



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ
ΦΩΚΙΩΝΟΣ ΝΕΓΡΗ 9 ΤΚ 112 57 – ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ.: 210 86 74 884 – ΦΑΞ.: 210 86 73 727
e - mail: info@hellenicboxing.org.gr
url: www.hellenicboxing.org.gr

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ Ε.Ο. ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ ΙΟΥΛΙΟΣ 2021

- Η χωρητικότητα των κλειστών αθλητικών εγκαταστάσεων σύμφωνα με τις **ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΤΗΣ Γ.Γ.Α. ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΘΛΗΣΗ ΣΤΟ ΣΥΝΟΛΟ ΤΗΣ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑΣ ΥΠΟ ΤΟ ΚΑΘΕΣΤΩΣ ΕΙΔΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΡΙΣΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19**, οι οποίες αλλάζουν με τα επιδημιολογικά δεδομένα 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.
- Για τη χρήση για όλους τους αθλητές και το προπονητικό προσωπικό, είναι απαραίτητος ο έλεγχος (testing), όπως αναφέρονται και ισχύουν κάθε φορά οι **[ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΘΛΗΣΗ ΣΤΟ ΣΥΝΟΛΟ ΤΗΣ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑΣ ΥΠΟ ΤΟ ΚΑΘΕΣΤΩΣ ΕΙΔΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΡΙΣΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19](#)**
- 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-ygeionomikon-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 \(13/03/2021\)](#)**
- 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-lixi-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: Επιτρέπεται η χρήση αποδυτηρίων σύμφωνα με τις προϋποθέσεις της παρ. (13) των διευκρινιστικών οδηγιών της Γ.Γ.Α..

- 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 10μελή τμήματα χρονικής διάρκειας 45-60 λεπτών
- Προπόνηση εξομοίωσης αγώνα (Σπάρινγκ) μέσα στο Ρινγκ.
- 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.