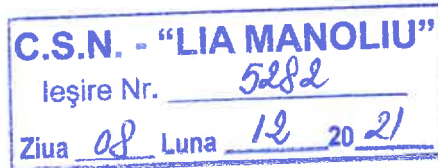




MINISTERUL TINERETULUI ȘI SPORTULUI



COMPLEXUL SPORTIV NAȚIONAL
„LIA MANOLIU“



Aprobat,
Director,
Ștefan ROHNEAN



REGULAMENT

PRIVIND CONDIȚIILE NECESAR A FI RESPECTATE ÎN VEDEREA DESFĂȘURĂRII ACTIVITĂȚILOR DE PREGĂTIRE FIZICĂ ÎN SĂLI DE FITNESS ȘI AEROBIC, DIN BAZELE SPORTIVE ALE COMPLEXULUI SPORTIV NAȚIONAL „LIA MANOLIU”

Avand in vedere:

- Ordinul Ministerului Sportului nr. 535/30.07.2021 si Ordinul Ministerului Sanatatii nr. 1.505/09.08.2021 pentru aprobarea Regulamentelor privind condițiile necesar a fi respectate pentru accesul în bazele sportive, a practicării sporturilor individuale în aer liber, pentru practicarea sporturilor de echipă în aer liber de către sportivii de performanță, pentru reluarea activității de natație în bazinele acoperite și în aer liber din România, în vederea desfășurării de către sportivii profesioniști, sportivii de performanță și/sau legitimați, a activităților de pregătire fizică organizate în spații închise, respectiv desfășurării activităților de pregătire fizică în săli de fitness și aerobic.

- HG Nr. 1.166/08.12.2021 — HOTĂRÂRE privind prelungirea stării de alertă pe teritoriul României începând cu data de 9 decembrie 2021, precum și stabilirea măsurilor care se aplică pe durata acesteia pentru prevenirea și combaterea efectelor pandemiei de COVID-19.

Se aprobă urmatorul regulament privind condițiile necesar a fi respectate în vederea desfășurării activităților de pregătire fizică în săli de fitness și aerobic, din bazele sportive ale Complexului Sportiv Național „Lia Manoliu”, începând cu data de 09.12.2021.

Nerespectarea prevederilor prezentului regulament duce la rezilierea acordului privind accesul in bazele sportive din cadrul Complexului Sportiv Național „Lia Manoliu”.

A. Scop

Complexul Sportiv National "Lia Manoliu" este instituție publică în subordinea Ministerului Tineretului și Sportului înființată prin Ordinul ministrului tineretului și sportului nr.322/19.02.1991.

Obiectul principal de activitate al Complexului Sportiv Național "Lia Manoliu" îl constituie administrarea bazei materiale destinată cu prioritate pregătirii loturilor naționale și olimpice precum și organizării competițiilor sportive de nivel național și internațional.

Activitatea sportiva se refera la pregătirea în regim de cantonament a sportivilor nominalizați în loturile naționale și olimpice.

În perioadele în care nu sunt organizate activități sportive și în cazul neocupării integrale a spațiilor existente Complexul Sportiv National Lia Manoliu poate organiza și alte activități cultural-artistice, sportive și de tineret pentru alte persoane juridice și fizice la prețurile și tarifele stabilite prin Ordinul Ministrului Sportului.

B. Considerații generale

Accesul însoțitorilor în bazele sportive nu este permis. Prin excepție, minorii pot avea ca însoțitor o singură persoană adultă, (persoana însoțitoare, va preda minorul la intrarea în incinta complexului sportiv, către antrenor, ulterior așteptând în afara bazei sportive, până la încheierea antrenamentului).

Antrenorii sunt direct responsabili de siguranța (accidente, răniri, etc.) și comportamentul sportivilor de la intrarea în incinta Complexului Sportiv National "Lia Manoliu,, până la încheierea antrenamentului, respectiv părăsirea bazei sportive.

Antrenorul/Instrucătorul, trebuie să asigure un număr adecvat de asistenți pentru supravegherea copiilor/sportivilor în vederea respectării termenilor acestui regulament, termenilor de siguranță și integritate, precum și de prevenire a accidentelor.

Prezentul regulament stabilește criteriile care trebuie îndeplinite de către sălile de fitness și aerobic pentru reluarea activităților de pregătire fizică în spații închise și diminuarea riscului de infecție cu COVID-19.

Aplicarea corectă a acestor măsuri contribuie la diminuarea riscului de infecție cu COVID-19, dar nu garantează eliminarea acestuia în contextul pandemiei.

Regulile generale de protecție sanitară împotriva răspândirii SARS-CoV-2 și regulile privind purtarea corectă a măștii sunt stabilite în Regulamentul de acces în bazele sportive ale Complexului Sportiv Național „Lia Manoliu”.

CONDIȚII ÎN CARE ACTIVITATEA CU PUBLICUL SE POATE DESFĂȘURA ÎN INTERIORUL SĂLILOR DE SPORT/SĂLILOR DE FITNESS

Activitatea cu publicul a operatorilor economici care desfășoară activitatea în spații închise în domeniul sălilor de sport și/sau fitness este permisă fără a depăși 50% din capacitatea maximă a spațiului, cu asigurarea unei suprafețe de minimum 4 mp pentru fiecare persoană. Participarea este permisă doar pentru persoanele care sunt vaccinate împotriva virusului SARS-CoV-2 și pentru care au trecut 10 zile de la finalizarea schemei complete de vaccinare, persoanele care prezintă rezultatul negativ al unui test RT-PCR pentru infecția cu virusul SARS-CoV-2 nu mai vechi de 72 de ore sau rezultatul negativ certificat al unui test antigen rapid pentru infecția cu virusul SARS-CoV-2 nu mai vechi de 48 de ore, respectiv persoanele care se află în perioada cuprinsă între a 15-a zi și a 180-a zi ulterioară confirmării infectării cu virusul SARS-CoV-2;

B. Măsuri specifice activităților de pregătire fizică în spații închise

1. Măsuri de igienă personală

- Cu excepția perioadei de efort fizic intens, este obligatorie purtarea măștii de protecție în spațiile comune, care pentru o protecție eficientă trebuie să acopere atât gura, cât și nasul.
- Igiena respiratorie este obligatorie (tuse și strănut în plica cotului sau în batista de unică folosință, care va fi aruncată imediat la coșul de gunoi).
- Este recomandată evitarea atingerii feței cu mâinile neigienizate.
- Spălatul regulat al mâinilor este preferabil portului de mănuși.

2. Măsuri care privesc organizarea activității de pregătire fizică

- Administratorul unităților unde au loc activitățile de pregătire fizică elaborează proceduri proprii prin care să asigure respectarea normelor de desfășurare a activității și împarte sarcinile de lucru pentru personalul angajat.
- Au fost instalate panouri informative cu regulile și indicațiile guvernamentale privind măsurile pentru combaterea răspândirii infecției cu COVID-19.
- Sunt nominalizate prin proceduri proprii persoanele responsabile pentru respectarea numărului maxim de persoane admis în fiecare tip de încăpere. Aceste persoane pot fi salariați ai unității.
- Personalul de curățenie va desfășura activitățile de curățenie și dezinfecție conform orarului stabilit și va purta echipament adecvat de protecție împotriva infectării cu virusul SARS-CoV-2 (mască, mănuși).
- Dispenserele cu produse biocide avizate/autorizate trebuie să fie amplasate la intrare și în alte zone accesibile.

- Sunt asigurate un număr adecvat de coșuri de gunoi închise cu capac acționat cu pedală, pentru colectarea selectivă a deșeurilor, care să fie disponibile în fiecare zonă a bazei
- Organizarea spațiului de pregătire fizică pe aparate astfel încât să permită menținerea unui spațiu de siguranță pentru fiecare persoană de minimum 7 mp
- Organizarea spațiului de pregătire fizică aerobică astfel încât să permită menținerea unui spațiu de siguranță pentru fiecare persoană de minimum 10 mp
- Coordonarea administratorilor sălii cu autoritățile sanitare și cele locale astfel încât asigurarea sănătății tuturor participanților la activitatea sportivă, dar și a personalului auxiliar să reprezinte obiectivul prioritar
- Triajul observațional zilnic la intrarea în sală, de către antrenor/instructor. Nu se va permite accesul persoanelor care prezintă simptome de infecție respiratorie (tuse, strănut, rinoree, stare generală alterată) și temperatură mai mare de 37,3°C.
- Plasarea recipientelor cu dezinfectanți pentru mâini la intrarea în sală
- Elaborarea planurilor de sănătate și securitate în muncă în conformitate cu Ordinul ministrului muncii și protecției sociale și al ministrului sănătății nr. 3.577/831/2020 privind măsurile pentru prevenirea contaminării cu noul coronavirus SARS-CoV-2 și pentru asigurarea desfășurării activității la locul de muncă în condiții de securitate și sănătate în muncă, pe perioada stării de alertă
- În cazul încăperilor climatizate prin recircularea aerului se efectuează nebulizarea o dată pe săptămână, în afara programului de lucru, și se efectuează dezinfecția instalației de climatizare conform instrucțiunilor producătorului.
- Suprafețele și spațiile comune vor fi dezinfectate frecvent (cel puțin o dată la 4 ore).
- Asigurarea unei ventilații adecvate a tuturor încăperilor sau aerisirea lor periodică, cel puțin o dată la 4 ore

3. Accesul în sala de fitness și aerobic

- Accesul spectatorilor în bazele sportive nu este permis.
- Accesul utilizatorilor va fi permis doar în urma triajului observațional și termometrizării, efectuat de către antrenori/instructori.
- Utilizatorii sunt informați să nu se prezinte în centrele de pregătire dacă prezintă semne clinice de viroză respiratorie.
- Accesul în sală trebuie să se facă numai în baza unei programări prealabile. Programarea utilizatorilor trebuie făcută în așa fel încât să permită suficient timp pentru igienizarea periodică a sălii, dar și pentru eliberarea vestiarelor, în condițiile în care și aici trebuie menținută o distanță de siguranță între persoane.

- Se va ține o evidență nominală a persoanelor care au folosit sala în fiecare interval orar, astfel încât să se poată face cu ușurință identificarea contactilor, în eventualitatea depistării unui caz de infectare cu COVID-19 printre utilizatorii respectivei săli de fitness sau aerobic.

- Nu se va permite accesul și se va recomanda izolarea la domiciliu în cazul în care persoana a venit în contact cu un caz suspect sau confirmat de infecție cu virusul SARS-CoV-2.

- Configurarea locului și elaborarea procedurii de măsurare a temperaturii corporale și desemnarea unei persoane responsabile cu această procedură

- Instalarea unui dispenser pentru dezinfectant

- Digitalizarea practicilor administrative (de evitat utilizarea formularelor de înregistrare pe hârtie etc.)

4. Antrenamentul de fitness și aerobic în spații închise

- Utilizatorii sălilor de fitness și aerobic vor fi instruiți să își spele mâinile înainte și după terminarea antrenamentului.

- În cazul sălilor de fitness se va evita utilizarea aparatelor în regim de circuit și se va încuraja utilizarea unui singur tip de aparat în cadrul aceleiași sesiuni de antrenament.

- Aparatele sportive vor fi dezinfectate înainte și după fiecare utilizator.

- Curățarea și dezinfecția zonei cât mai des posibil

- Cu excepția perioadei de desfășurare a activităților fizice intense, purtarea măștii este obligatorie pe toată durata prezenței în sală.

5. Măsuri care trebuie luate după antrenament

- După terminarea antrenamentului se are în vedere intrarea eșalonată la vestiare, cu evitarea aglomerației și menținerea distanțării.

- Vânzarea și/sau oferirea de gustări/băuturi în regim de autoservire nu sunt/este permise/permisă; prin excepție, se permite funcționarea automatelor de băuturi răcoritoare și mâncare ambalată.

- Vestiarele trebuie să fie prevăzute cu materiale de curățenie și dezinfecție a mâinilor (apă, săpun, produse biocide avizate/autorizate) și vor fi curățate și dezinfectate înainte și după fiecare utilizare.

C. Proceduri în cazul apariției unei suspiciuni de infectare cu SARS-CoV-2 în centrul de pregătire

Procedura de gestionare a cazurilor în care apare o suspiciune de infectare cu SARS-CoV-2 este stabilită prin legislația în vigoare.

În cazul în care o persoană care participă la activitatea de antrenament este suspectă de/confirmată cu COVID-19 se realizează operațiuni de dezinfecție a încăperilor respective de către unități de dezinfecție, dezinsecție și deratizare autorizate.