



## LINEE GUIDA PER ARRAMPICARE IN MODO SICURO ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA

### NORME IGIENICHE GENERALI

- **Si può accedere solo con una temperatura inferiore a 37.5°.** La temperatura viene controllata, prima dell'accesso all'area dedicata all'arrampicata, dallo staff utilizzando un termometro contactless.
- È obbligatorio **entrare e permanere all'interno dell'impianto sportivo con la mascherina** che copra bocca e naso. Si può togliere la mascherina solo per arrampicare
- **Evitare** di toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- È opportuno 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.
- Fazzoletti, mascherine monouso e guanti dopo essere stati usati devono essere **gettati nell'apposito contenitore per il successivo smaltimento differenziato.**
- **È obbligatorio igienizzarsi le mani al momento dell'entrata e continuare a farlo durante il periodo di permanenza** (l'uso del magnesio liquido in base alcolica è un buon coadiuvante nella sanificazione delle mani).
- **È obbligatorio l'utilizzo della magnesite liquida;** sarà cura dell'arrampicatore portarsi la propria magnesite liquida e riporla negli appositi contenitori dedicati.
- **Non è possibile stare all'interno dell'area o arrampicare scalzi e/o a torso nudo.**
- È possibile, nel caso in cui lo si preferisca, utilizzare **il proprio gel igienizzante.**
- Nel corso di tutta la permanenza nell'impianto sportivo va rispettata la regola di **distanziamento tra le persone di almeno 1 metro e di 2 metri durante l'attività fisica.**
- È raccomandato a tutte le **persone presenti nella zona dedicata all'arrampicata di non sostare sotto la verticale di un atleta che scala.**
- **L'utilizzo dello spogliatoio è consentito ad un solo soggetto per volta,** pertanto è fortemente consigliato di presentarsi già in tenuta da arrampicata; **non sarà possibile l'utilizzo della doccia.**

### NOLEGGIO ATTREZZATURA

- È possibile noleggiare solo scarpette per chi ne fosse sprovvisto.
- Per garantirne la sanificazione delle attrezzature dopo il noleggio, gli oggetti noleggiati saranno sottoposti ad una quarantena di 72 ore: l'utilizzatore, al momento della riconsegna, deve mettere l'attrezzatura utilizzata negli appositi contenitori per il successivo stoccaggio da parte dello staff.

### ATTREZZATURA PERSONALE

- **L'attrezzatura ed i vestiti non utilizzati devono essere riposti all'interno del proprio zaino o della propria borsa.**
- **Le scarpette d'arrampicata vanno utilizzate solo nell' area di arrampicata,** in tutte le altre aree dell'impianto sportivo devono essere indossate calzature idonee.
- **Non è possibile lasciare in custodia presso la palestra attrezzatura personale** (scarpe, imbraghi, zaini ecc.).

### CIBO E BEVANDE

- È opportuno portare con sé una borraccia e non dividerla con altri.

## E' OBBLIGATORIO RISPETTARE TUTTE LE SUDDETTE REGOLE DI COMPORTAMENTO PER POTER ACCEDERE E PERMANERE ALL' INTERNO DELLA STRUTTURA

Per quanto non espressamente specificato si fa riferimento al "Protocollo per la riduzione del rischio da COVID-19 per la ripresa dell'attività sportiva indoor e outdoor su strutture artificiali e naturali di arrampicata sportiva" del 26 Maggio 2020 della F.A.S.I. - Federazione Arrampicata Sportiva Italiana

**GRAZIE DELLA COLLABORAZIONE - LO STAFF TOTEM**