



Regole per gli allenamenti (valide per ogni allenamento fino a nuove comunicazioni)

- Ritrovo fuori dalla palestra indossando la mascherina (può essere tolta solo in palestra /spogliatoio)
- Prima dell'ingresso in palestra ogni allenatore misurerà e annoterà la temperatura di ogni giocatrice (i dati verranno conservati per 30 giorni)
- L'ingresso in palestra è consentito se la temperatura sarà inferiore a 37,5 gradi.
- Subito dopo essere entrati in palestra bisogna disinfettarsi le mani
- gli spogliatoi possono essere utilizzati. Ogni allenatore informerà il gruppo su quale spogliatoio dovrà essere utilizzato
- Nello spogliatoio potranno entrare contemporaneamente 10 persone, significa cambiarsi velocemente e andare in palestra permettendo così alle altre compagne di poter entrare in spogliatoio.
- Tutti i vestiti, scarpe, giacche dovranno essere messe nelle borse, non ci potrà essere niente di appeso o lasciato sulle panchine.
- Ogni giocatrice dovrà avere una bottiglia contrassegnata (eventuale riempimenti vanno concordati con l'allenatore)
- Dopo l'allenamento potranno entrare massimo 10 giocatrici per volta nello spogliatoio, indossando la mascherina, disinfettandosi le mani e lasciando subito la palestra una volta cambiate
- non è consentito l'ingresso in palestra a genitori, fratelli, amici o altri accompagnatori.

Per il primo allenamento bisogna portare al proprio:

- Autocertificazione compilato e firmato
- l'accordo integrativo Covid compilato e firmato
- Certificato medico sportivo valido (DM 18/02/82). Per le giocatrici sotto i 10 anni (annata 2010 e più giovani) basta un certificato del medico di base.)
- Domanda di adesione all'SSV Brixen (15 Euro) compilato e firmato
- Iscrizione stagione sezione Volleyball (importo varia dal gruppo di allenamento) compilato e firmato
- Copia dei versamenti fatti, per la quota alla sezione Volleyball e per la società SSV Brixen (entro 31.10). Il credito di 25 e 35 Euro della stagione scorsa può essere tolto dalla quota.

Tutti i documenti necessari possono essere scaricati dal sito internet e/o vengono mandati dal allenatore in forma elettronica (<https://ssv-brixen.info/de/sektionen/volleyball/>).