



# FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

## LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

### LINEE GUIDA TECNICO SANITARIE PER LE ATTIVITA' DI ALLENAMENTO SPORTIVO

VERSIONE 20200522 VALIDA DAL 18 MAGGIO 2020 E FINO AD ULTERIORI VARIAZIONI

ELABORATE DALLA COMMISSIONE MEDICA, DAL COMITATO IMPIANTI, DALLA COMMISSIONE SICUREZZA, DAL DIPARTIMENTO INNOVAZIONE E STRATEGIE DI SVILUPPO CON IL SETTORE TECNICO SPORTIVO DELLA FMI RECEPITE LE LINEE GUIDA DELL'UFFICIO PER LO SPORT DELLA PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI

- Il presente documento, è stato predisposto in ottemperanza con quanto stabilito dal DL n.33 del 16 maggio e dal DPCM del 17 maggio 2020.
- Il presente documento recepisce anche le Linee Guida pubblicate dall'Ufficio dello Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri n.3180 del 4 maggio 2020.
- La Federazione Motociclistica Italiana ha individuato Fattori di Rischio delle proprie discipline e delle sue specialità presenti nel rapporto CONI "Lo Sport Riparte in sicurezza" del 26/04/2020 e su cui si basano le presenti disposizioni.
- Quanto riportato **non è sostitutivo dei decreti e delle ordinanze governative nazionali e territoriali ma è integrativo di esse** e contestualizza le misure dettate dalla comunità tecnico scientifica (ISS, FMSI) essendo queste in continua evoluzione. Le presenti Linee Guida saranno continuamente revisionate.
- Le presenti disposizioni non sostituiscono quelle già in essere, bensì le integrano a fronte della problematica Covid19.





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

## L'ATTIVITÀ FEDERALE

ALLENAMENTI, CORSI, GARE

## SUDDIVISIONI DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE FMI

### PREMESSE

L'attività sportiva motociclistica che si svolge sotto l'egida della FMI viene effettuata attraverso eventi distinti:

- a) Attività di allenamento sportivo o di pratica amatoriale (non agonistica) che non si svolge sotto il diretto controllo della FMI e che mette semplicemente a disposizione dei propri tesserati strumenti assicurativi di tutela della propria attività. **(attualmente consentita spostandosi da una Regione e l'altra esclusivamente agli Atleti di Interesse Nazionale salvo diverse ordinanze a livello regionale)**
- b) Attività di Formazione Tecnica Sportiva e Agonistica effettuata attraverso Corsi strutturati sotto il controllo del Settore Tecnico Sportivo e aventi specificità notevolmente differenziate tra le varie discipline motociclistiche. Questa attività è assimilabile all'allenamento cui viene integrata una parte didattica effettuata dal tecnico federale. **(attualmente consentita solo con gli Atleti. Possono sportarsi da una Regione e l'altra esclusivamente agli Atleti di Interesse Nazionale salvo diverse ordinanze a livello regionale)**
- c) Attività di agonismo effettuata in manifestazioni sportive competitive organizzate da Moto Club e organizzatori federali a livello territoriale, nazionale e internazionale sotto il controllo dei Comitati Sportivi. **(attualmente non consentita).**





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL  
COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

### ALLENAMENTO INDIVIDUALE

## 1. ALLENAMENTI SPORTIVI

### PREMESSE

- L'obiettivo del presente documento è, quindi, quello di fornire una serie di indicazioni di carattere preventivo atte a ridurre al minimo il rischio sanitario di infezione da virus SARS-CoV-2.
- Il presente documento ha, inoltre, il compito di fornire al Titolare di Impianto Omologato dalla Federazione Motociclistica Italiana, ai sensi degli obblighi normativi vigenti, le linee guida comportamentali allo scopo di ridurre il rischio di contagio da SARS-CoV-2.
- Il titolare dell'omologazione, sempre ai sensi delle norme vigenti, avrà il compito di applicare e far rispettare (anche tramite suoi delegati) queste indicazioni adattandole alle caratteristiche dell'impianto stesso: struttura, dimensione, capacità ricettiva ed attività svolta.
- Le presenti indicazioni e raccomandazioni, sono prevalentemente di carattere igienico sanitario da osservare durante l'esercizio dell'impianto, nei limiti e condizioni in cui lo stesso potesse essere autorizzato dall'attuale quadro normativo all'apertura ovvero all'esercizio della pratica sportiva.
- La sanificazione degli ambienti deve essere effettuata ai sensi della circolare ministeriale n 5443-22 febbraio 2020 Ministero della Salute e sue s.m.i. nonché del Rapporto CONI del 26/04/2020.

### ALLENAMENTO INDIVIDUALE

#### IMPIANTI

## ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI

### IMPIANTO OMOLOGATO FMI

Ai sensi delle norme CONI, gli impianti sono distinti in:





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

- impianti sportivi agonistici, in cui possono svolgersi attività ufficiali (agonistiche) della FMI;
- impianti sportivi di esercizio, non destinati all'agonismo, ovvero utili per attività propedeutiche, formative e/o di mantenimento delle discipline sportive della FMI.

Le omologazioni sono poi suddivise in:

- omologazione base (di esercizio)
- omologazione competizione (per lo svolgimento di attività agonistico/competitive) suddivise in livelli e categorie

Le specialità motociclistiche svolte in impianti sono:

Velocità, Velocità minore, Supermoto, Motocross (minicross, quad cross, sidecar cross, supercross) Easy cross, Baby cross, Speedway e Flat-track

Data la molteplicità di discipline praticate, si è scelto il criterio di disciplinare le singole "zone omogenee" che caratterizzano trasversalmente pressoché tutti gli impianti in modo che le indicazioni igienico sanitarie siano applicabili in presenza di specialità sportive differenti.

Di seguito la tabella delle accessibilità alle singole zone nel corso di attività di allenamento:

#### ZONIZZAZIONE STANDARD PER IMPIANTI SPORTIVI MOTOCICLISTICI ( allenamento)

	Zona	Personale addetto	Piloti	Accompagnatori	Pubblico
<b>A</b>	Servizi a supporto 1 (Segreteria/Sala briefing / Direzione Gara / Aree addetti / Infermeria)	Sì	Sì	No	No
<b>B</b>	Servizi a supporto 2 Accesso, Paddock e Pit-Lane (area segnalatori e meccanici)	Sì	Sì	Sì	No
<b>C</b>	Servizi Igienici	Sì	Sì	Sì	No
<b>D</b>	Area di attività sportiva (Circuito e pista)	Sì	Sì	No	No
<b>E</b>	Locali Ristoro	Sì	Sì	Sì	Sì
<b>F</b>	Area Pubblico	Sì	Sì	Sì	Sì





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

---

***In generale l'accesso deve essere contingentato, possibilmente con prenotazione preventiva in relazione agli spazi disponibili ovvero minimi necessari al rispetto della distanza di sicurezza.***

---

Tutti coloro che accedono alle aree A, B, C e D devono:

- Essere identificati e registrati sia che siano piloti, accompagnatori, Tecnici o personale di servizio all'impianto e al circuito.
- Il pilota che accede all'impianto dovrà compilare modulo di autodichiarazione attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-CoV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza.
- Lo stesso modulo debitamente compilato andrà inviato al motoclub di appartenenza e consegnato all'impianto.
- Tutti i piloti devono essere in possesso di Licenza agonistica in corso di validità anche relativamente alla data di scadenza della idoneità medico sportiva.
- Per gli atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia (perdita olfatto), ageusia (perdita del gusto) si esegue lo screening previsto per gli atleti COVID+ e sintomatici da protocollo FMSI pubblicato:
  1. Test da sforzo massimale con valutazione polmonare (test cardio polmonare) e saturazione O<sub>2</sub> a riposo, durante e dopo sforzo.
  2. Ecocardiogramma color doppler
  3. ECG Holter 24hr. Inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo
  4. Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV)
  5. Esami ematochimici





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

6. Radiologia polmonare: TAC per COVID+ consigliabile e a giudizio del medico responsabile sanitario.

7. Nulla osta infettivologico alla ripresa (per gli atleti COVID +)

- Gli atleti Covid+ accertati e guariti dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 gg. prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico di Medicina Generale. Il Medico potrà, a suo giudizio, ampliare test ed esami.
- Per qualunque insorgenza di sintomatologia ascrivibile a COVID-19 si deve prontamente interrompere l'attività di allenamento ed avvisare il proprio medico referente/numeri di emergenza governativi.
- Si raccomanda il pilota di contattare il medico dello sport di fiducia prima di iniziare gli allenamenti nel caso, per motivi sanitari individuali, si ritenga di avere una maggiore suscettibilità all'infezione da Sars-Cov-2 o un rischio più elevato di complicanze.
- Il pilota e gli accompagnatori, protetti da mascherina chirurgica correttamente indossata e guanti (sempre puliti onde non costituire fonte di contagio o in alternativa detersione mani con gel alcolico), devono essere sottoposti, all'accesso all'impianto in zona triage separata, alla misurazione della temperatura corporea con termometro digitale. In caso di temperatura maggiore di 37.5°C si raccomanda di ricontrollare la temperatura e, nel caso venga confermato l'aumento di temperatura o di sintomi sospetti, non si permetta il procedere nell'impianto stesso attivando i protocolli sanitari da disposizioni governative in essere comprensivi del numero unico di emergenza e dei numeri verdi regionali e procedendo all'isolamento del soggetto stesso e dei contatti stretti.
- Per i Piloti COVID+ si farà riferimento al protocollo FMSI vigente.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Per i piloti non agonisti, Tessere Sport e Tessere Mini, è opportuno fare anche riferimento alle linee guida FMSI per la ripresa dell'attività fisica dopo lockdown per pandemia coronavirus.
- Tutti i piloti licenziati agonisti faranno riferimento al protocollo FMSI per la ripresa dell'attività sportiva degli atleti.

## **ALLENAMENTO INDIVIDUALE**

### **IMPIANTI – AMBIENTI E SERVIZI**

## **ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI**

### **1. LOCALI DI SEGRETERIA E SERVIZI ALL'IMPIANTO**

- Obbligo di Mascherina dispositivo medico in tutti gli ambienti.
- Rispetto della distanza interpersonale di 1 metro preferibilmente 2 metri.
- Si prevede l'uso di barriere antirespiro nelle zone considerate critiche per contatto diretto.
- Dispenser con gel disinfettante a base alcolica all'ingresso.
- Messa a disposizione del regolamento di impianto e del documento informativo sul protocollo di igiene sanitaria in vigore in impianto.
- Sanificazione a conclusione di ciascuna giornata di allenamento o con cadenza più frequente a seconda delle caratteristiche di utilizzo dei locali.
- La sanificazione delle aree comuni ad uso ufficio, delle postazioni di lavoro, delle aree ristoro, delle sale briefing è richiesta almeno una volta al giorno.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Per le superfici toccate più di frequente utilizzando panni diversi per ciascun tipo di oggetto/superficie (porte, maniglie, finestre, vetri, tavoli, interruttori della luce, servizi igienici, rubinetti, lavandini, scrivanie, sedie, tasti, tastiere, telecomandi stampanti) le attività di pulizia devono essere effettuate con cadenza giornaliera almeno due volte al giorno.
- Il personale addetto e presente nelle aree chiuse dovrà essere ridotto al minimo e presente solo allo scopo di permettere lo svolgimento dell'attività sportiva in sicurezza. Lo svolgimento delle mansioni operative dovrà essere svolto in accordo con il contrasto del contagio e pertanto sono da privilegiare, ove possibile, attività all'aperto.

#### **Ambulatorio/Centro Medico se presente servizio sanitario:**

- L'ingresso in ambulatorio/centro medico deve essere contingentato.
- L'ingresso è consentito solo al pilota salvo i casi in cui il pilota sia minore od in condizione di particolare severità nel qual caso è permesso un accompagnatore sempre con mascherina e guanti che attenderà in zona dedicata.
- Deve essere prevista una distanza minima di due metri tra i letti di trattamento. Secondo le procedure di sicurezza bisognerà sempre indossare DPI appropriati al trattamento del caso ( guanti, mascherine chirurgiche e/o Ffp2/Ffp3, occhiali protettivi o visiera protettiva, abiti protettivi, calzari, cuffia) da parte del personale sanitario.
- Mascherine chirurgiche e guanti verranno sempre indossati dai piloti richiedenti un trattamento medico che non siano appena caduti in pista e/o trasportati in ambulanza, nel qual caso si valuterà o meno la possibilità di farli indossare.
- Utilizzare quando possibile sempre materiali monouso, i quali dovranno essere smaltiti nel rispetto delle disposizioni legislative vigenti.
- Tutti gli strumenti non monouso utilizzati per la visita (fonendoscopi, apparecchi per la pressione ecc.) dovranno essere igienizzati dopo ogni visita.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Resta intesa la sanificazione da eseguirsi secondo le linee ministeriali.
- L'ambulatorio ove si svolge la visita dovrà essere il più sovente possibile adeguatamente aerato prestando particolare attenzione all'igiene e alla sanificazione periodica con soluzioni disinfettanti a base di candeggina o cloro oppure soluzioni a base alcolica.

#### **Eventuale Presenza fisioterapisti :**

- Prevedere non più di un soggetto per seduta ambulatoriale od in altro ambiente chiuso.
- DPI e protezioni obbligatorie per fisioterapista : mascherina chirurgica (meglio mascherina Ffp2), guanti, occhiali protettivi/visiera, abiti protettivi.
- Prevedere mascherine chirurgiche e guanti per i piloti.
- Utilizzare possibilmente sempre materiali monouso, i quali dovranno essere smaltiti nel rispetto delle disposizioni legislative vigenti. Tutti gli strumenti non monouso utilizzati per il trattamento dovranno essere igienizzati dopo ogni seduta.
- L'ambulatorio ove si svolge il trattamento dovrà essere il più sovente possibile adeguatamente aerato prestando particolare attenzione all'igiene e alla sanificazione periodica con soluzioni disinfettanti a base di candeggina o cloro oppure soluzioni a base alcolica.

#### **Spogliatoi se presenti:**

Ingresso contingentato da prevedersi a seconda dell'ampiezza dei locali avendo cura del rispetto di una superficie indicativa minima di 10 mq/persona.

- Obbligo di mantenere la distanza sociale di sicurezza di 1 metro preferibilmente 2 metri.
- Non è prevista l'effettuazione di docce.
- Sanificazione dell'ambiente come da protocollo ambienti comuni/chiusi da effettuarsi a seconda dell'utilizzo.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

## **ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI**

### **2.PADDOCK E PIT-LANE**

- Paddock: area all'aperto, recintata, destinata allo stazionamento di automezzi di trasporto e motocicli nonché loro manutenzione e vestizione dei piloti.
- In tale area è previsto l'accesso contemporaneo di un numero massimo di piloti pari al triplo di quelli ammessi in pista secondo il documento di omologazione (v. piloti ammessi in gara) nel rispetto comunque di una superficie minima di 100 mq/pilota.
- Per ogni pilota può essere consentito l'accesso al massimo di 2 accompagnatori.
- Gli spostamenti nel paddock sono consentiti solo per usufruire dei servizi dell'impianto e secondo i percorsi indicati o comunque minimi possibili senza interferire con altri stalli di stazionamento.
- Per gli impianti che possiedono più percorsi omologati tali quantità di persone potranno essere sommate ma sempre nel rispetto di una superficie minima di 100 mq/pilota.
- Stalli di stazionamento: aree ove si posizionano i mezzi di trasporto, i motocicli e le eventuali pertinenze di ogni pilota e degli accompagnatori. Le zone di stazionamento stabile delle persone devono essere distanti almeno 5 metri tra loro.
- Circolazione con mascherina dispositivo medico obbligatoria, non per i piloti nel momento in cui indossano il casco perché in procinto di iniziare o di concludere l'attività sportiva in moto.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Pit-Lane o area segnalatori e meccanici: accesso contingentato ai soli meccanici dei piloti in pista e provvisti di guanti, mascherina dispositivo medico e tessera FMI. Il numero massimo di persone ammesse nell'area è in funzione della superficie a disposizione per evitare l'assembramento. Può essere utile a tale scopo considerare un parametro minimo di circa 4mq/persona con mascherina obbligatoria. I piloti dovranno essere sempre distanziati e indossare il casco oppure la mascherina.
- Box (chiusi e ove presenti): Sanificazione dei predetti locali chiusi periodica in funzione dell'effettivo uso dell'ambiente suggerendone un'areazione comunque frequente. Il numero massimo di persone ammesse nella zona è in funzione della superficie a disposizione per evitare l'assembramento. Può essere utile a tale scopo considerare un parametro minimo di circa 10mq/persona.

## **ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI**

### **3.SERVIZI IGIENICI**

- Dispenser igienizzante all'ingresso.
- Lavaggio acqua e sapone (tempi lavaggio da Allegato 3) e/o uso di soluzioni alcoliche in ingresso e in uscita.
- Sanificazione locali periodica durante la giornata.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

## ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI

### **4.PISTA**

- Gli Addetti al percorso e i soccorritori intervengono sul pilota solo se muniti di mascherine Ffp2, doppi guanti ed occhiali protettivi/visiera.
- Dopo ogni trasporto in ambulanza (pista/impianto, impianto/ospedale) deve essere prevista sanificazione della stessa con disinfettanti appropriati da circolare ministeriale.
- Nel caso in cui addetti al percorso stazionino e operino in un medesimo settore non da soli, la mascherina dovrà sempre essere indossata per tutta la durata del servizio se non è possibile mantenere il distanziamento sociale in postazione. Resta inteso che la mascherina debba essere sempre indossata al momento dell'intervento sulla moto/pilota.

## ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI

### **5.LOCALI DI RISTORO: CHIOSCHI, BAR, RISTORANTI**

- Gli spazi e la distanza sociale di sicurezza dovranno rispettare i requisiti minimi di norma vigente per il settore.
- E' preferibile non utilizzare spazi chiusi ovvero propendere per un accesso contingentato per il solo prelievo dei beni e non per il loro consumo.
- Si prevede l'uso di barriere antirespiro nelle zone considerate critiche per contatto diretto.



## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Saranno a disposizione soluzioni alcoliche per disinfezione delle mani e verrà comunque richiesto ai fruitori del servizio il lavaggio delle stesse prima di accedere all'area comune. Le stoviglie dovranno essere del tipo usa e getta. Sarà necessario indossare mascherina chirurgica e guanti per tutte le operazioni di acquisto di alimenti.
- Se presenti aree di ristoro con personale addetto, lo stesso dovrà rispettare le norme igienico preventive atte al contrasto del contagio, indossare mascherine protettive, guanti e procedere alla sanificazione periodica degli ambienti secondo norme di legge.
- Il servizio di dispensazione alimenti e bevande dovrà avvenire in modalità di sicurezza con distanza tra avventore ed addetto.
- Non è previsto il servizio al tavolo.
- Tutti gli ambienti chiusi e comuni andranno ventilati e sanificati secondo le indicazioni dispositive della Circolare n. 5443/22 febbraio 2020 Ministero della Salute.

## **ATTIVITÀ SVOLTA IN IMPIANTI**

### **INDICAZIONI GENERALI**

- Attività di preparazione non in moto (briefing, debriefing, altre riunioni ed attività atletica solo in eventi competitivo formativi in cui sono presenti atleti agonisti, (gestito dal Settore Tecnico Federale) e solo in presenza del Tecnico Sportivo federale: distanziamento, relazionato in base all'impegno metabolico
- Prediligere sessioni individuali.
- Evitare scambio di cibi e bevande.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- Evitare scambio di equipaggiamento tecnico di protezione, anche se pulito.
- Evitare scambio di smartphone e tablet.
- È consigliato l'uso del supporto tecnologico per l'attività didattica.
- Si prevede l'uso di barriere antirespiro nelle zone considerate critiche per contatto diretto.
- Tutti devono indossare mascherine chirurgiche, guanti e/o sanificare mani prima di entrare (Allegato 1 e 2)
- È richiesta la possibilità di isolare soggetto con sospetta infezione e di attivazione dei protocolli sanitari da disposizioni governative in essere comprensivi del numero unico di emergenza e dei numeri verdi regionali.
- La sanificazione degli ambienti deve essere effettuata secondo disposizioni della circolare ministeriale n.5443-22 febbraio 2020 del Ministero della Salute.
- I rifiuti potenzialmente infetti (ad esempio: fazzoletti monouso, mascherine/respiratori, guanti) devono essere smaltiti secondo un sistema di raccolta dedicato a norma di legge.
- Le attività di allenamento che prevedono specialità di coppia (sidecarcross) sono consentite.





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

## ALLENAMENTO INDIVIDUALE

### ATTIVITÀ IN CAMPO APERTO

## ATTIVITÀ SVOLTA IN CAMPO APERTO

### INDICAZIONI GENERALI

Le discipline sportive motociclistiche svolte su strade e suolo pubblico ed aperte al pubblico sono: Enduro, Trial, Motorally. Trattasi di sport individuali, per cui anche gli allenamenti, solo laddove consentiti da disposizioni locali, avvengono a titolo individuale. Tuttavia possono crearsi situazioni di possibili aggregazioni sulle quali occorre porre attenzione:

- I partecipanti, quando non sono in attività sportiva dinamica da intendersi come percorso, devono usare DPI e/o mascherine chirurgiche atti a contrasto del contagio (Vedi Allegato 1 e 2).
- Devono avere a disposizione soluzioni alcoliche in mancanza di servizi igienici per sanificare mani.
- Per i Punti di Ritrovo (inizio e fine allenamento) e per la ricognizione di zone controllate e cronometrate:
  - a) Limitare gli assembramenti
  - b) Rispettare la Distanza Sociale di Sicurezza ed eventualmente utilizzare la mascherina con casco tolto e utilizzare sempre i guanti.
- Pause, colazione al sacco lungo il percorso: limitare gli assembramenti.
- Evitare scambio di cibi e bevande.
- Evitare scambio di equipaggiamento tecnico di protezione, anche se pulito.
- Evitare scambio di smartphone e tablet.





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL  
COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

### ALLENAMENTO INDIVIDUALE

#### REGISTRAZIONE DELL'ATTIVITÀ

- Particolare cautela in caso di pilota infortunato e primo soccorso in allenamento. Le procedure saranno le comuni adottate in generale per il contrasto del contagio. Avvicinarsi con mascherina, guanti ed occhiali protettivi. Se il caso lo richiede, attivare in prima istanza la catena del soccorso. Allertare il numero 112.

### REGISTRAZIONE DEGLI ALLENAMENTI AMATORIALI E SPORTIVI

#### SIGMA4ALL – PROTOCOLLO INFORMATICO

- Verrà reso disponibile il programma SIGMA per Allenamenti (SIGMA4ALL). Tutti i Motoclub o Organizzatori attraverso la piattaforma federale potranno gestire impianti omologati dalla Federazione Motociclistica Italiana con omologazione valevole per l'anno in corso.
- SIGMA4ALL prevede la registrazione dei soggetti che al momento dell'allenamento sono presenti nell'impianto e più in particolare:  
Responsabili di Pista  
Addetti al percorso  
Licenziati  
Tesserati Sport  
Accompagnatori Tesserati
- Il Responsabile di Pista e gli addetti al percorso potranno essere registrati dal gestore mentre Licenziati e Tesserati Sport avranno la possibilità di registrarsi (prenotazione) in una delle sessioni di allenamento organizzate attraverso il portale personale MYFMI, registrando altresì i loro accompagnatori tesserati nel numero massimo consentito.
- Il numero di Licenziati e/o Tesserati Sport che hanno accesso agli allenamenti avrà un tetto massimo.





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

- Il portale <http://sigma4all.federmoto.it> indicherà pubblicamente quali impianti hanno previsto allenamenti in una determinata giornata/sessione, il numero di posti disponibili ed il numero delle prenotazioni nonché il numero degli accompagnatori.
- Gli elenchi completi potranno essere estratti dai gestori nonché dagli uffici federali che potranno fornirli alle Autorità che lo richiedessero.

#### Obiettivi primari:

- Permettere la prenotazione ad un allenamento tramite MYFMI avendo evidenza della propria prenotazione
- Ridurre la possibilità di errore guidando l'atleta a prenotarsi alla sessione di allenamento giusta
- Controllo e certificazione dei dati degli atleti
- Avere evidenza sul portale dedicato <http://allenamenti.federmoto.it> della disponibilità dell'allenamento e della capienza dell'allenamento
- Risparmio di tempo e minimizzazione del contatto quando si arriva all'impianto specie in presenza di un pagamento già effettuato
- Trasparenza assoluta nella gestione e certezza nella equità di trattamento
- Attivazione di sessione allenamenti su utenza dedicata da parte del Responsabile di Pista con data ed orario, tipologia partecipazione
- Compilazione automatica degli elenchi
- Ausilio per la gestione degli spazi e snellimento dell'accoglienza
- Creazione di uno strumento per rispondere in tempo reale ad eventuali richieste da parte delle Autorità
- Realizzazione di statistiche in tempo reale e monitoraggio dell'attività





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

## ALLENAMENTO COLLETTIVO

### CORSI DI DIDATTICA E FORMAZIONE

#### PREMESSE

- Le attività di Didattica e Formazione effettuate attraverso Corsi strutturati sotto il controllo del Settore Tecnico Sportivo e organizzati dai Comitati Sportivi, i Comitati Regionali, le Scuole di Motociclismo e i Moto Club autorizzati, sono attività collettive strutturate di insegnamento delle tecniche di guida, delle tecniche sportive e di quelle agonistiche con la presenza delle figure tecniche federali abilitate in qualità di docente.
- I Corsi differiscono per disciplina e tipologia della didattica oltre per la specificità dell'allievo e il suo grado di abilità, ma hanno in comune il concetto di attività collettiva effettuata attraverso la didattica mediata da una o più figure tecniche e una maggiore propensione di prossimità tra i soggetti docenti (Tecnico/Istruttore/Preparatore Atletico) e i soggetti discenti (atleta allievo, amatore, agonista).
- Le seguenti indicazioni implementano quelle già disposte per gli Allenamenti individuali e le integrano nei momenti di applicazione della didattica e nei momenti extra didattica, nei momenti di somministrazione delle tecniche e delle metodologie di formazione tecnica, sportiva e agonistica.

### CORSI TECNICI E SPORTIVI

#### DIDATTICA TECNICA

- Il rapporto Tecnico/Allievi deve essere indicativamente di 1:5
- Briefing iniziale/parte teorica:
  - preferibilmente da effettuarsi in area aperta, rispettando la distanza prescritta per gli allenamenti individuali





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

- qualora effettuata in area chiusa accertarsi che questa consenta di rispettare le indicazioni prescritte per gli allenamenti individuali.
- se effettuata in ambienti chiusi assicurarsi dell'avvenuta sanificazione.
- Ricognizione tecnica del percorso: rispettare la distanza prescritta per gli allenamenti individuali sia durante il trasferimento, sia in fase di commento del singolo settore.
- Correzioni e commenti: deve essere rispettata la distanza prescritta per gli allenamenti individuali.
- Gli operatori sportivi, i Tecnici e gli Istruttori che hanno parte attiva in fase di attività tecnica dovranno essere dotati di mascherina chirurgica.
- Qualora si renda necessario un aiuto in un tratto del percorso, l'intervento sul pilota è consentito esclusivamente dal proprio assistente dotato di mascherina e guanti.
- Utilizzo Box: rispettare indicazioni linee guida per allenamenti individuali.
- L'ingresso dei piloti in pista o al settore interessato avviene esclusivamente in fila unica.
- Anche in situazione di sosta breve i piloti dovranno rispettare la distanza prescritta.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

## **CORSI TECNICI E SPORTIVI**

### **MOMENTI DI ATTIVITA' EXTRA DIDATTICA**

- Consigliato accreditato on line e, qualora venga effettuato in circuito, è necessario osservare le indicazioni prescritte per gli allenamenti individuali.
- Massimo 2 accompagnatori a pilota.
- Utilizzo costante della mascherina chirurgica da parte di pilota e accompagnatori.
- Parcheggio: osservare le indicazioni prescritte per gli allenamenti individuali.
- Vestizione: va effettuata presso il proprio mezzo di trasporto/assistenza e comunque sempre rispettando la distanza prescritta per gli allenamenti individuali.
- Pranzo: consigliato il pasto al sacco consumato rispettando le distanze prescritte per gli allenamenti individuali. Qualora effettuato in locale ristoro, accertarsi che questo abbia adottato le misure di tutela sanitaria.
- Per quanto non espressamente indicato da queste indicazioni si intendono valide le prescrizioni prodotte per gli allenamenti.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

## **CORSI TECNICI E SPORTIVI**

### **DOVERI PER GLI ORGANIZZATORI DEI CORSI**

*Tutte le attività di didattica e formazione tranne i collegiali nazionali e regionali sono sospese fino al 25 maggio.*

Gli organizzatori di Corsi federali devono osservare le seguenti direttive:

- 1) Prendere visione delle Linee Guida federali, le Linee Guida dell'Ufficio dello Sport e i documenti della FMSI pubblicati sul sito federale e attenersi a quanto disposto relativamente alla propria attività didattica.
- 2) Dichiarare alla Direzione Tecnica di poter garantire il rispetto di quanto indicato dalle Linee Guida per il contenimento dei fattori di rischio.
- 3) Accertarsi che l'attività didattica che si intende svolgere sia consentita dalle ordinanze a livello Regionale e Comunale.
- 4) Predisporre tutte le procedure di sanificazione e disinfezione necessarie e predisporre quanto necessario per effettuare l'attività con il distanziamento e le protezioni necessarie.
- 5) Formare tutti gli operatori sportivi che parteciperanno all'attività didattica.
- 6) Acquisire e conservare l'autocertificazione COVID- di tutti gli allievi presenti all'attività didattica.
- 7) Informare tutti gli allievi dei fattori di rischio e di tutti i comportamenti necessari per il loro contenimento in fase di svolgimento del Corso.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

- 8) Verificare che le disposizioni sulla distanza e sulle protezioni vengano rispettate durante il Corso.
- 9) Informare il genitore accompagnatore, in caso di minore, sui fattori di rischio e su quanto previsto per la prevenzione in osservanza delle Linee Guida.
- 10) Effettuare l'attività didattico formativa senza prevedere il contatto con l'allievo se non in casi di emergenza o di assoluta necessità.

**Le attività indirizzate quindi ad allievi molto giovani, come nella promozione sportiva giovanile che hanno la necessità di una didattica di alta prossimità, di continuo contatto fisico e di assistenza nell'esecuzione del gesto tecnico o di essere dotati di materiale e abbigliamento tecnico, non possono attualmente essere effettuate.**

---





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

## ALLEGATO 1

### DPI - LE MASCHERINE



**MASCHERINA cosiddetta "chirurgica"** è un dispositivo medico chirurgico (Direttiva sui Dispositivi Medici 93/42/CEE per le mascherine igieniche) e non un dispositivo di protezione individuale, a meno che non sia diversamente specificato come quelle che sono progettate per essere resistenti ai fluidi, agli spruzzi ed agli schizzi di sangue ed altri materiali contagiosi (tipo IIR a 4 strati). Le mascherine chirurgiche monouso approvate dal Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali per uso come dispositivi medici, in base alla normativa Nazionale e Comunitaria (Direttiva sui Dispositivi Medici 93/42/CEE per le mascherine igieniche; norma europea EN 14683:2005 per le maschere chirurgiche destinate a limitare la trasmissione di agenti infettivi dal personale ai pazienti).



### DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE FFP1- FFP2 – FFP3

È opportuno utilizzare i facciali filtranti che comunque riportino la classificazione FFP2 o FFP3.

Possono essere dotati di valvola di esalazione o senza valvola di esalazione. I facciali filtranti sono suddivisi nelle "Classi" di protezione P1 - P2 - P3:

**P1:** Filtri con bassa separazione contro particelle solide (penetrazione inferiore al 20% - **Bassa Efficienza**). Efficienza filtrante circa 78% **P2:** Filtri con media separazione contro particelle solide e/o liquide (penetrazione inferiore al 6% - **Media Efficienza**). Efficienza filtrante circa 92% **P3:** Filtri con alta separazione contro particelle solide e liquide (filtro assoluto) (penetrazione inferiore allo 0,05% - **Alta efficienza**). Efficienza filtrante circa 98%. **Si raccomanda l'uso di Mascherina chirurgica al di sopra dei dispositivi con valvola di esalazione.**





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

#### ***Come devo mettere e togliere la mascherina?***

- *Prima di indossare la mascherina, lavati le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica*
- *Maneggia la mascherina utilizzando i lacci e comunque sempre avendo effettuato correttamente la procedura di igiene delle mani e/o con guanti puliti*
- *Assicurati che il lato corretto della mascherina, solitamente bianco in quelle colorate, sia rivolto verso l'interno e che la parte rigida (stringinaso) sia nella parte superiore*
- *Copri bocca e naso con la mascherina assicurandoti che aderisca bene al volto e che il bordo inferiore sia sotto il mento*
- *Modella l'eventuale stringinaso per garantire la più completa aderenza al viso*
- *Evita di toccare la mascherina mentre la indossi, se la tocchi, lavati le mani*
- *Ogni 4 ore oppure quando diventa umida, sostituiscila con una nuova*
- *Se vi è la indicazione monouso, non riutilizzarla*
- *Togli la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina*
- *Gettala immediatamente in un sacchetto o contenitore dedicato richiudibile*
- *Dopo la rimozione della mascherina, o ogni volta che si tocca inavvertitamente una mascherina usata, lavare le mani usando un detergente a base di alcool o con acqua e sapone.*





## FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

### LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI

## ALLEGATO 2

### DPI – USO DEI GUANTI

#### USO DEI GUANTI

##### COME SI VESTONO I GUANTI

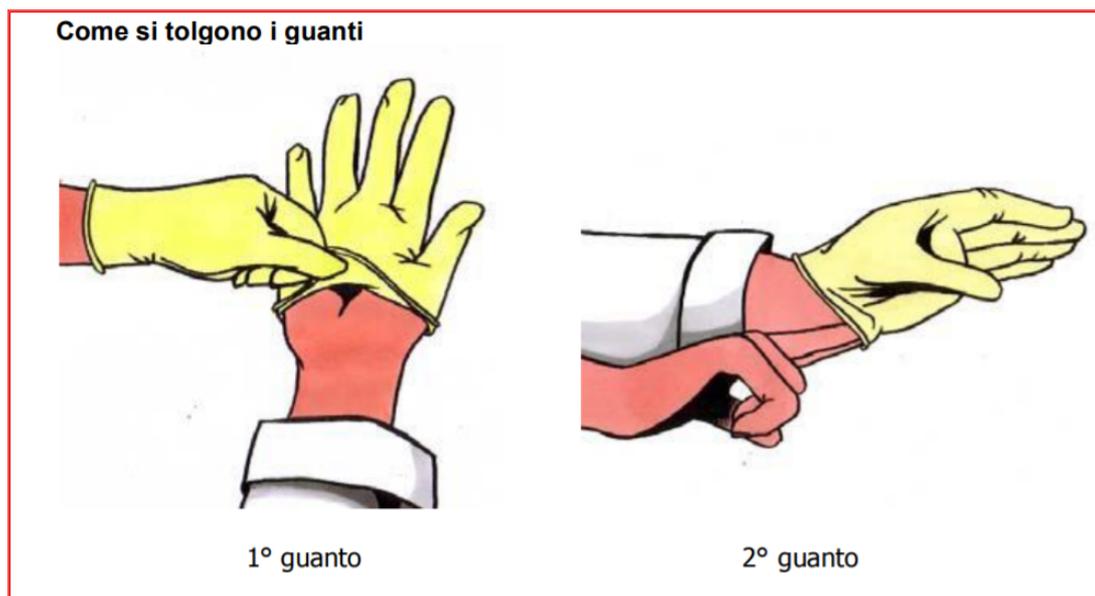
- Lavarsi le mani
- Assicurarci che le mani siano perfettamente asciutte
- Indossare i guanti tirando la manichetta evitandone l'eccessivo stiramento.

##### COME SI TOLGONO I GUANTI

- È la fase più delicata di tutto il ciclo di utilizzo dei guanti ed è illustrata nella seguente immagine. Pizzica il guanto con il pollice e l'indice della mano opposta. Solleva il guanto e sfilalo facendo in modo che si rovesci su sé stesso. Con la mano senza il guanto infila il dito sotto il bordo del guanto della mano opposta quindi solleva il guanto e sfilalo facendo in modo che si rovesci su sé stesso. Smaltiscilo negli appositi contenitori.

##### Raccomandazioni:

i guanti non sostituiscono la corretta igiene delle mani. Devono essere ricambiati ogni volta che si sporcano e correttamente eliminati. Come le mani non devono venire a contatto di occhi mano bocca.





## **FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

### **LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI**

## **ALLEGATO 3**

### **RACCOMANDAZIONI IGIENICO SANITARI**

- Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchieri utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con nessuno altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).
- Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi in ceste comuni.
- Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.
- Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.
- Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia negli spogliatoi, sia nei servizi igienici.
- Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate.
- Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto (preferibilmente monouso) o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.





# FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA

## LINEE GUIDA PER IL CONTRASTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NEGLI ALLENAMENTI SPORTIVI



Ufficio per lo sport  
Presidenza del  
Consiglio dei Ministri

## Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 METRO, PREFERIBILMENTE 2, IN CASO DI ATTIVITÀ METABOLICA A RIPOSO, AD ESEMPIO PER GLI UTENTI IN CASO DI ATTESA, RIPOSO E INOLTRE PER TUTTI GLI OPERATORI SPORTIVI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'ATTO MOTORIO, AL CARICO METABOLICO E ALLE ALTRE MISURE DI MITIGAZIONE DISPONIBILI



NON TOCCARSI MAI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



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



EVITARE DI LASCIARE IN LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI GLI INDUMENTI INDOSSATI PER L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI IN ZAINI O BORSE PERSONALI E, UNA VOLTA RIENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDUMENTI



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



GETTARE SUBITO IN APPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

VERRÀ MESSO A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo:



DI DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



DI ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



DI NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dall'Organismo Sportivo di riferimento

