETTA SUBITO IN APPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI