



# LINEE GUIDA

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE  
Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per **ALLENAMENTO a Porte CHIUSE** degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle **COMPETIZIONI** di livello **AGONISTICO** e riconosciuti di **PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE** con provvedimento del CONI e del CIP - Versione 3.0 - (aggiornate al DPCM 14/01/2021).

[www.csen.it](http://www.csen.it)



## **INDICE**

**PAGINA 2 – PREMESSE**

**PAGINA 2 – CONSIDERAZIONI**

**PAGINA 4 – DEFINIZIONI**

**PAGINA 4 – CARATTERISTICHE DELL'AGENTE VIRALE SARS-CoV-2**

**PAGINA 4 – MODALITÀ DI TRASMISSIONE**

**PAGINA 5 – SINTOMI**

**PAGINA 6 – LINEE GUIDA PALESTRE/CENTRI SPORTIVI/SCUOLE DI DANZA**

**PAGINA 9 – LINEE GUIDA ATTIVITA' SPORTIVA ALL'APERTO**

**PAGINA 10 – CERTIFICAZIONE MEDICA DI IDONEITA' ALLA PRATICA SPORTIVA AGONISTICA**

**PAGINA 11 – FAQ MINISTERIALI**

**PAGINA 14 – Allegato 1 – DECRETO DIPARTIMENTO DELLO SPORT 13 ottobre 2020**

**PAGINA 23 – ALLEGATO 2 – FOGLIO PRESENZE**

**PAGINA 24 – ALLEGATO 3 – CIRCOLARE MINISTERO SANITA' "IDONEITA' ALL'ATTIVITA' SPORTIVA AGONISTICA IN ATLETI NON PROFESSIONISTI COVID 19 POSITIVI GUARITI e in ATLETI CON SINTOMI SUGGERITIVI PER COVID 19 in ASSENZA DI DIAGNOSI da SARS-COV-2".**

**Premesso che:**

1. Con le delibere del Consiglio dei ministri del 31 gennaio 2020, del 29 luglio 2020 e del 7 ottobre 2020 è stato dichiarato e prorogato lo stato di emergenza sul territorio nazionale relativo al rischio sanitario connesso all'insorgenza di patologie derivanti da agenti virali trasmissibili;
2. Le linee guida, ai sensi dell'art. 1 lettera f e g del DPCM 26 aprile 2020, pubblicate dall'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, con prot. N. 3180 del 04/05/2020 sulla base del Rapporto denominato "Lo sport riparte in sicurezza", trasmesso dal CONI e dal CIP il 26 aprile 2020 e redatto con la collaborazione del Politecnico di Torino, prevedono che Sarà cura degli Enti sportivi (FSN, DSA, EPS), riconosciuti dal CONI e/o dal CIP, emanare appositi Protocolli di dettaglio che tengano conto tanto delle indicazioni del presente documento, quanto delle specificità delle singole discipline e delle indicazioni tecnico-organizzative per garantire il rispetto delle indicazioni di sicurezza da parte dei gestori degli impianti di propria competenza, o delle associazioni e/o di qualunque altro soggetto di rispettiva affiliazione.
3. L'articolo 1 comma 14 del DECRETO-LEGGE n. 33 del 16 maggio 2020 (recante ulteriori misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19) stabilisce che le attività economiche, produttive e sociali devono svolgersi nel rispetto dei contenuti di protocolli o linee guida idonei a prevenire o ridurre il rischio di contagio nel settore di riferimento o in ambiti analoghi, adottati dalle regioni o dalla Conferenza delle regioni e delle province autonome nel rispetto dei principi contenuti nei protocolli o nelle linee guida nazionali. In assenza di quelli regionali trovano applicazione i protocolli o le linee guida adottati a livello nazionale;
4. Il DPCM 13 ottobre 2020 conferma ed integra quanto menzionato nel sopraelencato punto 2;
5. Fatte salve eventuali singole Ordinanze Regionali più restrittive vige l'ufficialità delle Linee di indirizzo per la riapertura delle Attività Economiche e Produttive emanato dalla CONFERENZA delle REGIONI e delle PROVINCE AUTONOME, pubblicate sul sito istituzionale del suddetto organismo di coordinamento politico e confronto fra i presidenti delle giunte regionali e delle province autonome – datate 8 ottobre 2020.

**Considerato che:**

Il DPCM 14 gennaio 2021 ha stabilito che:

- A. COMMA 10 LETTERA d) è consentito svolgere attività sportiva o attività motoria all'aperto, anche presso aree attrezzate e parchi pubblici, ove accessibili, nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno due metri per l'attività sportiva e di almeno un metro per ogni altra attività.

- B. COMMA 1 LETTERA f) sono sospese le attività di palestre, piscine, centri natatori, centri benessere, centri termali, fatta eccezione per l'erogazione delle prestazioni rientranti nei livelli essenziali di assistenza e per le attività riabilitative o terapeutiche, nonché centri culturali, centri sociali e centri ricreativi; ferma restando la sospensione delle attività di piscine e palestre, l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere svolte all'aperto presso centri e circoli sportivi, pubblici e privati, sono consentite nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, in conformità con le linee guida emanate dall'Ufficio per lo sport, sentita la Federazione medico sportiva italiana (FMSI), con la prescrizione che è interdetto l'uso di spogliatoi interni a detti circoli;
- C. COMMA 10 LETTERA e) sono consentiti soltanto gli eventi e le competizioni – di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del (CONI) e del (CIP) – riguardanti gli sport individuali e di squadra organizzati dalle rispettive FSN, DSA, EPS ovvero da organismi sportivi internazionali, all'interno di impianti sportivi utilizzati a porte chiuse ovvero all'aperto senza la presenza di pubblico. Le sessioni di allenamento degli atleti, professionisti e non professionisti, degli sport individuali e di squadra, partecipanti alle competizioni di cui alla presente lettera e muniti di tessera agonistica, sono consentite a porte chiuse, nel rispetto dei protocolli emanati dalle rispettive FSN, DSA, EPS. CONI e CIP vigilano sul rispetto di tali disposizioni.
- D. COMMA 10 LETTERA g) fatto salvo quanto previsto alla lettera e), (eventi e alle competizioni sportive di interesse nazionale), lo svolgimento degli sport di contatto, come individuati con provvedimento del Ministro per le politiche giovanili e lo sport, del 13 ottobre 2020, è sospeso; sono altresì sospese l'attività sportiva dilettantistica di base, .... relative agli sport di contatto nonché tutte le gare, le competizioni e le attività connesse agli sport di contatto, anche se aventi carattere ludico-amatoriale;

Il CSEN, pertanto, nel consigliare di attenersi scrupolosamente alle linee guida che dovessero essere emanate, attraverso apposite ordinanze, dalle singole Regioni ha sintetizzato le seguenti schede tecniche contenenti indirizzi operativi specifici, validi per i singoli settori di attività sportiva, finalizzati a fornire uno strumento sintetico e immediato di applicazione delle misure di prevenzione e contenimento di carattere generale, per sostenere un modello di attività compatibile con la tutela della salute dei TESSERATI AGONISTI CSEN, al fine di una corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per l'ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP (ex art. 1 comma 10 lettera e) del DPCM 14 gennaio 2021). Le indicazioni in esse contenute si pongono in continuità con le indicazioni di livello nazionale, in particolare con il protocollo condiviso tra le parti sociali approvato dal decreto del Presidente del Consiglio dei ministri del 26 aprile 2020, nonché con i criteri guida generali di cui ai documenti tecnici prodotti da INAIL e Istituto Superiore di Sanità con il principale obiettivo di ridurre il rischio di contagio con il principale obiettivo di ridurre il rischio di contagio per i singoli e per la collettività in tutti i settori produttivi, economici e sociali. Chiaramente sarà opportuno che le indicazioni operative di cui al presente documento, integrate con le linee

guida eventualmente contenute nelle singole Ordinanze Regionali ed eventualmente integrate con soluzioni di efficacia superiore, siano adattate da ogni singola Associazione affiliata CSEN, individuando le misure più efficaci in relazione ad ogni singolo contesto.

## DEFINIZIONI

Per **operatore sportivo** si intende sia chi pratica l'attività sia le persone autorizzate a stare nell'impianto sportivo (istruttori, tecnici, collaboratori a vario titolo, accompagnatori, ecc.).

Per **sito sportivo** si intende indifferentemente ogni luogo destinato allo svolgimento di attività fisica e sportiva, eventualmente fornito degli attrezzi necessari, di spogliatoi, di impianti igienici e docce ovvero ogni impianto che rappresenta un insieme di uno o più spazi di attività dello stesso tipo o di tipo diverso, che hanno in comune i relativi spazi e servizi accessori. La definizione include anche i centri di attività motoria che indicano indifferentemente ogni luogo destinato allo svolgimento di attività fisica e sportiva eventualmente fornito degli attrezzi necessari, di spogliatoi, di impianti igienici e docce ovvero ogni impianto che rappresenta un insieme di uno o più spazi di attività dello stesso tipo o di tipo diverso, che hanno in comune i relativi spazi e servizi accessori.

## CARATTERISTICHE DELL'AGENTE VIRALE SARS-CoV-2

I coronavirus (CoV) sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate. Altri coronavirus umani di origine animale (virus zoonotici) sono stati responsabili nell'ultimo ventennio di epidemie di sindromi respiratorie gravi: la SARS nel 2002/2003 (sindrome respiratoria acuta grave) e la MERS nel 2012 (sindrome respiratoria mediorientale). Sono definiti in tal modo per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie. I coronavirus sono comuni in molte specie animali (domestiche e selvatiche) e possono attraverso passaggi in altre specie animali arrivare ad infettare l'uomo. Nel 2002 si è verificata l'epidemia SARS causata dal virus SARS-CoV-1 e nel 2012 l'epidemia MERS causata dal virus MERS-CoV, entrambi appartenenti alla famiglia Coronaviridae, genere beta. Nel dicembre 2019 viene identificato un nuovo coronavirus umano zoonotico responsabile di gravi patologie infiammatorie polmonari riconducibili a SARS. Nella prima metà del mese di febbraio 2020 l'International Committee on Taxonomy of Viruses (ICTV) ha assegnato al nuovo coronavirus il nome definitivo: "Sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2" (SARS-CoV-2). L'11 febbraio 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha annunciato che la malattia respiratoria causata dal nuovo coronavirus è stata chiamata COVID-19.

## MODALITÀ DI TRASMISSIONE

SARS-Cov-2 è un virus respiratorio caratterizzato da una elevata contagiosità. Il virus viene emesso con le secrezioni respiratorie dalle persone infette sia durante la fase che precede la comparsa dei sintomi che durante la fase sintomatica della malattia. Possono contagiare anche le persone infette che non sviluppano sintomi di malattia; la probabilità di contagiare appare comunque maggiore se sono presenti sintomi respiratori, quali in particolare la tosse. Infine l'aumento di frequenza respiratoria legato all'esercizio fisico, attività quali il canto possono aumentare l'emissione di virus. La modalità principale di contagio è quella che si realizza quando le goccioline del respiro (droplets) espulse dalle persone infette vengono a contatto direttamente con le mucose delle vie respiratorie

ed oculari di una persona suscettibile. I droplets, goccioline pesanti, normalmente riescono a percorrere uno spazio non superiore al metro, prima di cadere a terra, anche se in alcuni casi, in ragione anche dei movimenti d'aria in un ambiente chiuso, dello spostamento d'aria causato dall'atleta e/o del posizionamento in scia possono percorrere distanze maggiori. Questa è la ragione per cui la probabilità di contagio è funzione del distanziamento delle persone, ed un distanziamento di almeno un metro è considerato necessario per ridurre il rischio di trasmissione. Una seconda modalità di trasmissione è rappresentata dal contagio indiretto attraverso oggetti e superfici. Tale modalità si può realizzare quando una persona suscettibile tocca con le mani oggetti o superfici contaminate da secrezione respiratorie di soggetti infetti, e si tocca quindi occhi o bocca. I dati attuali suggeriscono che il virus possa sopravvivere su oggetti e superfici per 72h.

Una modalità meno frequente, ma ritenuta possibile, è quella tramite aerosol, ovvero tramite la contaminazione dell'aria ambiente da parte di particelle respiratorie di minori dimensioni che possono rimanere sospese nell'aria. In tali condizioni il virus potrebbe sopravvivere fino a 3h. Un corretto ricambio d'aria in ambienti confinati è necessario per ridurre il rischio, apparentemente comunque limitato, di trasmissione per aerosol. Infine è stata segnalata la possibilità di trasmissione per via fecale, ma allo stato va ritenuta una evenienza eccezionale.

Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche.

### SINTOMI

Il periodo di incubazione della malattia ha un valore mediano di 5-6 giorni e può andare da 2 a 10 giorni, e raramente protrarsi fino a 14 giorni.

I sintomi più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave (ARDS), insufficienza multiorgano, fino al decesso. I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere: rinorrea (naso che cola); cefalea (mal di testa); tosse; faringite (gola infiammata); febbre; sensazione generale di malessere.

Come altre malattie respiratorie, l'infezione da SARS-Cov2 può causare sintomi respiratori lievi, tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite con difficoltà respiratorie anche molto gravi. Di comune riscontro è la presenza di anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia (diminuzione/perdita del gusto), che sembrano caratterizzare molti quadri clinici. In alcuni casi l'infezione può essere fatale con quadri di insufficienza multiorgano. L'infezione colpisce tutte le fasce di età. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie preesistenti. Le patologie preesistenti più frequenti nei soggetti deceduti sono malattie cardiovascolari, ipertensione arteriosa, diabete mellito di tipo 2, obesità e malattie respiratorie croniche, quali la bronco pneumopatia cronica ostruttiva. Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli di altre affezioni respiratorie acute, inclusa l'influenza, è necessario, in caso di sospetto clinico, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi.

## LINEE GUIDA PALESTRE/CENTRI SPORTIVI/SCUOLE DI DANZA

### (tutte le discipline senza contatto che si svolgono in impianti al chiuso)

Le presenti indicazioni si applicano a enti locali e soggetti pubblici e privati titolari di palestre, comprese le attività fisiche con modalità a corsi (senza contatto fisico interpersonale).

La **determinazione del numero massimo** di persone che possono essere presenti in contemporanea all'interno della struttura deve risultare dalla considerazione di **12mq per persona, considerando per il computo i metri quadrati (al chiuso) dell'intera struttura**. Nel computo delle presenze va considerato anche il personale diretto o indiretto che vi presta servizio in quel momento.

All'interno del sito dovrà essere garantito il rispetto delle seguenti prescrizioni igieniche:

- È **obbligatorio rilevare la temperatura a tutti gli ATLETI AGONISTI/TECNICI/ADETTI, giornalmente al momento dell'accesso, impedendo l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5 °C;**
- E' obbligatorio verificare all'ingresso che ATLETI AGONISTI/TECNICI/ADETTI siano dotati di mascherina protettiva e, in caso negativo, vietare l'ingresso;
- I minori devono essere accompagnati da non più di un familiare che non entra nella struttura;
- E' **obbligatorio dotare l'impianto/struttura di dispenser con prodotti igienizzanti/disinfettanti per l'igiene delle mani degli operatori e dei frequentatori/clienti/ospiti in punti ben visibili, nelle zone di accesso e transito, almeno 1 ogni 300 mq ed in ogni caso 1 per ogni sala, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani all'ingresso e in uscita.**
- Predisporre una adeguata informazione sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.
- Redigere un programma delle attività il più possibile pianificato (es. con prenotazione) e regolamentare gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni; mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.
- Organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce (utilizzabili sono dagli ATLETI AGONISTI) in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro (ad esempio

prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi.

- Regolamentare i flussi, gli spazi d'attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi e macchine, anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza: almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica, almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).
- Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.
- **è obbligatorio mantenere sempre la distanza interpersonale minima di 1 mt;**
- **e' obbligatorio indossare la mascherina in qualsiasi momento all'interno della struttura, ad eccezione del momento in cui si svolge attività fisica sul posto.** A titolo di esempio, la mascherina va indossata obbligatoriamente anche durante l'allenamento se l'ATLETA AGONISTA si sposta da una postazione di allenamento all'altra;
- **è obbligatorio indossare sempre la mascherina nelle zone di accesso e transito;**
- **è obbligatoria la pulizia delle aree di contatto di ciascun attrezzo dopo ogni utilizzo da parte dell'utente con opportuno prodotto igienizzante;**
- **durante l'attività fisica è obbligatorio mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;**
- 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 dovranno essere messe a disposizione:

- procedure informative affisse nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici e presenza di gel igienizzante;
- sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine/respiratori);
- indicazioni sulle corrette modalità e tempi di aerazione dei locali;
- prodotti per la disinfezione e in quantità adeguata (in prossimità di ciascuna macchina o set di attrezzi) affinché, prima e dopo ogni esercizio, possa effettuare in autonomia la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.
- specifiche attività di filtrazione dell'aria nei locali chiusi ad alta densità di persone o di attività, ad esempio tramite purificatori di aria dotati di filtri HEPA destinati a diminuire la quantità di aerosol;
- Favorire il ricambio d'aria negli ambienti interni. In ragione dell'affollamento e del tempo di permanenza degli occupanti, dovrà essere verificata l'efficacia degli impianti al fine di garantire l'adeguatezza delle portate di aria esterna secondo le normative vigenti. In ogni caso, l'affollamento deve essere correlato alle portate effettive di aria esterna. Per gli impianti di condizionamento, è obbligatorio, se tecnicamente possibile, escludere totalmente la funzione di ricircolo dell'aria. In ogni caso vanno rafforzate ulteriormente le misure per il ricambio d'aria naturale e/o attraverso l'impianto, e va garantita la pulizia, ad impianto fermo, dei filtri dell'aria di ricircolo per mantenere i livelli di filtrazione/rimozione adeguati. Se tecnicamente possibile, va aumentata la capacità filtrante del ricircolo, sostituendo i filtri esistenti con filtri di classe superiore, garantendo il mantenimento delle portate. Nei servizi igienici va mantenuto in funzione continuata l'estrattore d'aria.
- vietare lo scambio tra operatori sportivi e personale comunque presente nel sito sportivo di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.);

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

- di disinfettare i propri effetti personali e di non dividerli (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;
- Utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.

- Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti; si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti e di mettere a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali.

### **LINEE GUIDA ATTIVITA' SPORTIVA ALL'APERTO**

Le presenti indicazioni si applicano a tutti gli impianti sportivi dove si pratica attività all'aperto che hanno strutture di servizio al chiuso (reception, deposito attrezzi, sala ricezione, spogliatoi, direzione gara, ecc).

- Predisporre una adeguata informazione sulle misure di prevenzione.
- Redigere un programma delle attività il più possibile pianificato in modo da dissuadere eventuali condizioni di aggregazioni regolamentare i flussi degli spazi di attesa e nelle varie aree in modo da evitare assembramenti e garantire il distanziamento interpersonale.
- Dovrà essere rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura  $> 37,5^{\circ}\text{C}$ .
- Distanziare attrezzi e macchine per garantire gli spazi necessari per il rispetto della distanza di sicurezza delimitando le zone di rispetto e i percorsi con distanza minima fra le persone non inferiore a 1 metro mentre non si svolge attività fisica, se non può essere rispettata bisogna indossare la mascherina. Durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa) è necessario mantenere una separazione di almeno 2 metri.
- Presenza di personale formato per verificare e indirizzare i frequentatori/soci/tesserati al rispetto di tutte le norme igieniche e distanziamento sociale.
- Per i frequentatori/soci/tesserati è obbligatoria l'igiene delle mani prima e dopo l'accesso.
- Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- Fare in modo che ogni praticante possa disporre di prodotti per la disinfezione e in quantità adeguata (in prossimità di ciascuna macchina o set di attrezzi) affinché, prima e dopo ogni esercizio, possa effettuare in autonomia la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.

- **E' obbligatoria la pulizia delle aree di contatto di ciascun attrezzo dopo ogni utilizzo da parte dell'utente con opportuno prodotto igienizzante;**
- Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.
- **Durante l'attività fisica è obbligatorio mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;**
- 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).

### **CERTIFICAZIONE MEDICA DI IDONEITA' ALLA PRATICA SPORTIVA AGONISTICA**

Con espresso riguardo alla certificazione di idoneità agonistica, si precisa che tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità. Gli atleti COVID+ accertati e guariti, per essere riammessi alle attività sportive, dovranno presentare una certificazione delle competenti autorità sanitarie o di un infettivologo, che certifichi l'avvenuta guarigione e dovranno sottoporsi a nuova visita medico-sportiva ed ottenere una "attestazione return to play". Il medico specialista in medicina dello sport per le visite post COVID può fare riferimento alle raccomandazioni della FMSI divulgate con una nota del Ministero della Salute il 13 gennaio 2021, che è disponibile sul sito federale nella sezione "Protocolli Sanitari" e che è allegata alle presenti linee guida.

## FAQ MINISTERIALI (DIPARTIMENTO SPORT PRESIDENZA CONSIGLIO DEI MINISTRI)

2. **Quali sono gli sport di contatto?** In termini generici, ci sono sport che prevedono contatto diretto o indiretto tramite l'attrezzatura sportiva tra i giocatori. A seguito dell'emergenza epidemiologica e dell'esigenza di limitare al massimo le occasioni di contagio, è stato necessario disciplinare la tematica con l'emanazione del decreto del Ministro dello Sport 13 ottobre 2020 che indica quali siano gli sport da contatto e quali di questi sia possibile svolgere in forma individuale. Si intendono per discipline sportive «da contatto» quelle elencate alla tabella allegata al decreto (Allegato 1).
3. **Cosa si intende per "attività individuale"?** Per **attività individuale** si intende **l'attività sportiva o motoria svolta senza contatto con altre persone**. Possono essere svolti in forma individuale allenamenti relativi a sport di squadra o di contatto.
4. **Cosa si intende per palestra?** Con il termine "palestra" si intende qualunque **locale attrezzato per praticare sport al chiuso**, sia individuale che di squadra.
5. **Cosa si intende per eventi e competizioni riconosciuti di preminente interesse nazionale?** Il DPCM del 14 gennaio 2021 dispone che siano consentiti gli eventi e le competizioni di livello agonistico e riconosciuti di preminente interesse nazionale tramite con provvedimento del CONI e del CIP. Pertanto la definizione comprende tutti i confronti competitivi fra due o più atleti organizzati dalle rispettive FSN, DSA o EPS, ovvero organizzati da organismi sportivi internazionali, alla presenza di tecnici sportivi e di ufficiali di gara abilitati, nel rispetto del Protocollo di contrasto al COVID-19 adottato per la specifica disciplina sportiva, inseriti nel calendario agonistico quali **gare nazionali**, previo provvedimento da parte del CONI o del CIP. **Si ricorda che in zona rossa sono sospesi gli eventi e le competizioni organizzati dagli EPS**. Per consultare l'elenco delle competizioni di interesse nazionale, si rimanda al sito del CONI.
6. **Cosa si intende per Protocollo di contrasto al COVID-19?** L'apposito protocollo adottato dalle Federazioni sportive nazionali (FSN), dalle Discipline sportive associate (DSA) o dagli Enti di promozione sportiva (EPS) riconosciuti dal CONI in attuazione delle disposizioni governative, contenente norme di dettaglio per tutelare la salute degli atleti, dei gestori degli impianti e di tutti coloro che, a qualunque titolo, frequentano i siti in cui si svolgono le attività sportive organizzate.
8. **Qual è il numero massimo di persone che possono accedere negli spogliatoi? Gli spogliatoi possono essere utilizzati esclusivamente dagli atleti, professionisti e non professionisti, degli sport individuali e di squadra che partecipano alle competizioni, organizzate dalle rispettive FSN, DSA, EPS, ovvero organizzati da organismi sportivi internazionali, e riconosciute di interesse nazionale, con provvedimento del CONI, dal CIP.** Tali competizioni e i relativi allenamenti sono infatti consentiti all'interno di impianti sportivi utilizzati a porte chiuse ovvero all'aperto senza la presenza di pubblico, nel rispetto dei protocolli emanati dalle rispettive Federazioni sportive nazionali. In forza di ciò, per evitare assembramenti, **si rende obbligatorio per ogni struttura individuare il**

- numero massimo di ingressi. Per calcolare il numero massimo di persone che possono essere presenti in contemporanea nello spogliatoio bisogna prevedere uno spazio minimo di 12 mq per persona. Tale numero va indicato su un cartello affisso obbligatoriamente all'entrata dello spogliatoio. È vietato l'uso di applicativi comuni, quali asciugacapelli, ecc. che, al bisogno, dovranno essere portati da casa. In queste aree deve essere comunque assicurato il distanziamento. È inibito l'accesso agli spogliatoi a persone diverse dagli atleti specificati sopra, salvo che non sia necessaria la presenza di un accompagnatore per atleti minorenni o non completamente autosufficienti.
14. È possibile svolgere attività in un circolo sportivo all'interno di un tendone tensostatico con aperture laterali o campi con coperture pressostatiche? Può essere considerata "attività sportiva all'aperto"? Ai fini delle disposizioni del DPCM, il pallone tensostatico o campi con coperture pressostatiche sono da equipararsi ad un locale al chiuso. Tuttavia è possibile utilizzare gazebo e tensostrutture solo con la garanzia di adeguata aereazione naturale e di ricambio d'aria senza l'ausilio di ventilazione meccanica controllata. In questi casi, pertanto l'aerazione naturale deve essere garantita da aperture laterali dirette all'esterno pari almeno al 50% della superficie laterale della struttura, con una distanza non inferiore a 5 metri da eventuali mura o recinzioni confinanti con la struttura stessa. In caso di utilizzo di strutture con copertura a cupola, ferma restando l'apertura laterale diretta all'esterno di superficie pari ad almeno il 50% della superficie laterale della struttura, è necessario anche l'utilizzo di aspirazione ed espulsione d'aria dalla sommità della struttura stessa.
18. Gli/Le insegnanti possono utilizzare le palestre (scuole di danza) per attivare le lezioni su piattaforme on line (solo l'insegnante in sala, i/le clienti o gli/le atleti/e in collegamento)? Sì. Sono sospese le attività nelle palestre e delle piscine per evitare occasioni di assembramento o possibile contagio, ma la fattispecie, prevedendo la presenza del/la solo/a insegnante non può essere inclusa nelle previsioni.
26. È possibile derogare al coprifuoco nazionale nel caso in cui le sedute di allenamento e/o le competizioni sportive di rilevanza nazionale terminino oltre le ore 22:00? Sì, è possibile è possibile circolare tra le 22:00 e le 05:00 esclusivamente per comprovate esigenze lavorative, situazioni di necessità ovvero per motivi di salute; la partecipazione ad eventi o competizioni di rilevanza nazionale ovvero agli allenamenti, per gli atleti che vi partecipano, rientra tra le fattispecie previste in quanto equiparabili ad attività lavorativa.
27. Un atleta tesserato per una società sportiva, che svolge la propria attività di allenamento in un comune differente da quello in cui risiede, ha la possibilità di spostarsi per raggiungere il comune in cui vengono svolti gli allenamenti, anche se non rientra tra coloro che si allenano per competizioni di interesse nazionale? Riguardo le regioni a massima gravità (zona rossa), non è consentito lo spostamento tra comuni, ad eccezione degli allenamenti di atleti di livello agonistico, professionisti e non, partecipanti agli eventi e alle competizioni di rilevanza nazionale e internazionale consentiti dalla norma e nel rispetto delle disposizioni previste dalla normativa vigente e

dei protocolli delle loro Federazioni sportive. Per quanto riguarda le regioni a elevata gravità (**zona arancione**), si conferma infatti che, salvo indicazioni più restrittive disposte a livello locale, nelle zone cd. gialle come in quelle cd. arancioni, sono consentiti gli allenamenti o le attività sportive all'aperto e nel rispetto del distanziamento e del divieto di assembramento. **Per quanto concerne gli spostamenti al di fuori del proprio comune per consentire la specifica attività, è possibile spostarsi tra comuni "per svolgere attività o usufruire di servizi non sospesi e non disponibili in tale comune"**. Tra questi è possibile includere i centri e circoli sportivi. Si ricorda, ove previsto, il ricorso all'uso del modulo di autocertificazione.

28. **I centri di danza possono restare aperti? Nell'elenco degli sport di contatto si dice che possono continuare in modalità individuale. È possibile continuare le classi di danza classica?** I centri di danza, qualora non ricomprensibili come palestre, sono da considerarsi come centri culturali o ricreativi, pertanto rientranti nelle previsioni di sospensione delle attività. La sospensione riguarda anche le classi di danza classica.

35. **Gli atleti e altri operatori coinvolti in attività a livello federale possono continuare ad allenarsi? Coloro che svolgono attività sportiva di interesse nazionale potranno continuare anche gli allenamenti, sempre a porte chiuse.**



**Allegato 1**

**DECRETO DIPARTIMENTO DELLO SPORT 13 ottobre 2020:** Art. 1 Oggetto: Ai fini dell'applicazione dell'art. 1, comma 6, lettera g) del DPCM 13 ottobre 2020, si intendono per discipline sportive «da contatto» quelle elencate alla tabella allegata al presente decreto.

**TABELLA  
"SPORT DA CONTATTO"**

N.	SPORT	DISCIPLINA	NOTE
1.	Aikido	Aikido	
2.	Arti Marziali	Capoeira	
3.		S'istrumpa	
4.	Attivita' subacquee	Hockey subacqueo	
5.		Rugby subacqueo	
6.	Automobilismo	Rally	
7.	Bandy	Bandy	
8.	Baseball - Softball	Baseball - Softball	
9.		Baseball per ciechi	
10.	Bob	Bob Pista	Lo svolgimento della disciplina e' consentito esclusivamente in forma individuale
11.	Calcio	Calcio (a 11)	
12.		Futsal (calcio da sala - calcio a 5)	
13.		Calcio (a 7)	
14.		Calcio (a 8)	
15.		Beach Soccer	
16.	Canottaggio	Canottaggio	Lo svolgimento della disciplina e' consentito solo in forma individuale
			Lo svolgimento

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE - Versione 3.0

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

			della disciplina e'
17.		Coastal rowing	consentito solo in forma individuale
18.		Indoor rowing	Lo svolgimento della disciplina e' consentito solo in forma individuale
19.		Para-rowing	consentito solo in forma individuale
20.	Canottaggio Sedile Fisso	Canottaggio Sedile Fisso	consentito solo in forma individuale
21.		Voga in Piedi	consentito solo in forma individuale
22.	Cheerleading	Cheerleading	
23.	Cricket	Cricket (palla tradizionale)	
24.		Soft Cricket (palla morbida)	
25.	Danza Sportiva	Danza Sportiva paralimpica	Lo svolgimento della disciplina e' consentito esclusivamente in forma individuale
26.		DANZE ACCADEMICHE Danza Moderna e Contemporanea: Modern Jazz, Lyrical Jazz, Graham, Cunningam, Limon e generi derivati	Lo svolgimento della disciplina e' consentito esclusivamente in forma individuale
27.		DANZE ACCADEMICHE Danza Classica: Tecniche di Balletto, Variazioni Libere, Pas de Deux, Repertorio Classico	Lo svolgimento della disciplina e' consentito esclusivamente in forma individuale
		DANZE COREOGRAFICHE Danze Etniche, Popolari e di Carattere: Tap Dance, Twist, Charleston, Belly Dance e danze	Lo svolgimento della disciplina e' consentito esclusivamente in

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE - Versione 3.0

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

28.		tradizionali varie	forma individuale
		DANZE COREOGRAFICHE	Lo svolgimento
		Danze Freestyle:	della disciplina e'
		Synchro Dance,	consentito
		Choreographic Dance,	esclusivamente in
		Show Dance, Disco	forma individuale
29.		Dance	
		DANZE INTERNAZIONALI	
		Danze Freestyle:	
		Danze Caraibiche	
		(Salsa, Mambo,	
		Merengue, Bachata,	
		Combinata, Rueda),	
		Danze Argentine	Lo svolgimento
		(Tango, Vals,	della disciplina e'
		Milonga), Hustle,	consentito
		Show Coppie e	esclusivamente in
30.		Formazioni	forma individuale
		DANZE INTERNAZIONALI	
		Danze Jazz: Rock'n	
		Roll, Rock	
		Acrobatico, Boogie	
		Woogie, Swing Dance,	Lo svolgimento
		Lindy Hop, Mixing	della disciplina e'
		Blues, Combinata,	consentito
		Show Coppie e	esclusivamente in
31.		Formazioni	forma individuale
		DANZE INTERNAZIONALI	Lo svolgimento
		Danze Standard e	della disciplina e'
		Danze Latine: Valzer	consentito
		Inglese, Tango,	esclusivamente in
		Valzer Viennese, Slow	forma individuale
		Foxtrot, Quick Step,	
		Samba, Cha Cha Cha,	
		Rumba, Paso Doble,	
		Jive, Combinata, Show	
32.		Coppie e Formazioni	
		DANZE NAZIONALI	Lo svolgimento
		Liscio Unificato e	della disciplina e'
		Sala: Mazurka, Valzer	consentito
		Viennese, Polka,	esclusivamente in
		Valzer Lento, Tango,	forma individuale
		Foxtrot, Combinata,	
		Show Coppie e	
33.		Formazioni	
		DANZE REGIONALI Danze	
		Folk e liscio	Lo svolgimento

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE - Versione 3.0

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

		Tradizionale:  Mazurka, Valzer,  Polka e altri balli  tradizionali	della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
34.			
		STREET DANCE  Urban Dance: Hip Hop,  Break Dance, Electric  Boogie, Funk, Hype,  Contaminazioni e  stili derivati	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
35.			
36.	Fistball	Fistball	
37.	Flying Disc	Flying Disc	
38.	Floorball	Floorball	
39.	Football Americano	Beach	
40.		Beach Flag	
41.		Flag	
42.		Tackle	
43.	Ginnastica	Attivita' sportiva  ginnastica  finalizzata alla  salute ed al fitness	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
44.		Ginnastica Acrobatica	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
45.		Ginnastica Aerobica	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
46.		Ginnastica Artistica	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
			Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE - Versione 3.0

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

47.			esclusivamente in
47.		Ginnastica per Tutti	forma individuale
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
			Lo svolgimento
			della disciplina e'
			consentito
48.		Ginnastica Ritmica	esclusivamente in
48.		Ginnastica Ritmica	forma individuale
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
	Giochi e sport	Calcio Storico	
49.	tradizionali	Fiorentino	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
50.	Hockey	Hockey	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
51.		Hockey Indoor	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
52.		Hockey paralimpico	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
53.	Judo	Judo	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
54.	Ju-Jitsu	Ju-Jitsu	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
55.	Karate	Karate	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
56.	Kendo	Kendo	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
57.	Kickboxing	Aerokickboxing	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
58.		Full Contact	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
59.		K-1 Rules	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
60.		Kick Light	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
61.		Light Contact	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
62.		Low Kick	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
63.		Musical Forms	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
64.		Point Fighting	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
65.	Korfball	Korfball	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
66.	Lacrosse	Lacrosse	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
67.	Lotta	Lotta greco-romana	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
68.		Lotta libera	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
69.		Grappling	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
70.		Pancrazio Athlima	

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINE NTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

71.	Muay Thai	Muay Thai		
72.	Netball	Netball		
73.	Palla Tamburello	Indoor		
74.		Muro		
75.		Outdoor		
76.		Tambeach		
77.	Pallacanestro	Beach Basket		
78.		Pallacanestro		
79.		Pallacanestro 3  contro 3		
80.	Pallamano	Beach Handball		
81.		Pallamano		
82.	Pallapugno	Fronton - One Wall		
83.		Gioco Internazionale		
84.		Llargues		
85.		Palla Eh!		
86.		Palla Elastica		
87.		Pallapugno		
88.		Pallapugno leggera		
89.		Pallone col Bracciale		
90.		Pantalera		
91.	Pallavolo	Pallavolo		
92.	Pugilato	Pugilato AOB/APB		
93.		Pugilato PRO		
		Pugilato		
		Amatoriale-Gym Boxe		
		(Prepugilistica, Boxe		
		Competition, Boxe in		
		Action, Light Boxe,		

LINEE GUIDA del CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE - Versione 3.0

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

94.		Soft Boxe)	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
95.		Pugilato Giovanile	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
			Lo svolgimento
			della disciplina e'
			consentito
			esclusivamente in
96.	Rafting	Rafting	forma individuale
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
97.	Rugby	Rugby a 15	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
98.		Rugby a 7	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
99.		Touch Rugby	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
100.		Tag Rugby	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
101.		Beach Rugby	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
102.		Snow rugby	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
103.	Sambo	Sambo	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
104.	Savate	Savate assalto	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
105.		Savate combat	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
106.	Sepaktakraw	Sepaktakraw	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
107.	Shoot Boxe	Shoot Boxe	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
			Lo svolgimento
			della disciplina e'
			consentito
			esclusivamente in
108.	Slittino	Slittino pista artificiale	forma individuale
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
			Lo svolgimento
			della disciplina e'
			consentito
			esclusivamente in
109.		Slittino pista naturale	forma individuale
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
110.	Sport a Rotelle	Hockey inline	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
111.		Hockey pista	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+
			Lo svolgimento
			della disciplina e'
			consentito
			esclusivamente in
112.		Pattinaggio artistico	forma individuale

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINE NTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

113.		Roller Derby	
114.	Sport acquatici	Pallanuoto	
115.		Nuoto Sincronizzato	
116.	Sport su ghiaccio	Hockey su ghiaccio	
117.		Para Ice Hockey	
118.		Pattinaggio di Figura  Artistico	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
119.		Pattinaggio di Figura  Danza	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
120.		Pattinaggio di Figura  Sincronizzato	Lo svolgimento  della disciplina e'  consentito  esclusivamente in  forma individuale
121.	Squash	Squash	
122.	Sumo	Sumo	
123.	Taekwondo	Taekwondo	
124.	Tiro alla Fune	Tiro alla Fune	
125.		Monta da Lavoro  (Tradizionale ,  Gimkana,  Sincronizzata,  Maremmana, Doma  Vaquera)	
126.	Wushu Kung Fu  Moderno	Kali Filippino	
127.		Kung Fu Vietnamita	
128.		Pencak Silat	
129.		Taolu; Sanshou	

Per la corretta applicazione delle misure di contenimento a carattere generale per ALLENAMENTO a Porte CHIUSE degli ATLETI AGONISTI (anche degli EPS, quindi, anche di CSEN) partecipanti alle COMPETIZIONI di livello AGONISTICO e riconosciuti di PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE con provvedimento del CONI e del CIP  
www.csen.it

		Taijiquan; Tuei	
130.		Shou; Baguazhang;	
		Wing Chun; Shaolin;	
	Wushu Kung Fu	Jeet Kune Do; Qi	
	Tradizionale	Gong; Shuai Jiao	
+-----+	+-----+	+-----+	+-----+



**ALLEGATO 2 – FOGLIO PRESENZE ATLETI AGONISTI**

Dichiarazione per l'accesso finalizzato all'allenamento a porte chiuse di cui all'articolo 1 comma 10 lettera e) del DPCM 14 gennaio 2021 presso i siti ASD/SSD \_\_\_\_\_

**Misure preventive emergenza Covid-19**

IL SOTTOSCRITTO (NUMERO TESSERA)	Temperatura ok	ORARIO ENTRATA	ORARIO USCITA

**Dichiara ai sensi del DPR 445/2000 sotto la propria responsabilità:**

- 1) di non essere affetto dal virus SARS-Co V – 2 (Covid-19) e di non essere venuto a contatto con alcun soggetto contagiato negli ultimi 15 giorni;
- 2) di non essere sottoposto a misure di quarantena o isolamento domiciliare per Covid-19;
- 3) di essere in buona salute e di non presentare nessuno dei sintomi tipici dell'infezione, quali tosse, raffreddore, febbre, associati o meno a difficoltà respiratoria;
- 4) dichiaro di essere informato, ai sensi e per gli effetti di cui al Dlgs. 101/2018 e del Reg. UE 2016/679 che i dati personali saranno trattati, anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa come da informativa stampata retro.
- 5) Mi impegno a comunicare tempestivamente eventuali inesattezza o modifiche di cui sopra dei punti 1 e 2

**FIRMA**

Dichiarazione per l'accesso finalizzato all'allenamento a porte chiuse di cui all'articolo 1 comma 10 lettera e) del DPCM 14 gennaio 2021 presso i siti ASD/SSD \_\_\_\_\_

**Misure preventive emergenza Covid-19**

IL SOTTOSCRITTO (NUMERO TESSERA)	Temperatura ok	ORARIO ENTRATA	ORARIO USCITA

**Dichiara ai sensi del DPR 445/2000 sotto la propria responsabilità:**

- 1) di non essere affetto dal virus SARS-Co V – 2 (Covid-19) e di non essere venuto a contatto con alcun soggetto contagiato negli ultimi 15 giorni;
- 2) di non essere sottoposto a misure di quarantena o isolamento domiciliare per Covid-19;
- 3) di essere in buona salute e di non presentare nessuno dei sintomi tipici dell'infezione, quali tosse, raffreddore, febbre, associati o meno a difficoltà respiratoria;
- 4) dichiaro di essere informato, ai sensi e per gli effetti di cui al Dlgs. 101/2018 e del Reg. UE 2016/679 che i dati personali saranno trattati, anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa come da informativa stampata retro.
- 5) Mi impegno a comunicare tempestivamente eventuali inesattezza o modifiche di cui sopra dei punti 1 e 2

**FIRMA**

Dichiarazione per l'accesso finalizzato all'allenamento a porte chiuse di cui all'articolo 1 comma 10 lettera e) del DPCM 14 gennaio 2021 presso i siti ASD/SSD \_\_\_\_\_

**Misure preventive emergenza Covid-19**

IL SOTTOSCRITTO (NUMERO TESSERA)	Temperatura ok	ORARIO ENTRATA	ORARIO USCITA

**Dichiara ai sensi del DPR 445/2000 sotto la propria responsabilità:**

- 1) di non essere affetto dal virus SARS-Co V – 2 (Covid-19) e di non essere venuto a contatto con alcun soggetto contagiato negli ultimi 15 giorni;
- 2) di non essere sottoposto a misure di quarantena o isolamento domiciliare per Covid-19;
- 3) di essere in buona salute e di non presentare nessuno dei sintomi tipici dell'infezione, quali tosse, raffreddore, febbre, associati o meno a difficoltà respiratoria;
- 4) dichiaro di essere informato, ai sensi e per gli effetti di cui al Dlgs. 101/2018 e del Reg. UE 2016/679 che i dati personali saranno trattati, anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa come da informativa stampata retro.
- 5) Mi impegno a comunicare tempestivamente eventuali inesattezza o modifiche di cui sopra dei punti 1 e 2

**FIRMA**



# Ministero della Salute

## DIREZIONE GENERALE DELLA PREVENZIONE SANITARIA

Ufficio 8 - Promozione della salute e prevenzione e controllo delle malattie cronic-degenerative

**A**

Ufficio di Gabinetto  
Sede

Protezione Civile  
[Coordinamento.emergenza@protezionecivile.it](mailto:Coordinamento.emergenza@protezionecivile.it)  
[protezionecivile@pec.governo.it](mailto:protezionecivile@pec.governo.it)

Ministero Economia e Finanze  
[mef@pec.mef.gov.it](mailto:mef@pec.mef.gov.it)

Ministero Sviluppo Economico  
[gabinetto@pec.mise.gov.it](mailto:gabinetto@pec.mise.gov.it)

Ministero Infrastrutture e  
Trasporti  
[ufficio.gabinetto@pec.mit.gov.it](mailto:ufficio.gabinetto@pec.mit.gov.it)

Ministero Del Lavoro e Politiche Sociali  
[segreteriaministro@pec.lavoro.gov.it](mailto:segreteriaministro@pec.lavoro.gov.it)

Ministero dei Beni e Delle Attività Culturali e del  
Turismo  
[mbac-udcm@mailcert.beniculturali.it](mailto:mbac-udcm@mailcert.beniculturali.it)

Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione  
Internazionale  
[gabinetto.ministro@cert.esteri.it](mailto:gabinetto.ministro@cert.esteri.it)

Ministero della Difesa Ispettorato Generale della Sanità  
Militare  
[stamadifesa@postacert.difesa.it](mailto:stamadifesa@postacert.difesa.it)

Ministero dell'Istruzione  
[uffgabinetto@postacert.istruzione.it](mailto:uffgabinetto@postacert.istruzione.it)

Ministero dell'Università e della Ricerca  
[uffgabinetto@postacert.istruzione.it](mailto:uffgabinetto@postacert.istruzione.it)

Ministero dell'Interno  
[gabinetto.ministro@pec.interno.it](mailto:gabinetto.ministro@pec.interno.it)

Ministero della Giustizia  
[capo.gabinetto@giustiziacert.it](mailto:capo.gabinetto@giustiziacert.it)  
Dipartimento dell'Amministrazione Penitenziaria  
Direzione Generale dei Detenuti e del Trattamento

Ministero Della Giustizia  
[prot.dgdt.dap@giustiziacert.it](mailto:prot.dgdt.dap@giustiziacert.it)  
[gabinetto.ministro@giustiziacert.it](mailto:gabinetto.ministro@giustiziacert.it)

Ministero dello Sviluppo Economico  
[gabinetto@pec.mise.gov.it](mailto:gabinetto@pec.mise.gov.it)

Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e  
Forestali  
[ministro@pec.politicheagricole.gov.it](mailto:ministro@pec.politicheagricole.gov.it)

Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e  
del Mare  
[segreteria.ministro@pec.minambiente.it](mailto:segreteria.ministro@pec.minambiente.it)

Presidenza Consiglio dei Ministri - Dipartimento per gli  
Affari Regionali e le Autonomie  
[affariregionali@pec.governo.it](mailto:affariregionali@pec.governo.it)

Assessorati alla Sanità Regioni Statuto Ordinario e  
Speciale  
LORO SEDI

Assessorati alla Sanità Province Autonome Trento e  
Bolzano  
LORO SEDI

Associazione Nazionale Comuni Italiani (ANCI)  
[anci@pec.anci.it](mailto:anci@pec.anci.it)

U.S.M.A.F. – S.A.S.N. Uffici di Sanità Marittima,  
Aerea e di Frontiera  
LORO SEDI

Ufficio Nazionale per la Pastorale della Salute  
Conferenza Episcopale Italiana  
[salute@chiesacattolica.it](mailto:salute@chiesacattolica.it)

Don Massimo Angelelli  
Direttore Ufficio Nazionale per la Pastorale della  
Salute [m.angelelli@chiesacattolica.it](mailto:m.angelelli@chiesacattolica.it)

Federazione Nazionale Ordine dei Medici Chirurghi e  
degli Odontoiatri  
[segreteria@pec.fnomceo.it](mailto:segreteria@pec.fnomceo.it)

FNOPI Federazione Nazionale Ordini Professioni Infermieristiche  
[federazione@cert.fnopi.it](mailto:federazione@cert.fnopi.it)

FNOPO Federazione Nazionale degli Ordini della Professione di Ostetrica  
[presidenza@pec.fnopo.it](mailto:presidenza@pec.fnopo.it)

FOFI Federazione Ordini Farmacisti Italiani  
[posta@pec.fofi.it](mailto:posta@pec.fofi.it)

Direzione generale dei dispositivi medici e del servizio farmaceutico DGDMF  
SEDE

Federazione Nazionale Ordini dei TSRM e delle Professioni Sanitarie Tecniche, della Riabilitazione e della Prevenzione [federazione@pec.tsrn.org](mailto:federazione@pec.tsrn.org)

Azienda Ospedaliera - Polo Universitario Ospedale Luigi Sacco  
[protocollo.generale@pec.asst-fbf-sacco.it](mailto:protocollo.generale@pec.asst-fbf-sacco.it)

Comando Carabinieri Tutela della Salute – NAS  
[srm20400@pec.carabinieri.it](mailto:srm20400@pec.carabinieri.it)

Istituto Superiore di Sanità  
[protocollo.centrale@pec.iss.it](mailto:protocollo.centrale@pec.iss.it)

Istituto Nazionale per le Malattie Infettive – IRCCS “Lazzaro Spallanzani”  
[direzionegenerale@pec.inmi.it](mailto:direzionegenerale@pec.inmi.it)

Centro Internazionale Radio Medico (CIRM)  
[fondazionecirm@pec.it](mailto:fondazionecirm@pec.it)

Istituto Nazionale per la promozione della salute delle popolazioni migranti e per il contrasto delle malattie della povertà (INMP)  
[inmp@pec.inmp.it](mailto:inmp@pec.inmp.it)

Federazione delle Società Medico-Scientifiche Italiane (FISM)  
[fism.pec@legalmail.it](mailto:fism.pec@legalmail.it)

Federazione Medico Sportiva Italiana  
[segreteria@cert.fmsi.it](mailto:segreteria@cert.fmsi.it)

Confartigianato  
[presidenza@confartigianato.it](mailto:presidenza@confartigianato.it)

CONFCOMMERCIO  
[confcommercio@confcommercio.it](mailto:confcommercio@confcommercio.it)

CONI Comitato Olimpico Nazionale Italiano  
[ufficiolegale@cert.coni.it](mailto:ufficiolegale@cert.coni.it)

CIP Comitato Italiano Paralimpico  
[protocollo@pec.comitatoparalimpico.it](mailto:protocollo@pec.comitatoparalimpico.it)

Ente Nazionale per l'Aviazione Civile - ENAC  
[protocollo@pec.enac.gov.it](mailto:protocollo@pec.enac.gov.it)

TRENITALIA  
[ufficiogruppi@trenitalia.it](mailto:ufficiogruppi@trenitalia.it)

ITALO - Nuovo Trasporto Viaggiatori SpA  
[italo@pec.ntvspa.it](mailto:italo@pec.ntvspa.it)

Direzione Generale Programmazione Sanitaria  
DGPROGS  
SEDE

SIMIT – Società Italiana di Malattie Infettive e Tropicali  
[segreteria@simit.org](mailto:segreteria@simit.org)

Società Italiana di Medicina e Sanità Penitenziaria (Simspe-onlus)  
Via Santa Maria della Grotticella 65/B  
01100 Viterbo

Ordine Nazionale dei Biologi  
[protocollo@peconb.it](mailto:protocollo@peconb.it)

ANTEV Associazione Nazionale Tecnici Verificatori - PRESIDENTE [presidente@antev.net](mailto:presidente@antev.net)

Società Italiana di Anestesia Analgesia Rianimazione e Terapia Intensiva  
[siaarti@pec.it](mailto:siaarti@pec.it)

Agenzia nazionale per i servizi sanitari regionali  
AGENAS  
[agenas@pec.agenas.it](mailto:agenas@pec.agenas.it)

Federazione Nazionale degli Ordini dei CHIMICI e dei FISICI  
[segreteria@pec.chimici.it](mailto:segreteria@pec.chimici.it)

Dipartimento per le Politiche della Famiglia ROMA  
[segredipfamiglia@pec.governo.it](mailto:segredipfamiglia@pec.governo.it)

Dipartimento per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri  
[ufficiosport@pec.governo.it](mailto:ufficiosport@pec.governo.it)

Regione Veneto – Assessorato alla sanità  
Direzione Regionale Prevenzione  
Coordinamento Interregionale della Prevenzione  
[francesca.russo@regione.veneto.it](mailto:francesca.russo@regione.veneto.it)  
[coordinamentointerregionaleprevenzione@regione.veneto.it](mailto:coordinamentointerregionaleprevenzione@regione.veneto.it)

**OGGETTO: IDONEITÀ ALL'ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA IN ATLETI NON PROFESSIONISTI COVID-19 POSITIVI GUARITI E IN ATLETI CON SINTOMI SUGGERITIVI PER COVID-19 IN ASSENZA DI DIAGNOSI DA SARS-COV-2**

La tutela sanitaria delle attività sportive contribuisce alla tutela e promozione della salute pubblica, sia attraverso interventi di promozione dell'attività motoria rivolta a tutta la popolazione, sia attraverso le visite mediche finalizzate alla certificazione di idoneità alla pratica sportiva agonistica e non agonistica.

L'infezione da Sars-COV-2 può decorrere in modo asintomatico o paucisintomatico, ma può essere causa di quadri clinici molto severi ed in alcuni casi anche mortali.

Nella valutazione di atleti Covid-19 positivi guariti, pertanto, è necessario porre particolare attenzione agli apparati il cui coinvolgimento è più frequente e potenzialmente rischioso per i possibili esiti a lungo termine, attraverso la raccolta dell'anamnesi e l'esecuzione di un esame obiettivo accurato alla ricerca di segni e/o sintomi che possano essere indicativi di un possibile coinvolgimento di specifici organi e/o apparati.

Un'ulteriore attenzione va prestata ad atleti che, pur non avendo ricevuto una diagnosi certa di infezione da Sars-COV-2 mediante test molecolare, abbiano tuttavia sviluppato una sintomatologia suggestiva in un periodo compatibile con la circolazione del virus.

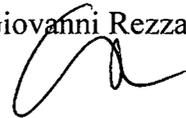
Le seguenti raccomandazioni sono state predisposte sulla base del documento elaborato e proposto dalla Federazione Medico Sportiva Italiana.

Le raccomandazioni sono state condivise con il Dipartimento dello Sport, con il CONI, il Comitato Italiano Paralimpico e con le altre società scientifiche e istituzioni del gruppo di lavoro "Tutela della salute nelle attività sportive" costituito nell'ambito del Tavolo di lavoro per la promozione dell'attività fisica e la tutela della salute nelle attività sportive istituito con D.M. 25 luglio 2019 e successiva integrazione dell'11 agosto 2020.

Considerato che l'infezione da Sars-COV-2 è una patologia recente, per la quale le evidenze scientifiche sono in continua evoluzione, è possibile che le presenti raccomandazioni richiedano successivi aggiornamenti o integrazioni.

IL DIRETTORE GENERALE

Dott. Giovanni Rezza



Il Direttore dell'Ufficio  
dott.ssa D. Galeone- Direttore Uff. 8

*Referenti/Responsabili del procedimento:*  
dott.ssa M.T. Menzano -Dirigente medico Uff. 8

## RACCOMANDAZIONI

### IDONEITÀ ALL'ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA IN ATLETI NON PROFESSIONISTI COVID-19 POSITIVI GUARITI E IN ATLETI CON SINTOMI SUGGERITIVI PER COVID-19 IN ASSENZA DI DIAGNOSI DA SARS-COV-2

Nella valutazione degli atleti che sono guariti dalla malattia è indispensabile valutare le possibili conseguenze della stessa sui vari organi ed apparati, tenendo in considerazione anche gli effetti del decondizionamento.

Tra le complicanze maggiori e più frequenti vi sono quadri di polmonite interstiziale con distress respiratorio acuto (ARDS). Tale grave condizione può comportare esiti permanenti a livello dell'apparato respiratorio tanto da comprometterne in modo significativo la funzione sia sotto il profilo ventilatorio che degli scambi gassosi.

Altra possibile complicanza è rappresentata dal danno miocardico. In questo caso lo sviluppo di esiti a distanza di un processo acuto (miocardite) può rappresentare una limitazione alla funzione cardiaca sia sotto l'aspetto della funzione di pompa, sia per il potenziale rischio aritmico.

Occorre, quindi, molta prudenza ed attenzione nel valutare nella sua globalità l'atleta guarito da Covid-19, specie nelle forme più severe che hanno richiesto ospedalizzazione o ricovero in terapia intensiva, per il possibile coinvolgimento di diversi organi ed apparati.

Tutti gli esami ed i test sotto riportati devono essere svolti nel rispetto delle misure preventive finalizzate a garantire la sicurezza non solo degli atleti che si sottopongono a visita, ma anche del medico valutatore, degli operatori sanitari e di tutto il personale operante presso l'ambulatorio di medicina dello sport.

Il medico valutatore, ai fini del primo rilascio o del rinnovo dell'idoneità sportiva ovvero nei casi di infezione da Sars-COV-2 sopraggiunta in corso di validità della certificazione, ai fini della ripresa dell'attività sportiva, dovrà distinguere gli atleti in:

**A.** Atleti Covid-19+ (positivi) accertati e con guarigione accertata secondo la normativa vigente, ed atleti che, pur non avendo ricevuto una diagnosi certa di infezione da Sars-COV-2 mediante test molecolare, abbiano tuttavia sviluppato, a giudizio del medico valutatore, una sintomatologia suggestiva di Sars-COV-2 (e cioè, a titolo esemplificativo ma non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia) in un periodo compatibile con la circolazione del virus. Pertanto, a giudizio del medico valutatore, gli atleti saranno suddivisi, secondo la classificazione (Tabella 1) dei *National Institutes of Health* (NIH) riportata anche nella Circolare del Ministero della Salute del 30/11/20 recante "Gestione domiciliare dei pazienti con infezione da Sars-COV-2" in:

A.1 Atleti che hanno presentato "Infezione asintomatica o presintomatica" o "Malattia lieve" e che comunque non siano ricorsi a ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche a causa di infezione da Sars-COV-2;

A.2 Atleti che hanno presentato "Malattia moderata" o che comunque siano ricorsi a ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche a causa di infezione da Sars-COV-2;

A.3 Atleti che hanno presentato "Malattia severa" o "Malattia critica".

Stadio	Caratteristiche
Infezione asintomatica o presintomatica	Diagnosi di SARS-CoV-2 in completa assenza di sintomi
Malattia lieve	Presenza di sintomatologia lieve (es. febbre, tosse, alterazione dei gusti, malessere, cefalea, mialgie), ma in assenza di dispnea e alterazioni radiologiche
Malattia moderata	SpO <sub>2</sub> ≥ 94% e evidenza clinica o radiologica di polmonite
Malattia severa	SpO <sub>2</sub> < 94%, PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> < 300, frequenza respiratoria > 30 atti/min (nell'adulto), o infiltrati polmonari > 50%
Malattia critica	Insufficienza respiratoria, shock settico, e/o insufficienza multiorgano.

Tabella 1: stadi clinici della malattia COVID-19 in base alla classificazione NIH.

## B. Atleti Covid-19- (negativi) e atleti asintomatici (non testati) nel periodo della pandemia.

Nel **gruppo A1** si raccomanda di integrare la visita medica e gli esami strumentali e di laboratorio previsti dalle normative per la certificazione alla pratica della specifica disciplina sportiva con i seguenti approfondimenti diagnostici:

1. Test ergometrico incrementale massimale con monitoraggio elettrocardiografico (ECG) e valutazione della saturazione di O<sub>2</sub> a riposo, durante e dopo il test;
2. Ecocardiogramma color-Doppler;
3. Esame spirometrico con determinazione di: capacità vitale forzata (FVC), volume espiratorio forzato al primo secondo (FEV-1), indice di Tiffenau, picco di flusso espiratorio e flussi a volumi intermedi, e massima ventilazione volontaria (MVV); tali esami spirometrici dovranno essere eseguiti anche per gli sport della Tabella A dell'ALL 1 del Decreto ministeriale 18 febbraio 1982 - Norme per la tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica.

I summenzionati esami vanno eseguiti non prima che siano trascorsi 30 giorni dall'avvenuta guarigione da Sars-Cov-2 accertata secondo la normativa vigente, o non prima comunque che siano trascorsi 30 giorni dall'avvenuta scomparsa dei sintomi per gli atleti che non hanno ricevuto una diagnosi certa di infezione da Sars-COV-2 mediante test molecolare.

Acquisita l'idoneità o l'attestazione di "Ritorno all'attività", l'atleta potrà riprendere gradualmente gli allenamenti e/o l'attività, sotto l'attento controllo del Responsabile sanitario della società sportiva.

Qualora l'atleta dilettante necessiti, per motivi agonistici di livello nazionale o internazionale, di ridurre il periodo intercorrente tra l'avvenuta guarigione e la ripresa dell'attività, potrà essere adottato, su giudizio del medico valutatore, il protocollo di esami e test previsto dalla Federazione Medico Sportiva Italiana per la ripresa dell'attività sportiva degli atleti professionisti.

(per consultazione [https://www.fmsi.it/images/img/archivio/protocollo\\_FMSI\\_ripresa-att-sport\\_20200430-3.pdf](https://www.fmsi.it/images/img/archivio/protocollo_FMSI_ripresa-att-sport_20200430-3.pdf))

Nel **gruppo A2** si raccomanda di integrare la visita medica e gli esami strumentali e di laboratorio previsti dalle normative per la certificazione alla pratica della specifica disciplina sportiva con i seguenti approfondimenti diagnostici:

1. Test ergometrico incrementale massimale con monitoraggio elettrocardiografico e valutazione della saturazione di O<sub>2</sub> a riposo, durante e dopo il test;

2. Ecocardiogramma color doppler;

3. ECG Holter 24hr inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo;

4. Esame spirometrico con determinazione di: capacità vitale forzata (FVC), volume espiratorio forzato al primo secondo (FEV-1), indice di Tiffenau, picco di flusso espiratorio e flussi a volumi intermedi, e massima ventilazione volontaria (MVV); tali esami spirometrici dovranno essere effettuati anche per gli sport della Tabella A dell'ALL 1 del Decreto ministeriale 18 febbraio 1982 - Norme per la tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica

5. Esami ematochimici (Emocromo completo, ALT/AST, Gamma GT, Creatininemia, CPK isotipi cardiaci, Troponina, LDH, PT/PTT, INR, Elettroforesi proteica, PCR, Ferritina, Esame urine completo).

A giudizio del medico valutatore la visita medica potrà essere integrata con:

1. Diagnostica per immagini polmonare;

2. Diffusione alveolo-capillare;

3. Valutazione cardiopolmonare integrata durante test ergometrico incrementale massimale (cardiopulmonary exercise test – CPET).

I summenzionati approfondimenti diagnostici vanno eseguiti non prima che siano trascorsi 30 giorni dall'avvenuta guarigione da Sars-Cov-2 accertata secondo la normativa vigente. Acquisita l'idoneità o l'attestazione di "Ritorno all'attività", l'atleta potrà riprendere gradualmente gli allenamenti e/o l'attività, sotto l'attento controllo del Responsabile sanitario della società sportiva.

Qualora l'atleta dilettante necessiti, per motivi agonistici di livello nazionale o internazionale, di ridurre il periodo intercorrente tra l'avvenuta guarigione e la ripresa dell'attività, potrà essere adottato, su giudizio del medico valutatore, il protocollo di esami e i test previsto dalla Federazione Medico Sportiva Italiana per gli atleti professionisti. (per consultazione [https://www.fmsi.it/images/img/archivio/protocollo\\_FMSI\\_ripresa-att-sport\\_20200430-3.pdf](https://www.fmsi.it/images/img/archivio/protocollo_FMSI_ripresa-att-sport_20200430-3.pdf))

Nel **gruppo A3** si raccomanda di integrare la visita medica e gli esami strumentali e di laboratorio previsti dalle normative per la certificazione alla pratica della specifica disciplina sportiva con i seguenti approfondimenti diagnostici:

1. Valutazione cardiopolmonare integrata durante test ergometrico incrementale massimale (cardiopulmonary exercise test – CPET), con monitoraggio ECG e con valutazione della saturazione di O<sub>2</sub> a riposo, durante e dopo test;

2. Ecocardiogramma color-Doppler;

3. ECG Holter 24hr, inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo;

4. Esame spirometrico con determinazione di FVC, FEV1 e MVV (anche per gli sport della Tabella A dell'ALL 1 del Decreto ministeriale 18 febbraio 1982 - Norme per la tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica);

5. Esami ematochimici (Emocromo completo, ALT/AST, Gamma GT, Creatininemia, CPK isotipi cardiaci, Troponina, LDH, PT/PTT, INR, Elettroforesi proteica, PCR, Ferritina, Esame urine completo).

A giudizio del medico valutatore la visita medica potrà essere integrata con:

1. Diagnostica per immagini polmonare;

2. Diffusione alveolo-capillare.

I suddetti esami vanno eseguiti non prima comunque che siano trascorsi 30 giorni dall'avvenuta guarigione da Sars-Cov-2 accertata secondo la normativa vigente. Acquisita l'idoneità o l'attestazione di "Ritorno all'attività",

l'atleta potrà riprendere gradualmente gli allenamenti e/o l'attività, sotto l'attento controllo del Responsabile sanitario della società sportiva.

Si rappresenta, inoltre, che per ciascun gruppo (A1, A2 ed A3) sarà facoltà del medico valutatore richiedere ulteriori accertamenti, qualora nel corso della visita medica e/o da quanto emerso dalla documentazione esaminata ne ravvisi la necessità. A tale scopo sono stati emanati dalla Federazione Medico Sportiva Italiana specifici protocolli, quali, in particolare i Protocolli Cardiologici per il Giudizio di Idoneità allo Sport Agonistico (COCIS 2017, rev. 2018) (per consultazione <http://www.fmsi.it/images/pdf/COCIS-primepagine.pdf>.)

Una volta ultimato l'iter di esami, il medico valutatore, rilascerà:

1. **Il Certificato di idoneità alla pratica dello sport agonistico** in caso di primo rilascio/rinnovo periodico della visita medica
2. **L'Attestazione di "Ritorno all'attività (Return to Play)"** come da Allegato C (da conservare in copia nella scheda valutativa dell'atleta, unitamente alle risultanze della visita medica e degli accertamenti eseguiti), in caso di sopraggiunta infezione da Sars-CoV-2 con certificazione in corso di validità.

Nel **gruppo B** gli Atleti dovranno effettuare gli accertamenti sanitari previsti dalla normativa ai fini dell'eventuale riconoscimento dell'idoneità, nonché ulteriori esami specialistici e strumentali richiesti dal medico valutatore su motivato sospetto clinico.

**Si ritiene infine che per gli atleti che non siano risultati positivi e per gli atleti "asintomatici non testati per Covid-19" si debba procedere a visita di idoneità nel rispetto della scadenza naturale della precedente certificazione.**

Tutti gli atleti al termine della visita dovranno sottoscrivere il documento denominato "Allegato A" (da conservare in copia nella scheda valutativa dell'atleta).

Qualora l'infezione da Sars-COV-2 sopraggiunga in corso di validità della certificazione di idoneità alla pratica dello sport agonistico, oppure qualora l'atleta manifesti una sintomatologia suggestiva di Sars-COV-2 (a titolo esemplificativo ma non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia) successivamente alla data di rilascio della certificazione di idoneità alla pratica dell'attività sportiva agonistica, l'atleta è tenuto ad informare - oltre che il proprio Medico di Medicina Generale o il Pediatra di Libera Scelta - il Medico Sociale (ove presente) della Società/Federazione Sportiva Nazionale/Ente di Promozione Sportiva/Disciplina Sportiva Associata e, ad avvenuta guarigione, a trasmettere al Medico Specialista in Medicina dello Sport o alla Struttura di Medicina dello Sport certificatori dell'idoneità in corso il modulo allegato denominato "Allegato B" (da conservare in copia nella scheda valutativa dell'atleta), affinché possa essere valutata l'opportunità di procedere al rilascio dell'attestazione di "Ritorno all'attività".

## DICHIARAZIONE

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_

Nato/a a \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_

Dichiara di essere stato/a informato/a dal Dott. \_\_\_\_\_, Specialista in Medicina dello Sport, dei possibili rischi per la salute, anche a distanza di tempo, conseguenti all'infezione da Sars-COV-2.

Pertanto, ai fini della salvaguardia della salute, si impegna a comunicare, oltre che al Medico di Medicina Generale o al Pediatra di Libera Scelta, al Medico Sociale (ove presente) della Società/Federazione Sportiva Nazionale/Ente di Promozione Sportiva/Disciplina Sportiva Associata e al Medico Specialista in Medicina dello Sport/Struttura di Medicina dello Sport che ha rilasciato la certificazione d'idoneità, una eventuale positività al Covid-19 (anche in assenza di sintomi) o del sopraggiungere di sintomatologia riferibile (tra i quali, a titolo esemplificativo ma non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia – disturbi dell'olfatto, ageusia – disturbi del gusto) comparsi successivamente alla data della visita odierna.

\_\_\_\_\_  
Data e Luogo

\_\_\_\_\_  
L'interessato \*

*\* in caso di minore, è necessaria anche la firma dei genitori o dell'esercente la responsabilità genitoriale*

\_\_\_\_\_  
I Genitori o l'esercente la responsabilità genitoriale

(in caso di atleta minore)

\_\_\_\_\_  
Il Medico Specialista in Medicina dello Sport

## DICHIARAZIONE

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_

Nato/a \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_

Dichiarato/a **Idoneo/a** alla pratica sportiva agonistica per lo sport \_\_\_\_\_

in data \_\_\_\_\_ dal Dott. \_\_\_\_\_

### DICHIARA

di aver riscontrato positività al COVID-19 (anche in assenza di sintomi) in data \_\_\_\_\_

di aver accusato sintomatologia riferibile al COVID-19 (tra i quali, a titolo esemplificativo ma non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia – disturbi dell'olfatto, ageusia – disturbi gusto) comparsa successivamente alla data di rilascio della certificazione di idoneità alla pratica dell'attività sportiva agonistica

\_\_\_\_\_  
Data e Luogo

\_\_\_\_\_  
L'interessato \*

*\* in caso di minore, è necessaria anche la firma dei genitori o dell'esercente la responsabilità genitoriale*

\_\_\_\_\_  
I Genitori o l'esercente la responsabilità genitoriale

(in caso di atleta minore)

**ATTESTAZIONE RETURN TO PLAY**

Il/La Sottoscritto/a Dott./Dott.ssa \_\_\_\_\_

Medico Specialista in Medicina dello Sport

ATTESTA

che l'Atleta \_\_\_\_\_

Nato a \_\_\_\_\_

Il \_\_\_\_\_

Dichiarato dal sottoscritto **Idoneo** alla pratica sportiva agonistica per lo sport

\_\_\_\_\_

in data \_\_\_\_\_

a seguito della visita medica da me effettuata in data \_\_\_\_\_ e degli accertamenti presi in visione  
può riprendere la pratica dello sport agonistico.

\_\_\_\_\_  
Data e Luogo

\_\_\_\_\_  
Il Medico (*Firma e Timbro*)



## Allegato 1

### Classificazione luoghi con presenza di operatori sportivi in relazione al rischio specifico e relative disposizioni

CLASSE	NOME	DESCRIZIONE	ESEMPIO	Osservazioni	Disposizioni
A	Transito	Si prevede che le persone transitino senza fermarsi	Corridoio, atrio, parcheggio	In determinate condizioni può passare in classe B, sosta breve	Obbligo: a) presenza dispenser b) utilizzo mascherina c) presenza termometro all'ingresso della struttura
B	Sosta breve	Si prevede che le persone sostino brevemente, al massimo 15 minuti	Hall, servizi igienici	In caso di attesa del proprio turno può passare in classe D, assembramento	Obbligo: a) presenza dispenser b) utilizzo mascherina
C	Sosta prolungata	Si prevede che le persone sostino a lungo, comunque oltre 15 minuti, anche molte ore	Area di pratica delle attività sportive	In caso di necessaria compresenza l'area può passare in classe D	Obbligo: a) presenza dispenser b) presenza spray igienizzanti attrezzatura b) utilizzo mascherina, qualora non si stia effettuando attività fisica.
D	Luoghi in cui è possibile la sosta di più persone contemporaneamente	Si prevede che le persone sostino in numero elevato in spazi delimitati, al chiuso o all'aperto. Può essere presente un "gate" di accesso (esempio bancone reception, porta di ingresso alla zona servizi igienici, cassa)	Reception, area timbratrice, self service, servizi ristoro, casse dei servizi ristoro, servizi igienici		E' vietata qualsiasi forma di assembramento. Obbligo: a) utilizzo strumentazione per regolazione flussi, e turnazioni b) presenza cartellonistica c) presenza dispenser d) utilizzo mascherina
E	Luoghi in cui è possibile la sosta di più persone contemporaneamente senza utilizzo di dispositivi di protezione	Si prevede che le persone sostino senza mascherina solo per mangiare e bere.	Servizi di ristoro, area pausa		E' vietata qualsiasi forma di assembramento. Obbligo: a) utilizzo strumentazione per regolazione flussi b) presenza cartellonistica e segnaletica per utilizzo posti/persona c) presenza dispenser d) utilizzo mascherina



Presidenza del  
Consiglio dei Ministri  
Dipartimento per lo sport

# Lo Sport continua in sicurezza

All'interno del sito è obbligatorio adottare le seguenti misure di prevenzione:



RILEVAZIONE DELLA  
TEMPERATURA  
ALL'INGRESSO DEL SITO



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



OBBLIGO DI UTILIZZO DELLA  
MASCHERINA IN TUTTI GLI SPAZI  
DEL SITO SE NON SI STA  
EFFETTUANDO ATTIVITÀ FISICA



MANTENERE LA DISTANZA  
INTERPERSONALE MINIMA DI  
1 MT IN CASO DI ASSENZA DI  
ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI  
MONOUSO O DA BOTTIGLIE  
PERSONALI



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  
COMITO



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



MANTENERE LA DISTANZA  
INTERPERSONALE MINIMA  
ADEGUATA ALL'INTENSITÀ  
DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE  
NON INFERIORE A 2 MT



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

## Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche:

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



È VIETATO LO SCAMBIO DI DISPOSITIVI  
(SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI  
TRA OPERATORI SPORTIVI  
E PERSONE PRESENTI NEL SITO

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



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI  
PERSONALI (BORRACCHE, ETC) E  
L'ATTREZZATURA UTILIZZATA  
DURANTE L'ATTIVITÀ SPORTIVA



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE  
ALL'ATTIVITÀ CHE SI ANDRÀ A SVOLGERE  
O, IN ALTERNATIVA, UTILIZZARE GLI SPAZI COMUNI  
PER CAMBIARSI NEL MINOR TEMPO POSSIBILE,  
MUNENDOSI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA  
DEI PROPRI EFFETTI PERSONALI



NON TOCCARE OGGETTI  
E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali, dalle Discipline Sportive Associate e dagli Enti di Promozione Sportiva di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it

Scarica l'App

