

**OGÓLNE WYTYCZNE DOTYCZĄCE FUNKCJONOWANIA
KLUBU UCZELNIANEGO AZS UW PRZY UL. KAROWEJ 18
PO 1 LIPCA 2020 R. W ZWIĄZKU Z POTENCJALNYM RYZYKIEM
ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM**

1. Dopuszcza się do prowadzenia zajęć sportowych w salach treningowych na macie.
2. Na każdą parę zawodników musi przypadać 15 m² powierzchni maty.
3. Podczas treningu w sali 2 na poziomie 0 może uczestniczyć 14 zawodników i 2 trenerów, a w sali 8 na poziomie -1 może uczestniczyć 10 zawodników i 2 trenerów.
4. Na zajęciach sportowych jednocześnie może przebywać 24 zawodników i 4 trenerów.
5. Treningi na macie powinny trwać nie dłużej niż 60 minut w grupach dzieci do lat 14 i 1,5 godziny w grupach zawodników powyżej 14 lat.
6. Zawodnicy nieletni w wieku do lat 14 przychodzą na trening w towarzystwie opiekuna, a opiekunowie pozostają poza obiektem.
7. Zawodnicy podczas zajęć trenują wyłącznie w tych samych parach bez możliwości zmian rotacyjnych w czasie treningu specjalistycznego.
8. Zajęcia powinny być prowadzone w formie nauczania i doskonalenia umiejętności techniczno-taktycznych, metodą ciągłą i przerywaną.
9. Zajęcia powinny być prowadzone z małą i średnią intensywnością w strefie tlenowej i mieszanej z akcentem na dokładność wykonania ćwiczeń oraz zadań techniczno-taktycznych.
10. Świadoma i dobrowolna decyzja o powrocie do treningów należy do każdego zawodnika przed przystąpieniem do zajęć potwierdzona w deklaracji na piśmie.
11. Zarówno zawodnicy jak i trenerzy są obowiązani do przestrzegania procedur uczestniczenia w zajęciach sportowych wynikających z zagrożenia koronawirusem.
12. Zajęcia sportowe mogą się odbywać jedynie bez udziału osób postronnych.
13. Możliwość korzystania z szatni i węzła sanitarnego przy zapewnieniu bezwzględnej ich dezynfekcji i niezbędnego wyposażenia.
14. Zapewnienie osobom uczestniczącym w zajęciach sportowych, wydarzeniu sportowym lub korzystającym z obiektu i sprzętu sportowego środki do dezynfekcji rąk i sprzętu sportowego.

15. Przeprowadzanie w obiekcie dezynfekcji wszystkich urządzeń i sprzętu sportowego po każdym użyciu i każdej grupie korzystających.
16. Należy zapewnić piętnastominutowe odstępy między wchodzącymi i wychodzącymi uczestnikami zajęć sportowych, korzystającymi z obiektu i sprzętu sportowego.
17. Osoby korzystające z obiektu lub sprzętu są obowiązane do dezynfekcji rąk wchodząc i opuszczając obiekt.
18. Obowiązek zakrywania ust i nosa nie stosuje się w przypadku sędziego, trenera i osoby uprawiającej sport.
19. Zalecane jest zachowanie dystansu społecznego minimum 2 m.
20. Wskazane jest, aby każdy uczestnik zajęć korzystał ze swojego sprzętu treningowego.
21. W obiekcie między stanowiskami pracy należy zapewnić odległość co najmniej 1,5 m.
22. Pracownicy obsługi powinni być wyposażeni w rękawiczki (1 para /dzień) i maseczki ochronne wielokrotnego użytku (3 sztuki/osobę).
23. Rekomendujemy używanie maseczek ochronnych w przestrzeniach wspólnych (korytarze, sanitariaty itp.).
24. Użytkowane pomieszczenia należy wyposażyć w przenośne dozowniki z płynem odkażającym do dezynfekcji rąk z zaleceniem bezwzględnego korzystania.
25. Należy dezynfekować miejsca, przestrzenie często używane, dotykowe, jak np. klamki, poręcze, blaty stołów itp. dwa razy w trakcie dnia.
26. Szczegółowe wytyczne dezynfekcji ustala kierownik obiektu.
27. Maseczki i rękawice po wykorzystaniu powinny być wyrzucane do oznakowanych i zamykanych pojemników.
28. Aby maksymalnie zminimalizować ryzyko zakażenia wirusem SARS-CoV-2, przedstawione zasady powinny być wdrożone i przestrzegane.