

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΑΛΗΣ
ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ
ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

(Σε κλειστή εγκατάσταση)

Η Ελληνική Ομοσπονδία Πάλης προχώρησε στον καταρτισμό Υγειονομικού Πρωτοκόλλου που αφορά τη διεξαγωγή αγώνων, θέλοντας να συμβάλλει στην ασφαλέστερη δυνατή παρουσία τόσο των αθλητών/τριών, όσο και των προπονητών, διαιτητών και εργαζομένων. Αφορά τους αγώνες που οργανώνονται από την Ομοσπονδία ή με έγκριση της από Σωματεία ή συνεργαζόμενους φορείς , σε διάφορες κατηγορίες φύλων και ηλικίας, όπως προβλέπονται από τους κανονισμούς .

Εφαρμογή υγειονομικών μέτρων για Αγώνες

Γενικές οδηγίες αγώνων

- Θα τηρείται υποχρεωτικά κατάλογος Εισερχομένων – Εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση που το συμπληρώνουν όσοι εισέρχονται και εξέρχονται της εγκατάστασης.
- Όλοι εκτός των αθλητών πρέπει να προσκομίσουν Δελτίο Καταγραφής Αθλούμενου (άπαξ).
- Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική σε όλους τους χώρους. Εξαιρούνται οι αθλητές κατά την διάρκεια της άσκησης.
- Όλοι όσοι εισέρχονται στους αγώνες (προπονητές, διοίκηση, εργαζόμενοι κλπ) προσκομίζουν συμπληρωμένο Δελτίο Καταγραφής Αθλούμενου (το οποίο ανανεώνεται ανα εβδομάδα). Οι αθλητές προσκομίζουν πρόσφατη Ιατρική Βεβαίωση.
- Είναι υποχρεωτική και αυστηρή η τήρηση των ατομικών μέτρων υγιεινής καθώς και της **ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ** όλων των εμπλεκόμενων στη διαδικασία των αγώνων, διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην προσπάθεια της Ομοσπονδίας για την επανέναρξη της αγωνιστικής δραστηριότητας.
- Σε όλους τους χώρους θα είναι αναρτημένοι σε εμφανή σημεία οι υγειονομικοί δεκάλογοι της Γ.Γ.Α.
- Ο αθλητής/τρια πρέπει να έχει μαζί του ένα σάκο όπου θα περιέχει, πετσέτα , αντισηπτικά μαντηλάκια, προστατευτική μάσκα και εμφιαλωμένο νερό επίσης να φέρει την ιατρική βεβαίωση covid-19 .
- Ο προπονητής και ο συνοδός πρέπει να φέρει προστατευτική μάσκα , να γίνεται συχνή απολύμανση των χεριών με αντισηπτικό διάλυμα, επίσης να έχει συμπληρώσει τον κατάλογο εισερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση(σύμφωνα με τις κυβερνητικές οδηγίες).
- Στην γραμματεία θα προσεγγίζει αποκλειστικά μόνο ένας από κάθε σωματείο για την διεκπεραίωση, με τους υπόλοιπους αντιπροσώπους των άλλων σωματείων , θα πρέπει να φορούν μάσκα προστασίας και να τηρούν απόσταση 2 μέτρων .
- Ο Διαιτητής ο Ιατρός το προσωπικό των αγώνων και του γυμναστηρίου πρέπει να φέρουν προστατευτική μάσκα & γάντια μίας χρήσεως επίσης να έχουν συμπληρώσει τον κατάλογο εισερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση (σύμφωνα με τις κυβερνητικές οδηγίες).

Οδηγίες προληπτικού ελέγχου (testing)

- **Ο έλεγχος μπορεί να είναι μοριακός (RT-PCR) ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) εντός 48ώρου πριν τους αγώνες.** Συστήνεται το άμεσο τεστ αντιγόνου να γίνεται την ημέρα των αγώνων ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ωρο πριν τον αγώνα, Αν υπάρχουν διαδοχικές μέρες αγώνες πχ Παρ-Σαβ-Κυρ, 1 τεστ πριν τον πρώτο αγώνα. Αν οι αγωνιστικές μέρες είναι πάνω από τρείς (3) τότε ανά τρία (3) 24ωρα).

Εάν θα γίνει ομαδική μετακίνηση των αθλητών για τους αγώνες συστήνεται το testing να γίνει πριν την μετακίνηση (πριν την επιβίβαση σε αεροπλάνο, πούλμαν κτλ) εφόσον όμως τηρούνται τα όρια της ως άνω παραγράφου.

Πριν τον αγώνα

- **Διαμονή:** Σε συνεργασία με τα επιλεγμένα ξενοδοχεία θα διασφαλιστεί το υγειονομικό πρωτόκολλο διαμονής (σύμφωνα με τις κυβερνητικές οδηγίες).
- **Μετακινήσεις :** Δεν απαιτούνται βεβαιώσεις καθώς δεν υπάρχουν περιορισμοί μετακίνησης.

Εφαρμογή υγειονομικών μέτρων στον Αγωνιστικό χώρο - χώρους ιατρικής εξέτασης & ζύγισης

- Ορίζεται με ευθύνη της ομοσπονδίας υπεύθυνος εισόδου στον αγωνιστικό χώρο για την υποδοχή των αθλητών ο οποίος θα φορά προστατευτική μάσκα και γίνεται συχνή απολύμανση των χεριών με αντισηπτικό διάλυμα.
- Οι υπεύθυνοι της εγκατάστασης σε συνεργασία με την ΕΛ.Ο.Π. θα ορίζουν **ΜΟΝΟ** μία είσοδο για την προσέλευση όλων των εμπλεκόμενων (αθλητές, προπονητές, συνοδοί, διαιτητές, ιατροί, μέλη του Δ.Σ. ΕΛ.Ο.Π, προσωπικό ΕΛ.Ο.Π., προσωπικό σταδίου κ.α.) στο Στάδιο. Η είσοδος αυτή θα ελέγχεται από το προσωπικό φύλαξης της εγκατάστασης και θα πρέπει να πληροί τις προδιαγραφές για την ασφαλή είσοδο όλων των παραπάνω.
- Ο υπεύθυνος υποδέχεται τους αθλητές προπονητές συνοδούς διαιτητές προσωπικό αθλητικούς παράγοντες στον οποίο **προσκομίζουν** το έντυπο καταλόγου εισερχομένων . (Κατάλογος εισερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση για ενδεχόμενο ιχνηλάτησης λόγω COVID-19.)
- Ορίζει τις θέσεις στην κερκίδα με τις απαραίτητες αποστάσεις ασφαλείας για αθλητές προπονητές συνοδούς και αθλητικούς παράγοντες .
- Φροντίζει για την απολύμανση των χεριών με αντισηπτικό που θα βρίσκεται στην είσοδο του γυμναστηρίου καθώς και στους χώρους διαιτησίας –γραμματείας και όπου είναι εφικτό οι πόρτες να είναι ανοικτές .

Ιατρική εξέταση & ζύγιση - κλήρωση

- Όλοι οι συμμετέχοντες στην ιατρική εξέταση & ζύγιση (γιατροί, διαιτητές, αθλητές, πρόσθετο προσωπικό) πρέπει να φορούν μάσκα προστασίας.

Κατά την Ιατρική εξέταση :

- Οι γιατροί που διενεργούν την ιατρική εξέταση ή παροχή ιατρικής βοήθειας θα πρέπει να φορούν μάσκα και γάντια.
- Ο αθλητής πρέπει να έχει συμπληρώσει πρόσφατα το έντυπο ιατρικού ιστορικού αθλητή και να φέρει την ιατρική βεβαίωση από ιατρό (σύμφωνα με τις κυβερνητικές οδηγίες COVID - 19) την οποία θα παραδώσει στον Ιατρό των αγώνων κατά την Ιατρική Εξέταση .

- Ο γιατρός ελέγχει τη θερμοκρασία κάθε αθλούμενου κατά την ιατρική εξέταση .
- Οι γιατροί πρέπει να παραμένουν σε επαγρύπνηση για κάθε σύμπτωμα όπως αυτό περιγράφεται από τον ΕΟΔΥ και τις όποιες ενδείξεις λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος, επίσης φροντίζουν για τον χώρο απομόνωσης τυχών περιστατικού και ενημέρωση του ΕΟΔΥ.

Κατά την ζύγιση – κλήρωση :

- Μέχρι 2 διαιτητές ανά Ζυγαριά & 1 άτομο γραμματεία κρατώντας τις αποστάσεις.
- Δεν επιτρέπονται οι αρχηγοί ομάδων ή οι προπονητές στην ιατρική εξέταση και στην περιοχή της ζύγισης
- Στους χώρους που χρησιμοποιούνται για την Ιατρική εξέταση , ζύγιση & την κλήρωση θα υπάρχει αρκετός χώρος ώστε να επιτρέπεται η τήρηση απόστασης 2 μέτρων
- Ο υπεύθυνος θα σημαδέψει τις αποστάσεις στο πάτωμα για την ουρά κατά τη διάρκεια της ζύγισης Κλήρωσης & της Ιατρικής εξέτασης.
- Κατά την κλήρωση θα συμμετάσχει μόνο ο αρχηγός της ομάδας ή ο προπονητής με τήρηση απόστασης 2 μέτρων .

Κατά τη διάρκεια των αγώνων

- Απαγορεύεται η παρουσία θεατών σε όλους τους αγώνες. Στις κερκίδες θα βρίσκονται μόνο αθλητές, συντελεστές των αγώνων και ελάχιστοι προσκεκλημένοι με διαπίστευση.
- Σύσταση για αποφυγή εναγκαλισμών και χειραψιών.
- Οι αθλητές κατά την διάρκεια της προθέρμανσης και φυσικής κατάστασης τηρούν απόσταση ασφαλείας 1,5 μέτρο μεταξύ τους.
- Ο Διαιτητής φροντίζει να απολυμαίνονται τα παπούτσια του αθλητή με αντισηπτικό, στον ειδικά προβλεπόμενο χώρο πριν την είσοδο του στην παλαίστρα.
- Οι αθλητές μετά το τέλος του κάθε αγώνα μεταβαίνουν στις εξέδρες κρατώντας τις αποστάσεις και φορώντας τη μάσκα τους.

Μέτρα που εφαρμόζονται για τους διαιτητές

- Έλεγχος των μαγιό και του σώματος πρέπει να πραγματοποιείται από τον διαιτητή με απολύμανση των χεριών του πριν και μετά τον έλεγχο και στο τέλος του αγώνα .
- Οι διαιτητές δεν πρέπει να αγγίζουν τους αθλητές κατά την διάρκεια του αγώνα (καμία επαφή)
- Δεν γίνεται χειραψία μεταξύ των παλαιστών και των διαιτητών (οι αθλητές πρέπει να υποκλίνονται στον διαιτητή)
- Ο νικητής δηλώνεται από τον διαιτητή με την άρση του αντίστοιχου χεριού του (κόκκινο-μπλέ) .
- Ο πρόεδρος της παλαίστρας θα καλέσει σε σύσκεψη μόνο όταν είναι απολύτως απαραίτητο.
- Στην ένσταση παρευρίσκονται οι εμπλεκόμενοι με τήρηση απόστασης 2 μέτρων_.
- Αρκετός χώρος μεταξύ του προέδρου στην παλαίστρα και του χρονομέτρη καθώς των υπευθύνων της ΚΕΔ και της γραμματείας των αγώνων τήρηση απόστασης 2 μέτρων

- Πριν από τη χρήση των παλετών ο κριτής και ο πρόεδρος της παλαίστρας πρέπει να απολυμάνουν τα χέρια τους.

Απονομές

- Δεν επιτρέπονται απονομές και τα μετάλλια με τα διπλώματα, των διακριμένων αθλητών, θα τα παραλαμβάνουν οι ίδιοι από ένα τραπέζι χωρίς επαφή, χωρίς συνωστισμό ή θα παραδίδονται συνολικά από την γραμματεία των αγώνων στον προπονητή ή στον εκπρόσωπο του σωματείου.

Μετά το τέλος των αγώνων

- Οι αθλητές μετά το τέλος των αγώνων και πριν εξέλθουν του χώρου, απολυμαίνουν τα χέρια τους με αντισηπτικό.
- Διατηρούνται τα ονόματα και τα στοιχεία επικοινωνίας όλων των συμμετεχόντων για τουλάχιστον ένα μήνα.

Εφαρμογή μέτρων καθαριότητας - απολύμανσης των χώρων και της παλαίστρας

- Σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ εξασφαλίζουμε ότι ο καθαρισμός/απολύμανση των χώρων υγειονομικών χώρων
- Καθαρισμός/απολύμανση της παλαίστρας έχει πραγματοποιηθεί πριν και μετά από το τέλος των αγώνων, όπως και ο αερισμός .
- Εξασφαλίζουμε ότι ο καθαρισμός/απολύμανση του αθλητικού υλικού που χρησιμοποιείται από τους αθλούμενους έχει πραγματοποιηθεί πριν και μετά τους αγώνες .

Αποδυτήρια

- Για τα ανοικτά αποδυτήρια εξασφαλίζουμε την λειτουργία σύμφωνα με τις οδηγίες άσκησης Γ' φάσης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους και την ενότητα "Αποδυτήρια"
- Τα αποδυτήρια θα πρέπει να έχουν απολυμανθεί πριν την έναρξη των αγώνων.
- Οι Χώροι των αποδυτηρίων θα πρέπει να αερίζονται πολύ καλά.
- Πρόσβαση στα αποδυτήρια θα έχουν μόνο όσοι είναι εμπλεκόμενοι με τους αγώνες (αθλητές/τριες, προπονητές).
- Όπου είναι εφικτό συνίσταται η ατομική χρήση των ντους. Εναλλακτικά, σε περίπτωση που τα ντους δεν είναι ατομικά, συστήνεται να παραμένει ένα ντουζ κενό ανά χρήση των δύο.
Οι χρήστες θα πρέπει να έχουν τα προσωπικά τους είδη (σαμπουάν κλπ) όπου δεν θα τα μοιράζονται καθώς και να φορούν σαγιονάρες.
- Σε περίπτωση ύποπτου κρούσματος άμεση επικοινωνία με τον ΕΟΔΥ.
- Έντυπα καταγραφής covid-19

<p>ΕΝΤΥΠΟ 1: V3 Δελτίο καταγραφής αθλούμενου για την ασφαλή επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα</p>	<p>Συμπληρώνεται από όλους που θα συμμετάσχουν στους αγώνες: προπονητές, διαιτητές-κριτές, παράγοντες για μια μόνο φορά και παραδίδεται στην είσοδο της εγκατάστασης την πρώτη αγωνιστική ημέρα.</p>
<p>ΕΝΤΥΠΟ 2: Ιατρική Βεβαίωση αθλητή covid-19</p>	<p>Οι ιατρική βεβαίωση για τον covid-19 των αθλητών/τριών είναι πρόσφατη και κατατίθενται από τον ίδιο τον αθλητή/τρια μαζί με την κάρτα υγείας στον ιατρό των αγώνων κατά την Ιατρική Εξέταση.</p>

ΕΝΤΥΠΟ 3: V8

Κατάλογος εισερχομένων – εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση για ενδεχόμενο ιχνηλάτησης επαφών λόγω covid-19

Συμπληρώνεται και κατατίθενται από το κάθε σωματείο και κάθε εμπλεκόμενο πριν από την είσοδο στην εγκατάσταση για κάθε ημέρα των αγώνων.

Διαχείριση κρούσματος σε αθλητές

Επικαιροποιημένες οδηγίες για την διαδικασία ελέγχων COVID-19 και για την διαχείριση κρούσματος στον αθλητισμό (13/3/2021)

Διαχείριση κρούσματος στο τεχνικό επιτελείο ή προσωπικό

Ομοσπονδίας/Συλλόγου/Εγκατάστασης: Οδηγίες του ΕΟΔΥ για τον γενικό πληθυσμό.

1. **Εμβολιασμένοι:** Δεν έχει ληφθεί ακόμη απόφαση για απαλλαγή τους από το testing.
2. **Testing προπονητών:** οι προπονητές ακολουθούν το testing που εφαρμόζεται στα αθλήματα που καλλιεργεί η ΕΛΟΠ.
3. Το Αγωνιστικό πρωτόκολλο ισχύει για όλα τα αθλήματα που υλοποιεί η ΕΛΟΠ σε κλειστούς αγωνιστικούς χώρους (**ΠΑΛΗ – ΧΕΙΡΟΠΑΛΗ – MMA – GRAPLING**).

ΙΟΥΝΙΟΣ 2021