



Swiss Boxing Federation

Geschäftsstelle
Zürcherstrasse 376
8500 Frauenfeld
Schweiz/Switzerland

Tel +41 (0)52 723 05 58
Fax +41 (0)52 723 05 55

www.swissboxing.ch

office@swissboxing.ch

Gruppo di lavoro della commissione sportiva a nome di Andreas Anderegg, presidente SwissBoxing

- Christina Nigg / Capa degli sport agonistici
- Federico Beresini / Allenatore nazionale (Taskforce Corona Tessin)
- Angelo Gallina / RLZ Membro
- Nicole von Känel / Responsabile degli atleti

Concetto delle misure di protezione

Allenamenti di boxe senza contatti

Covid-19 Misure di protezione – Linee direttrici per i Clubs di boxe/- società e centri di boxe connessi a SwissBoxing

Le esigenze del Consiglio federale del 16 marzo 2020 consentono la pratica della boxe secondo i seguenti criteri:

- Gruppi di più di 5 persone sono vietati e saranno penalizzati dalla polizia.
- La distanza minima di 2m deve essere sempre rispettata.
- Le norme igieniche BAG sono obbligatorie.
- Nessun contatto, nessuno sparring, nessun esercizio con i partner.

Impegno SwissBoxing

- Le nostre direttive e istruzioni corrispondono ai requisiti ufficiali. (Possono essere effettuati controlli di polizia e possono essere emesse sanzioni).
- Il concetto di solidarietà di tutti i membri di SwissBoxing è essenziale. Le regole e i requisiti sono rigorosamente rispettati. La funzione del modello di ruolo viene percepita da ciascun individuo.
- Per club / società e centri, le direttive sono obbligatorie e sono un prerequisito per l'apertura delle loro attività.
- Per i partecipanti alla formazione, uomini e donne, le direttive e le specifiche sono chiaramente comunicate e istruite. Tutti sono consapevoli di ciò che possono e non possono allenare.
- Tutti gli allenatori, sia maschi che femmine, aderiscono rigorosamente alle linee guida, le comunicano a tutti i membri e ne monitorano l'implementazione. In particolare, nuovi tempi di allenamento e nuove forme di allenamento.

Responsabilità SwissBoxing

- *SwissBoxing* pubblica le linee guida, l'attuazione e la responsabilità sono sotto la responsabilità di ogni club / società o centro.
- *SwissBoxing* si basa sulla responsabilità personale di tutti i responsabili.



Swiss Boxing Federation

Geschäftsstelle
Zürcherstrasse 376
8500 Frauenfeld
Schweiz/Switzerland

Tel +41 (0)52 723 05 58
Fax +41 (0)52 723 05 55

www.swissboxing.ch

office@swissboxing.ch

Linee direttive SwissBoxing

- **Possono essere aperti:** i locali dei club, centri di formazione, palestre, compresi i servizi igienici.
- **Restano chiusi:** spogliatoi, docce, buvette o simili.
- Nessuna persona è autorizzata a partecipare in presenza di **sintomi di malattia (febbre)**. Stai a casa o vai in isolamento. Chiamano il medico di famiglia e segui le istruzioni. Il gruppo di addestramento deve essere immediatamente informato dei sintomi della malattia.
- L'andata e il ritorno sono individuali (vedi elenco presenze / elenco prenotazioni).

Atleti e persone particolarmente a rischio:

Le persone a rischio: coloro che soffrono di malattie croniche (cancro, diabete, malattie cardiovascolari, ipertensione, malattie respiratorie croniche, terapie che indeboliscono il sistema immunitario) devono astenersi dall'andare ai centri di fitness e boxe.

Le persone che hanno sintomi influenzali come tosse, raffreddore, febbre, ecc. o che hanno congiuntivite.

Le persone appartenenti a un gruppo a rischio non possono partecipare alla formazione in questo momento.

Esigenze per i locali dei Clubs, Centri d'allenamento - palestre – Organizzazione degli allenamenti e controllo – Responsabilità e attuazione

a)

- Lo spazio minimo di **10 m2 per persona** nella sala d'allenamento deve essere rispettato e il numero di 5 persone alla volta non deve essere superato.
- All'ingresso delle sale di allenamento o della palestra, deve essere verificata la massima presenza autorizzata di persone e devono essere fornite tutte le informazioni pertinenti (controllo degli accessi).
- Le scarpe sono sistemate davanti all'ingresso.
- Per l'allenamento, vengono utilizzate scarpe da ginnastica o stivali da boxe e calzate all'esterno dell'ingresso.
- I locali vengono aperti a tempo prima della sessione di allenamento e chiusi durante l'allenamento; tempo di allenamento consigliato max. 45 minuti, arrivo max. 5 minuti prima dell'inizio dell'allenamento - uscita max. 5 minuti dopo la fine della sessione di allenamento (nessuna sovrapposizione).
- Dopo ogni lezione, pausa di 20 minuti (arieggiare, ispezionare).
- Quando viene raggiunto il numero massimo, l'ingresso al club o al centro viene chiuso.
- La porta d'ingresso rimane chiusa durante l'allenamento.
- Un elenco di prenotazione deve essere completato.
- È necessario compilare un elenco di presenze.
- Ogni club / Centro nomina un responsabile Covid-19 che coordina, attua e controlla le misure.



Swiss Boxing Federation

Geschäftsstelle
Zürcherstrasse 376
8500 Frauenfeld
Schweiz/Switzerland

Tel +41 (0)52 723 05 58
Fax +41 (0)52 723 05 55

www.swissboxing.ch

office@swissboxing.ch

- Il poster BAG "Ecco come ci proteggiamo" deve essere collocato in un posto di rilievo all'ingresso e in vari punti nelle sale di formazione.
- Devono essere disponibili sufficienti disinfettanti per mani e attrezzature.

b)

- Ogni partecipante porta le proprie attrezzature personali, tra cui uno speciale asciugamano sanitario e utensili per la boxe, e le porta a casa dopo l'allenamento.
- Se sudati copiosamente, sono obbligatorie una camicia a maniche lunghe come strato base e una fascia per la testa.
- Dopo l'allenamento, il partecipante lascia il posto il più rapidamente possibile.
- Ciascun partecipante decide in merito alla propria responsabilità se desidera utilizzare le strutture d'allenamento.
- Sono tollerati solo i membri registrati.

c)

- Il responsabile del corso è responsabile: informa ogni nuovo gruppo delle regole e ne controlla l'attuazione.
- Ogni partecipante si allena su 1 dispositivo (sacco da boxe) e lo disinfetta prima e dopo l'uso con i mezzi forniti.
- Un contenitore con pedale e chiudibile è previsto per lo smaltimento dei rifiuti.
- Ogni partecipante si organizza nell'area di utilizzo prescritta e disinfetta tutti gli elementi aggiuntivi utilizzati prima e dopo la formazione. Attrezzatura per l'allenamento / ausili per l'allenamento (manubri, palloni, tubi, ecc.)
- Ogni partecipante agisce in conformità con le misure igieniche prescritte.

d)

- Una prenotazione per la formazione deve essere effettuata in anticipo e verrà annotata nell'elenco d'iscrizioni.
- L'organizzazione degli allenamenti regola la lista d'iscrizione.
- Il rispetto permanente del "distanziamento sociale" è obbligatorio e l'area di addestramento è contrassegnata con nastro adesivo sul suolo.
- **Le seguenti attività non sono autorizzate: esercitazioni con i partner, combattimenti in tutte le loro forme e attività di moderazione da parte di un istruttore.**

Comunicazione

- Il concetto di protezione è pubblicato sul sito ufficiale www.swissboxing.ch.
- *SwissBoxing* invia anche il concetto di protezione via e-mail ai presidenti e agli allenatori di club.



Swiss Boxing Federation

Geschäftsstelle
Zürcherstrasse 376
8500 Frauenfeld
Schweiz/Switzerland

Tel +41 (0)52 723 05 58
Fax +41 (0)52 723 05 55

www.swissboxing.ch

office@swissboxing.ch

Intervento in caso di possibile contaminazione con Covid-19

- Se si sospetta un'infezione, consultare immediatamente il medico di famiglia.
- Le liste delle presenze devono essere tenute nelle sale di formazione. Sulla base dell'amministrazione dei membri (dati), è possibile rintracciare un'infezione o mostrare la catena dell'infezione.
- Le autorità cantonali stabiliscono la procedura da seguire.

25.4.2020/cn