



## **Ε.Φ.Ε.Ο.Ζ-Ζ**

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΙΛΑΘΛΟΣ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΖΙΟΥ-ΖΙΤΣΟΥ**  
Αρ. Μητρώου Αθλητικής Αναγνώρισης Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού ΟΧ-088

**ΑΘΗΝΑ 02/06/2021**

**ΑΡ. ΠΡΩΤ.: 85-2**

### **ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΩΝ ΖΙΟΥ ΖΙΤΣΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ Ε.Φ.Ε.Ο. ΖΙΟΥ-ΖΙΤΣΟΥ**

#### **ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ**

- Η χωρητικότητα των κλειστών αθλητικών εγκαταστάσεων σύμφωνα με τις **Διευκρινιστικές Οδηγίες της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού για την άθληση στο σύνολο της Επικράτειας, υπό το καθεστώς ειδικών περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της πανδημίας COVID 19 (31/05/2021)** και τον Πίνακα 1, είναι 1 άτομο ανά 20 τ.μ. για τα πρώτα 400 τ.μ. και 1 άτομο ανά 25τμ για τα άνω των 400 τ.μ.
- Οι προπονήσεις των ακαδημιών (ανήλικοι αθλούμενοι) γίνονται σύμφωνα με τις οδηγίες λειτουργίας των ακαδημιών και απαιτείται μόνο η προσκόμιση αρνητικού αποτελέσματος self test για κάθε τεστ για το οποίο είναι υπόχρεοι στο σχολείο. (Δεν απαιτείται rapid test για αυτή τη κατηγορία αθλούμενων)
- Οι αθλητές (με δελτίο αθλητικής ιδιότητας) εφαρμόζουν το testing σύμφωνα με τον πίνακα 2 (1 rapid ανά εβδομάδα, εκτός και αν είναι υπόχρεοι self test λόγω άλλης ιδιότητας, οπότε κάνουν 1 rapid ανά 2 εβδομάδες, σε κυλιόμενη βάση ανά σωματείο).
- Testing προπονητών: οι προπονητές ακολουθούν το testing των αθλητών που εφαρμόζεται στο άθλημά τους.
- Για την είσοδο έξοδο στην αθλητική εγκατάσταση θα γίνεται χρήση του εντύπου: **Κατάλογος εισερχομένων-εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση (από 06/04/2021)**
- Καθαρισμός-απολύμανση σύμφωνα με το πρωτόκολλο του ΕΟΔΥ για τον καθαρισμό/απολύμανση μη υγειονομικών χώρων: **<https://eody.gov.gr/odigies-gia-ton-perivallontiko-katharismo-mi-yeionomikon-monadon-poy-echoyn-ektethei-ston-io-sars-cov-2/>**
- Διαχείριση κρούσματος σε αθλητές: **Επικαιροποιημένες Οδηγίες για τη διαδικασία ελέγχων COVID-19 και για τη διαχείριση κρούσματος στον αθλητισμό (13/03/2021)**

ΙΑΚ. ΔΡΑΓΑΤΣΗ 8 ΠΕΙΡΑΙΑΣ Τ.Κ. 185.35

FAX: + 30 210 4172714 KIN.+ 30 6937-404079 +30 6936-806924

E-MAIL: [efeozz@yahoo.gr](mailto:efeozz@yahoo.gr)

WEB-SITE: [www.jujitsu.gr](http://www.jujitsu.gr)

- Διαχείριση κρούσματος σε αθλούμενους, τεχνικό επιτελείο ή προσωπικό συλλόγου/ομοσπονδίας/εγκατάστασης: Οδηγίες του ΕΟΔΥ για τον γενικό πληθυσμό : <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/11/COVID19-lixixi-karantinas-apomonosis.pdf>
- Ισχυρή σύσταση οι αθλητές να διαθέτουν επικαιροποιημένη κάρτα υγείας.
- Οι αθλητικοί σύλλογοι έχουν την υποχρέωση να ορίσουν άτομο υπεύθυνο Covid και με email να το γνωστοποιήσουν στην Ομοσπονδία.
- Οι αθλητικοί σύλλογοι καλούνται να συμπληρώνουν και να γνωστοποιούν με email στην Ομοσπονδία κάθε Πέμπτη τον πίνακα με τα συγκεντρωτικά στοιχεία που αφορούν την διενέργεια των τεστ των αθλητών και τα αποτελέσματά τους
- Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική σε όλους τους χώρους. Εξαιρούνται οι αθλητές κατά την διάρκεια της άσκησης και οι προπονητές εφόσον συμμετέχουν ενεργά στην προπόνηση.
- Απαγορεύεται η παρουσία θεατών σε όλες τις προπονήσεις
- Αποδυτήρια: κλειστά.
- Σε όλους τους χώρους θα πρέπει να υπάρχει διαθέσιμο αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (ή gel) 70% για απολύμανση χεριών.
- Αποφυγή συνθηκών συγχρωτισμού, χειραψιών και εναγκαλισμών. Τήρηση απόστασης 2 μέτρων από άλλα άτομα. Κατά τη διάρκεια της άσκησης προτείνεται η τήρηση των ακόλουθων αποστάσεων: Απόσταση 2 μέτρων μεταξύ αθλητών σε στάση.
- Προπονήσεις σε ολιγομελή τμήματα χρονικής διάρκειας 45-60 λεπτών
- Αύξηση του αριθμού των τμημάτων ανά ημέρα. Προτείνεται η λειτουργία πρωινών και απογευματινών τμημάτων τους καλοκαιρινούς μήνες.
- Φυσικός αερισμός και καθαρισμός της εγκατάστασης πριν και μετά από κάθε προπόνηση
- Χρήση ατομικών προσωπικών ειδών και αντικειμένων από τους αθλητές (πετσέτα, νερό, ρούχα και αξεσουάρ προπόνησης κτλ)
- Ενθάρρυνση των αθλητών για σχολαστικό πλύσιμο χεριών
- Σε περίπτωση που κάποιος εμφανίσει πυρετό ή άλλα συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη από ιό COVID-19 (δύσπνοια, έντονη κόπωση, βήχα) δεν θα προσέρχεται στην εγκατάσταση. Εφόσον πρόκειται για αθλητή, προπονητικό προσωπικό ή προσωπικό της ομάδας θα ενημερώνει άμεσα τηλεφωνικά τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομάδας.

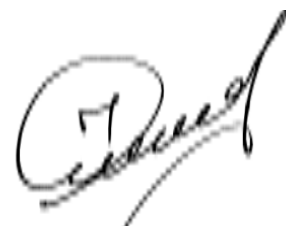
#### ΓΙΑ ΤΗΝ Ε.Φ.Ε.Ο. Ζ-Ζ

Η Πρόεδρος



ΧΑΡΙΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ

Ο Γεν. Γραμματέας

ΠΟΥΛΙΚΙΔΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ