



CAMPIONATI REGIONALI DI DISTENSIONE SU PANCA E PARA POERLIFTING CERVIGNANO, Palestra Comunale P.le Lancieri D'Aosta, Domenica 2/05/2021

Organizzazione
a.s.d. Miossport

NORME PER LA PARTECIPAZIONE

La manifestazione si svolgerà presso il Palasport di Cervignano sul lato gomma, dove generalmente si organizzano le gare Regionali di Pesistica in sicurezza, **seguendo tutte le disposizioni previste dalle linee guida della FIPE e dal Comune di Cervignano del Friuli per contrastare la diffusione del Corona Virus** di cui si richiama al massimo rispetto e di cui riassumiamo le principali:

1) INGRESSO AL SITO SPORTIVO

Per tutti, l'ingresso e l'uscita dall'impianto dovranno avvenire (con percorsi separati appositamente segnalati) dall'ingresso principale del Palazzetto Lato Sud (**non dalla palestra di Pesistica**).

L'ingresso è riservato esclusivamente alle persone autorizzate e presenti nella lista predisposta dal Comitato Regionale (Atleti iscritti e loro tecnici, Ufficiali di gara ed organizzatori).

All'ingresso, ognuno dovrà depositare:

- ***l'autocertificazione debitamente compilata e firmata (Per i minorenni è richiesta la firma di un genitore).***
- ***Le risultanze di un tampone negativo effettuato entro le 72 ore precedenti la gara.***
- ***Dovrà, inoltre, Farsi rilevare la temperatura con il laser-scanner e sanificare le mani.***

Ognuno dovrà indossare una mascherina (tipo chirurgico o FFP2) che dovrà essere mantenuta da tutti e per tutta la permanenza all'interno dell'impianto. L'unica eccezione è prevista per gli atleti, ma soltanto mentre eseguono una alzata (sia di riscaldamento, sia di gara).

L'ingresso sarà aperto

- ***Dalle ore 09.00 per gli organizzatori***
- ***Dalle ore 10.00 per gli Ufficiali di Gara.***
- ***Dalle ore 10.15 per gli atleti paralimpici e le donne.***
- ***Dalle ore 10.45 per gli atleti maschi.***

2) ZONE DI ATTESA

Saranno predisposte delle zone di attesa (vedi mappa allegata) sui gradoni e sul lato Ovest dell'impianto.

I posti dove potersi sedere (adeguatamente distanziati) saranno segnalati con del nastro adesivo verde.

3) SPOGLIATOI

Gli spogliatoi a disposizione sono 3 e sono ubicati nel corridoio sotto alle tribune principali dell'impianto.

Lo spogliatoio n. 2 è destinato alla sala peso dove avranno accesso esclusivamente 2 Ufficiali di gara ed alternativamente l'atleta che si deve pesare con il suo tecnico. L'ingresso al peso avverrà per chiamata da parte degli UDG addetti.

Gli atleti ed i loro tecnici in attesa del peso, attenderanno nelle zone di attesa o nel corridoio, mantenendo le distanze di sicurezza.

Gli spogliatoi 1 e 3 saranno adibiti rispettivamente a spogliatoio Maschi e Spogliatoio Femmine.

Nel rispetto delle norme emanate sia dalla FIPE sia dal Comune di Cervignano, nello spogliatoio possono entrare massimo 6 atleti alla volta. Sarà proibito l'uso delle docce e negli spogliatoi non è consentito lasciare alcun oggetto né indumenti.

Dopo essersi cambiati per indossare gli indumenti di gara, gli atleti dovranno riporre ogni cosa nella loro borsa, che porteranno con sé nella zona di attesa, liberando lo spogliatoio per altri atleti.

4) AREA DI GARA

Nell'area di gara saranno disposti la panca di gara ed il tavolo della segreteria di gara.

5) AREA DI RISCALDAMENTO (Warmup)

L'area di riscaldamento (Warmup) sarà predisposta con 4 panche di riscaldamento,

Ogni atleta col suo tecnico sarà indirizzato da un addetto a recarsi alla panca di riscaldamento assegnata.

L'atleta ed il suo tecnico effettueranno il riscaldamento pre gara senza allontanarsi dalla zona della panca di riscaldamento assegnata se non quando sono chiamati sulla pedana di gara per effettuare una delle 3 alzate a disposizione, per poi ritornare rapidamente alla propria panca. Si rammenta che, sia in riscaldamento sia in gara, l'atleta dovrà utilizzare esclusivamente il magnesio personale.

Al termine della terza prova, il Tecnico e l'Atleta dovranno lasciare la propria panca di riscaldamento ed uscire dal sito sportivo. Sulla panca da riscaldamento, dopo la sanificazione effettuata dagli addetti dell'organizzazione, prenderà posto un altro atleta appartenente alla tornata di gara successiva che potrà, così, iniziare il riscaldamento.

Il Tecnico di ogni atleta farà da "spotter" sia per le alzate di riscaldamento sia per le alzate di gara e per queste ultime due addetti dell'organizzazione saranno posizionati ai lati del bilanciere per l'eventuale supporto in sicurezza.

La panca di gara ed il bilanciere saranno sanificati ad ogni alzata (con un foglio di carta usa e getta imbevuto di alcool) da parte degli addetti dell'organizzazione.

Eventuali altre norme potranno essere rese note in sede di gara.

Per altre info fare riferimento al protocollo "LINEE GUIDA PER L'ORGANIZZAZIONE DELLE GARE FEDERALI DI LIVELLO AGONISTICO, RICONOSCIUTE DI PREMINENTE INTERESSE NAZIONALE" presente sul sito federale al seguente indirizzo:
http://www.pesistica.org/public/file_manager/ARCHIVIO/fipe/gare/nazionali/2021/Linee%20Guida/Linee%20Guida%20Gare%20Interesse%20Nazionale%20del%2003022021.pdf

SCHEMA ORGANIZZATIVO
CAMP. REG. DI DISTENSIOE SU PANCA E PARA POWEWRLIFTING
Palasport di Cervignano, P.le Lancieri d'Aosta
CERVIGNANO, DOMENICA 2 MAGGIO 2021

