



FISO

Federazione Italiana Sport Orientamento

Protocollo per lo svolgimento di gare di *Orienteering*

Aggiornamento approvato dal Consiglio Federale il 28 gennaio 2022.

Ambito

Questo Protocollo definisce le **modalità organizzative** e i **comportamenti individuali** specifici da adottare in occasione dello svolgimento di eventi di *Orienteering* di Corsa d'Orienteamento, Mountain Bike Orienteering e TrailO (Orienteering di precisione) compresi nel Calendario Federale per la durata dell'emergenza COVID-19, anche in deroga a quanto previsto dal Regolamento Tecnico. Esso **non sostituisce ma si aggiunge alla normativa vigente** al momento della manifestazione, sia essa emanata da Autorità pubbliche (Parlamento, Governo, Regioni, Comuni), sia dagli organi di governo del mondo sportivo (CONI, Sport & Salute, CIP), in particolare per ciò che riguarda la **mobilità**, le **distanze** interpersonali, l'impiego di dispositivi di protezione individuale (**DPI**, in particolare le mascherine) e le modalità di **pulizia e sanificazione** di ambienti e materiali. **La normativa si presume conosciuta e compresa da parte di tutti coloro che partecipano con qualsiasi ruolo alle manifestazioni di *Orienteering***, sia operatori sportivi (atleti, tecnici, dirigenti, organizzatori) che accompagnatori.

L'*Orienteering* si articola principalmente in **quattro discipline**: la **Corsa di orientamento** (tipologia *Long*, *Middle* e *Sprint*); **Mountain-Bike Orienteering**; **Sci Orienteamento**; **TrailO** o *Orienteering* di precisione, disciplina, quest'ultima, anche **riconosciuta dal CIP**. Questo protocollo regola lo svolgimento di **manifestazioni individuali e a staffetta in bosco o altre aree aperte assimilabili**. Nel seguito per ciascuna di queste discipline verranno analizzate le potenziali fonti di rischio insite nello svolgimento delle manifestazioni secondo le modalità abituali ed individuate modalità alternative atte a minimizzare tali rischi.

La valutazione dei rischi tiene conto delle fonti di possibile contagio considerando l'organizzazione dei luoghi, le attività lavorative, di pratica o di assistenza da parte di accompagnatori, nonché delle probabilità di trasmissione a seguito dei contatti tra e con gli operatori sportivi.

Questo Protocollo verrà aggiornato alla luce delle nuove normative, delle conoscenze scientifiche, dell'andamento epidemiologico e della valutazione dell'esperienza via via maturata dalla Federazione, dalle sue articolazioni territoriali e dagli Associati.

E' peraltro evidente che il comportamento individuale responsabile è fondamentale per un'effettiva riduzione del rischio di contagio. In **Allegato 1** sono indicate le principali **informazioni generali sulla natura del virus SARS-CoV-2 e delle modalità di diffusione, sulla malattia COVID-19 (sintomi, decorso, prevenzione e cura)**.

Poiché non è possibile prevedere tutte le circostanze che si possono verificare durante una manifestazione di *Orienteering*, questo Protocollo va applicato in primo luogo per i principi di minimizzazione del rischio di contagio che esso richiama. In gare con numero modesto di partecipanti (es. gare promozionali d'interesse locale) gli organizzatori potranno adottare soluzioni semplificate purché assicurino equivalenti livelli di sicurezza e di adeguatezza alle prescrizioni di legge.

Caratteristiche delle gare di *Orienteering*

Le manifestazioni agonistiche di orientamento si svolgono **all'aperto e individualmente**. Le partenze sono scaglionate nel tempo (**gare a cronometro**, non in linea; unica eccezione le gare a staffetta,

in cui i primi frazionisti partono simultaneamente) e **i concorrenti si disperdono sul terreno sin dalla partenza** in quanto l'obbligo del concorrente è solamente il transito per una serie di punti ma con scelta libera del percorso da seguire tra l'uno e l'altro e i tracciati sono concepiti in modo da favorire un ventaglio di scelte di rotta. La **limitata attrezzatura** utilizzata (bussola, *Sl card*¹, carta) è **prevalentemente individuale**. Le sole **strutture condivise** sono quelle dell'**arena di gara** e, durante la gara, i **posti di controllo**.

I punti in cui è maggiormente richiesta una valutazione dei possibili rischi di contagio sono, di conseguenza, le fasi che precedono e seguono la gara vera e propria ed è su questi che si focalizza maggiormente l'attenzione per individuare modalità di organizzazione che consentano di mantenere il distanziamento interpersonale e la sanità degli spazi, delle attrezzature, dei materiali e così minimizzare i rischi di contagio.

Norme di carattere generale

Le **persone che hanno sintomi** di infezione respiratoria, anche lievi, o febbre **non devono partecipare/organizzare/assistere alle gare di Orienteering**; altrettanto vale per le persone in quarantena o isolate. Le persone a rischio sono generalmente sconsigliate dal partecipare agli eventi.

Cosa fare in presenza di persone con sintomi:

In presenza di persone con sintomi tipici quali tosse, febbre, diarrea, dolori muscolari/scheletrici, cefalea, faringite l'organizzatore deve provvedere all'isolamento della persona e segnalare il caso all'ente competente della regione/provincia sia della manifestazione che del concorrente. Questi informeranno circa le procedure previste per gli accertamenti in merito. È previsto uno spazio dedicato (ad esempio: tenda, area appositamente segnalata, ...) dove la persona deve attendere finché siano chiare le misure da attuare. Si informano, nel rispetto della *privacy*, i presenti alla gara circa un caso sospetto e si compila un elenco delle persone che sono state in stretto contatto (per più di 15' senza DPI - vedi anche definizione del Ministero della Salute) con la persona sintomatica, affinché in caso di positività SARS-CoV-2 sia possibile rintracciarli per eventuale *screening*.

Gli organizzatori devono comunicare ai partecipanti (attraverso l'avviso di gara e/o con esposizione in arena) **che il Delegato Tecnico o, in sua assenza, il Direttore di gara ha l'autorità di sospendere la gara e/o escludere persone dalla gara se i requisiti per la protezione dalle infezioni non vengono rispettati.**

Qualora gli spazi e/o l'organizzazione dell'arena non consentano di assicurare il rispetto delle norme sul distanziamento, le competizioni si dovranno svolgere secondo il principio di *come-run-home* (vieni alla gara, corri, ritorna a casa) in modo da assicurare una presenza contenuta in arena.

Informazioni generali su SARS-CoV-2 e Covid-19 e misure di igiene personale (v. Allegato 1)

Fasi preparatorie e collaterali (tracciamento, posa punti, stampa carte, ritiro lanterne, ...) (v. Allegato 3).

Norme igienico-sanitarie e buone prassi (infografiche) (Allegato 4)

¹ Micro-chip per la rilevazione dei tempi di gara.

Infografica per i concorrenti

(non sostituisce la lettura e la conoscenza del presente Protocollo)

1. Da casa all'arena di gara

Febbre o sintomi?
Resto a casa

Mi porto da casa **tutta l'acqua che mi serve**.
Non ci sono posti di ristoro

Viaggio seguendo la normativa vigente

Se uso il furgone di società deve essere stato sanificato

Mostro il Green Pass agli incaricati del controllo

Parcheggio dove indicato dagli organizzatori

Indosso la **mascherina FFP2** prima e dopo la gara

Mantengo la **distanza di almeno 1 m** dalle altre persone

Riporto a casa ogni mio rifiuto, compresi fazzoletti e mascherine usati

2. Dall'arena di gara all'arrivo

Porto con me la descrizione dei punti (se disponibile) e una scorta d'acqua

Seguo le indicazioni degli organizzatori per avviarmi alla partenza

Indosso la **mascherina FFP2 o chirurgica** fino alla partenza

Mantengo la **distanza di almeno 2 m** dalle altre persone

Pulisco le mani con il **gel igienizzante** all'ingresso nei box di partenza

Entro nel box di partenza quando è uscito il concorrente che mi precede

Alla partenza tolgo e porto con me la **mascherina**

In gara mantengo la **distanza di almeno 5 m** dagli altri concorrenti

Dopo aver punzonato mi allontano di **almeno 5 m** per studiare la rotta verso il prossimo punto

All'arrivo rispetto la distanza di **almeno 5 m** dal concorrente che mi precede

3. Dopo l'arrivo

Mi allontano rapidamente dalla stazione Finish

Pulisco le mani e la SI Card con il **gel igienizzante**

Indosso la **mascherina FFP2**

Seguo le indicazioni verso lo scarico della SI Card; mantengo la **distanza di almeno 1 m** dalle altre persone

Torno all'auto o al furgone o mantengo una distanza adeguata dalle altre persone per cambiarmi

Leggo le classifiche via web o WiFi. Non mi fermo a confrontare i percorsi con gli altri concorrenti

Torno a casa non appena possibile

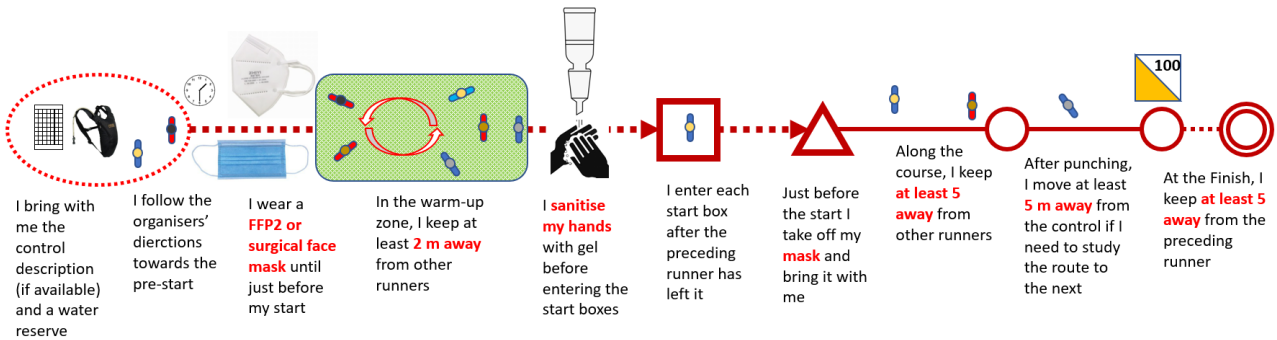
Infographics for participants

(This chart is not a substitute for reading and understanding the protocol)

1. From home to the arena



2. From the arena to the finish line



3. Beyond the finish line





**ANALISI FATTORI DI RISCHIO PER DISCIPLINE SPORTIVE
MODELLO 3D: D1 = DISTANZA D2 = DISPOSITIVI D3 = DIGITALIZZAZIONE**

Indicare per ogni singola voce il fattore di rischio dove: 0=inesistente, 1=scarso, 2=Medio, 3=Alto, 4=elevato

SPORT	DISCIPLINE	SITO SPORTIVO			SITO DI ALLENAMENTO						SITO DI GARA / EVENTO			EVENTO / PUBBLICO																				
		D1			D2			D3			D1			D2			D3																	
		Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numero atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, ricattagalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Abitata in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemetria, telecoaching, gestatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numero atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, ricattagalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Abitata in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemetria, telecoaching, gestatori	Vicinanza - contatto Atleti	Vicinanza - contatto Tecnici	Vicinanza - contatto Pubblico/Accompagnatore/genitore	Numero atleti in azione	Personale di supporto: giudici, cronometristi, ricattagalle, ecc.	Spogliatoi e servizi: numero, dimensioni, bagni	Ambiente chiuso	Abitata in piscina	Dispositivi di protezione: possibilità utilizzo	Digitalizzazione: telemetria, telecoaching, gestatori			
54	Orientamento	183	Corsa orientamento	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	
		184	Mountain Bike orientamento	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0
		185	Orientamento di precisione	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0
		186	Sci orientamento	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0

Figura 1 - Analisi dei fattori di rischio delle discipline di orientamento

(tratto da: Marco BARLA, Ada FERRI, Roberto FINARDI, Laura GASTALDI, Enrico MACIL, Marco MINETTO, Nunzio NICOSIA, Alessandro PEZZOLI, Alice RAVIZZA, Guido SARACCO. 2020. Lo Sport riparte in sicurezza (con la collaborazione dei servizi e degli uffici del CONI). Politecnico di Torino, CONI, CIP. Versione del 26 aprile 2020. 404 pp.)

In **Figura 1** è riportata la tabella con l'analisi dei fattori di rischio per le discipline di *Orienteering* che evidenzia un livello di rischio "scarso" per tutte quattro le discipline. Questo Protocollo ha la finalità di diminuire ulteriormente il rischio residuo.

Analisi dei fattori di rischio generali e nuove prescrizioni per le manifestazioni di tutte le discipline dell'orientamento

Il documento prende in esame la **prassi** (fasi, layout e processi) **in vigore in tempi normali**, individua i corrispondenti rischi e definisce le **modifiche da adottare** per minimizzare il rischio di diffusione del coronavirus. Le prescrizioni definite per la Corsa di Orientamento sono applicate anche alle altre discipline (Mountain Bike Orienteering, Ski Orienteering e TrailO); prescrizioni specifiche sono riportate successivamente.

Corsa di Orientamento (in bosco o aree aperte assimilabili)

L'arena di gara

L'arena di gara è l'area che comprende i parcheggi dei mezzi di trasporto, le zone ove si svolgono alcune fasi pre-gara e altre successive alla conclusione del percorso da parte degli atleti, le zone dove atleti e accompagnatori sostano prima e dopo la gara. **L'accesso all'arena di gara e alla gara stessa è consentito a coloro che sono in possesso del Green Pass "base"². E' fatto obbligo in tutta l'arena di gara di indossare la mascherina FFP2³ e mantenere la distanza interpersonale di almeno 1 metro.**

² Sono esentati dal Green pass i minori di 12 anni e i soggetti esenti dalla campagna vaccinale sulla base di idonea certificazione medica rilasciata secondo i criteri definiti con circolare del Ministero della salute.

³ Il decreto-legge 24 dicembre 2021, n. 221 dispone all'art. 4, comma 2, l'obbligo di indossare i dispositivi di protezione delle vie respiratorie di **tipo FFP2** in occasione eventi e competizioni sportivi che si svolgono al chiuso o all'aperto.



Figura 2 – L'arena di gara normale

N°	Fase	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
1	Trasferimento dei concorrenti dai luoghi di residenza all'arena di gara.	Contatto ravvicinato tra persone sullo stesso mezzo di trasporto	Valgono le prescrizioni previste per la mobilità generale nella normativa emanata dalle Autorità pubbliche . Nessuna prescrizione specifica per le manifestazioni di orientamento.
1 bis	Accesso all'arena di gara	Possibile vicinanza tra persone	<p>Obbligo del possesso di Green Pass "base" per atleti, tecnici, accompagnatori e staff dell'organizzazione (per questi ultimi Green pass "rafforzato" dal 15 febbraio se maggiori di 50 anni). Sono esentati dal Green pass i minori di 12 anni e i soggetti esenti dalla campagna vaccinale sulla base di idonea certificazione medica rilasciata secondo i criteri definiti con circolare del Ministero della salute.</p> <p>Il controllo viene effettuato da parte di soggetti incaricati dal Direttore di gara o, in sua assenza, dal Presidente della ASD organizzatrice. I controllori fanno uso dell'App VerificaC19. Per le modalità d'uso vedi: https://www.dgc.gov.it/web/faq.html#verifica19</p> <p>Le persone non in regola con il Green pass non possono accedere all'arena di gara né alla gara; il divieto vale per atleti agonisti, non agonisti e partecipanti all'evento in forma "ludico-motoria" e accompagnatori.</p>
2	Parcheeggio automezzi. Talora viene fatto uso di mezzi forniti dagli organizzatori (es. seggiovie)	Possibile vicinanza (in transito) tra persone di automezzi diversi	<p>Scelta di aree sufficientemente ampie in modo da assicurare la circolazione delle persone a oltre 1 m di distanza reciproca. Obbligo di mascherina FFP2 all'esterno degli automezzi.</p> <p>Sui mezzi eventualmente forniti dagli organizzatori devono essere applicate le norme previste per la sicurezza degli utenti dei mezzi di trasporto pubblici</p>
3	Parcheeggio camper	Possibile vicinanza (in transito) tra persone di camper diversi	<p>Scelta di aree sufficientemente ampie in modo da assicurare la circolazione delle persone a oltre 1 m di distanza reciproca. Obbligo di mascherina FFP2 all'esterno dei camper.</p>
4	Avvisi; generalmente sono appesi, per essere visibili dai	Possibile sosta breve di più persone	<p>Comunicati di gara e Griglie di partenza disponibili via Web.</p> <p>Procedure informative affisse nell'arena e</p>

	partecipanti, le griglie di partenza, avvisi di gara e altro.		relative dipendenze su dispositivi di prevenzione del contagio prescritti . Assicurare che ci sia spazio sufficiente per essere lette da lontano.
5	Segreteria: ritiro buste Società, iscrizioni esordienti e open; noleggio SI-Card	Possibili code (sosta breve)	Minimizzazione del ricorso alla segreteria tramite iscrizioni esclusivamente on-line e pagamento preventivo delle quote d'iscrizione tramite bonifico bancario o altro metodo di pagamento <i>on-line</i> . Ricevute di pagamento inviate <i>ex ante</i> o <i>ex post</i> alle Società via mail. Nel caso si faccia uso di pettorali, questi devono essere "a perdere". E fatto obbligo ai concorrenti di riportarli a casa con gli effetti personali. Noleggio SI card (disinfettate prima della distribuzione)
6	Catering: generalmente caffè e altre bevande prima e durante la manifestazione, possibili pranzi a fine gara. Generalmente servizio affidato a terzi (privati o associazioni).	Possibile assembramento senza utilizzo dei dispositivi di protezione (consumazione di cibo e bevande)	Individuare una zona defilata dall'arena di gara. Obbligo di osservanza della normativa da parte degli esercenti
7	Banchi di vendita: materiali per orientamento, prodotti del territorio (da parte di terzi).	Possibile assembramento	Individuare una zona defilata dall'arena di gara. Obbligo di osservanza della normativa da parte degli esercenti
8	Raccolta differenziata rifiuti	Possibili contagi da materiali infetti	Nessuna raccolta differenziata nell'arena di gara. Tutti i rifiuti devono essere riportati a casa da concorrenti, tecnici e accompagnatori.
9	Spogliatoi: in luogo chiuso (es. palestre, stadi) o semichiuso (tendone)	Inevitabile assembramento all'interno e nei luoghi di transito	Abolizione degli spogliatoi (transennamento o delimitazione con nastri)
10	WC: afferenti a palestre/stadi oppure, in mancanza, WC chimici. Spesso utilizzati dagli atleti anche WC di locali pubblici se disponibili in loco	Code (sosta breve o sosta prolungata) per l'accesso ai servizi; possibile contaminazione delle superfici all'interno dei servizi	Accesso regolato: code con distanziamento interpersonale. Dovrà essere garantita l'utilizzazione "sicura" dei servizi igienici dotando gli stessi di carta igienica, salviette usa e getta e idonei prodotti igienizzanti da usarsi obbligatoriamente prima e dopo l'utilizzazione degli stessi (apertura e chiusura della porta di accesso). Dovrà essere garantita la sanificazione più volte nel corso degli orari della manifestazione e comunque ogniqualvolta ritenuto necessario con prodotti adeguati all'emergenza. Nel caso di WC chimici allestiti per l'occasione, vanno in ogni caso seguite le indicazioni della ditta fornitrice.

			Laddove i servizi Igienici dovessero trovarsi all'interno degli spogliatoi è obbligatoria la nastratura di interdizione agli spogliatoi.
11	Docce: generalmente disponibili in presenza di spogliatoi chiusi, assenti altrimenti	Code per l'accesso alle docce; diffusione del virus favorita dall'elevata umidità (vapore) degli ambienti	Chiusura delle docce
12	Area tende di società e pubblico: generalmente collocata in prossimità dell'arrivo	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti	Divieto di posizionamento tende di società. Mantenimento delle distanze interpersonali. Possibile permanenza all'interno degli automezzi. Obbligo di mascherina FFP2 all'esterno degli automezzi.
13	Avvio verso la partenza (vedi capitolo dedicato alla partenza)		
14	Arrivo (vedi capitolo dedicato all'arrivo)		
15	Ambulanza		Gli addetti all'ambulanza dovranno munirsi autonomamente di idonei DPI. Obbligo di rispetto delle disposizioni date dal personale sanitario presente.
16	Scarico SI card: lettura del μ -chip e consegna all'atleta della strisciata con gli intertempi	Possibili code (sosta breve)	Regolazione dell'eventuale coda in modo da assicurare la distanza interpersonale. E' raccomandabile, a tal fine, collocare la stazione di lettura delle SI Card ad una adeguata distanza dalla linea d'arrivo. Il personale addetto opera con idonei DPI.
	Postazione Speaker (se prevista), generalmente ubicata presso l'arrivo (14) o lo scarico della SI Card (16) o altra posizione idonea a discrezione degli organizzatori	Possibile vicinanza tra persone	Rispetto rigoroso della distanza interpersonale; poiché lo speaker potrebbe operare senza mascherina, la distanza da altre persone non deve essere inferiore a 2 m. E' opportuno che tale distanza sia evidenziata, ad es. delimitandola con nastro.
17	Ristoro: bevande e cibo per gli atleti arrivati	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti senza utilizzo di DPI (consumazione di bevande e cibo).	Nessun ristoro: ogni concorrente si porta l'acqua necessaria da casa in bottiglie o borracce ad uso strettamente personale
18	Esposizione dei risultati: schermi TV ad aggiornamento continuo o tabelloni con classifiche stampate aggiornate	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti.	Risultati solo online. Se non è possibile l'utilizzo di Internet nell'arena di gara è opportuno che venga allestita una WiFi locale.

	periodicamente		
19	Premiazione: palco e/o podio con consegna di premi in natura o medaglie	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti.	Non obbligatoria. Se prevista, essa deve svolgersi all'aperto e tutti i presenti devono mantenere le distanze interpersonali con obbligo di mascherine FFP2 . I premiati ritirano il premio personalmente.
20	Kindergarten: talora è prevista un'area delimitata nella quale i bambini possono essere lasciati in custodia nel periodo in cui i genitori sono in gara	Contatto tra bambini e tra questi e gli addetti alla sorveglianza	Nessun Kindergarten. E' facoltà dei genitori di richiedere e degli organizzatori di prevedere orari di partenza che consentano la presenza in arena di almeno uno dei due.



Figura 3 – Nuove modalità di organizzazione per l'arena di gara

La partenza

Sono comprese in questa sezione le fasi che vanno dal momento in cui gli atleti lasciano l'arena di gara per dirigersi alla partenza fino al momento in cui iniziano la gara.

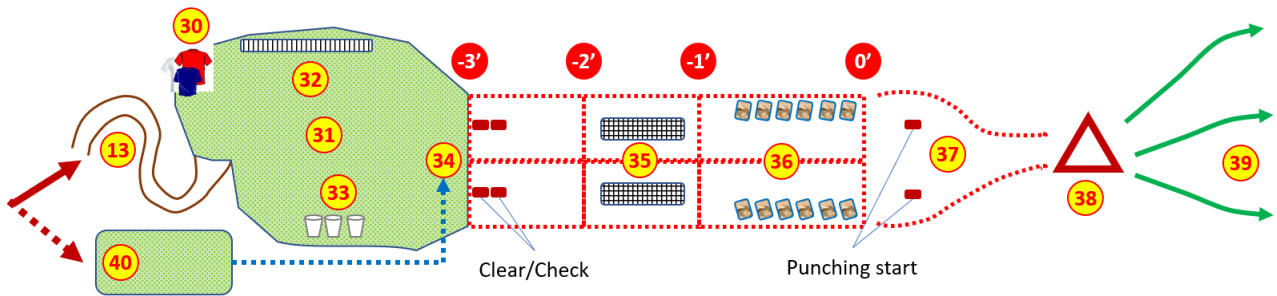


Figura 4 – La partenza normale

L'aspetto più critico della partenza è la possibile **vicinanza di atleti** in attesa di partire, sia nell'arena di gara che nel tragitto verso la pre-partenza che nei **box di partenza**. In questi ultimi non potrà essere ammesso che **un concorrente per box** e quindi, ipotizzando una partenza al minuto, il numero di atleti al via ogni minuto sarà pari al **numero di canali** di partenza predisposti (in condizioni normali, generalmente due).

Gli organizzatori potranno optare per una delle seguenti soluzioni:

- a) **Aumentare il numero di canali** qualora si disponga di un'area sufficientemente estesa per assicurare le distanze interpersonali.
- b) **Distribuire le partenze in un arco temporale più lungo** (con 2 canali, 120 concorrenti all'ora).
- c) **Partenza "punching start" con intervalli di 15-20" tra concorrenti** (= 3-4 concorrenti/minuto per canale)

E' in ogni caso fortemente raccomandato agli atleti di **evitare di accedere alla pre-partenza con eccessivo anticipo** allo scopo di evitare assembramenti.

Nel caso si opti per la soluzione **b)** è raccomandabile che gli organizzatori, pur nel rispetto dell'equità delle competizioni, prevedano di raggruppare per società le fasce orarie di partenza in modo da agevolare l'organizzazione dei viaggi e la ripartenza degli atleti al termine della gara. **Come indicato sopra, qualora gli spazi e/o l'organizzazione dell'arena non consentano di assicurare il rispetto delle norme sul distanziamento, le competizioni si dovranno svolgere secondo il principio di **come-run-home** (vieni alla gara, corri, ritorna a casa).**

N°	Fase	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
13	Tragitto dall'arena alla zona di partenza: strade, sentieri, percorsi segnalati nel bosco, ... secondo le situazioni locali e le scelte del tracciatore	Mantenere una distanza di sicurezza dalle altre persone adeguata all'andatura, tenendo conto che lo sforzo fisico aumenta la necessità di distanziamento	Obbligo ai concorrenti di indossare la mascherina FFP2 o chirurgica e di mantenere adeguate distanze interpersonali per tutto il tragitto.
30	Deposito vestiti, generalmente presente in caso di maltempo o temperature basse	Conservazione di materiale potenzialmente contaminato.	Nessun trasporto di indumenti dalla partenza all'arena di gara
31	Zona di riscaldamento: gli atleti in attesa di partire si scaldano o in ogni caso girano e sostano liberamente (v. anche n. 40)	Possibile vicinanza tra persone (sosta prolungata)	Zona di riscaldamento ampia. Obbligo ai concorrenti di mantenere adeguate distanze interpersonali.
32	Liste dei partenti: generalmente disposte su tavole o appese a corde ad altezza d'uomo.	Possibile vicinanza tra persone (sosta breve).	Liste (griglie) di partenza disponibili online (vedi punto 4). Qualora dovessero essere esposte, esse vanno distanziate adeguatamente per evitare assembramenti
33	Acqua: generalmente disponibile in caso di clima caldo	Possibile vicinanza tra persone (sosta breve)	Non presente. Comunicazione in avviso di gara in modo che i concorrenti possano dotarsi di <i>camelbak</i> o effettuare una pre-idratazione
34	Chiamata a -3' : i concorrenti sono ammessi quando mancano 3' al loro orario di partenza: 1-3 addetti controllano la griglia di partenza e la coincidenza del numero di pettorale (quando utilizzato) e della <i>SI card</i> : Nel box -3' generalmente sono presenti le stazioni CLEAR e CHECK; talora CLEAR precede	Possibile vicinanza tra persone (sosta breve).	Posizionamento di dispenser di gel igienizzante prima di entrare in partenza. Obbligo di utilizzo da parte dei concorrenti. Precedente disposizione su due o più file (in funzione degli iscritti) mantenendo la distanza interpersonale all'interno della fila. Verifica del pettorale (quando utilizzato). Lettura <i>SI card</i> non indispensabile (eventuali correzioni all'arrivo).

	l'ammissione a -3'		Ammesso nel box un solo concorrente per ogni linea di partenza.
35	Passaggio a -2' : nel box successivo generalmente sono presenti le descrizioni dei punti delle diverse categorie. Talora le descrizioni dei punti sono già presenti nella busta di Società	Possibile vicinanza tra persone (sosta breve)	Se già presenti nella busta di Società o rese disponibili via Web con il comunicato gara, ogni concorrente la potrà avere già con sé. Le descrizioni dei punti possono altresì essere stampate sulle carte di gara. Se gli organizzatori optano per la disponibilità delle descrizioni nei box di partenza, deve essere rigorosamente verificata l'igienizzazione delle mani (v. n. 34)
36	Passaggio a -1' : i concorrenti si posizionano presso la scatola contenente le carte della propria categoria.	Possibile vicinanza tra persone.	Una volta ritirata la mappa di gara, i concorrenti si avvicinano alla linea di partenza
37	Al minuto 0' i concorrenti prendono la cartina e partono		Al momento della partenza i concorrenti possono togliere la mascherina che va portata con sé
38	Può essere predisposta una partenza "differita" (o "svedese") nel qual caso i concorrenti devono percorrere un tratto obbligato e segnalato fino alla lanterna che segna la posizione del triangolo	Possibile vicinanza tra concorrenti.	L' area tra partenza e la "lanterna svedese" , se presente, deve essere sufficientemente larga in modo da evitare la vicinanza tra concorrenti dopo la partenza.
39	Ogni concorrente inizia la sua gara		Ritardatari ammessi a discrezione del giudice di partenza
40	Area di quarantena: per alcune gare (<i>Sprint</i>) e per alcune categorie (<i>élite</i>) può essere prevista un'area nella quale gli atleti sono confinati per il tempo necessario ad evitare interferenze con chi ha già corso.	Possibile assembramento	Preferibilmente evitare l'area di quarantena e confidare nel fair play. Se prevista, deve essere all'aperto. A discrezione del Direttore di Gara e del Delegato Tecnico, si può anticipare la partenza delle categorie <i>élite</i> . Qualora prevista, essa dovrà essere organizzata in modo da garantire il distanziamento interpersonale e prescrivendo l'uso della mascherina FFP2.

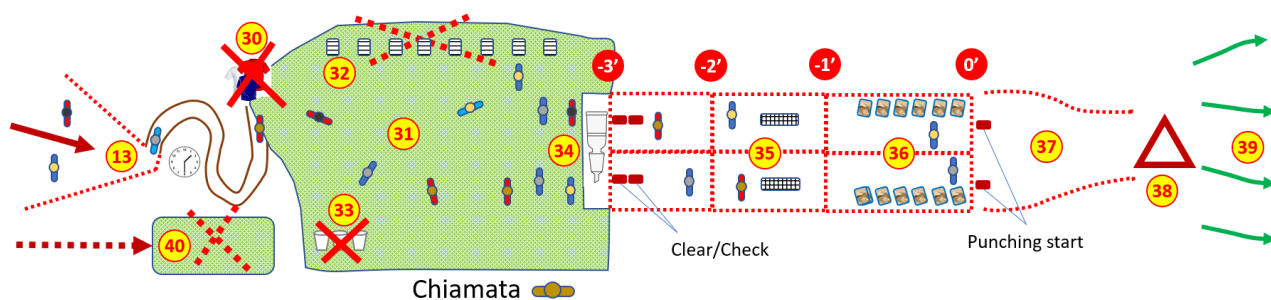


Figura 5 – Organizzazione della partenza secondo le nuove prescrizioni

Il percorso

Il percorso va dal triangolo al doppio cerchio.

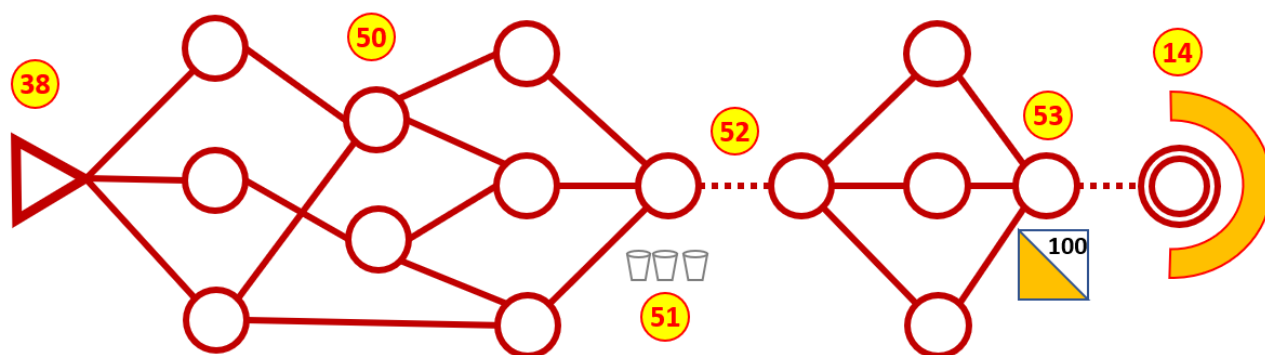


Figura 6 – Percorso di gara normale

N°	Fase	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
38	Può essere predisposta una partenza "differita" (o "svedese") nel qual caso i concorrenti devono percorrere un tratto obbligato e segnalato fino alla lanterna che segna la posizione del triangolo	Possibile vicinanza tra concorrenti.	L' area tra partenza e la "lanterna svedese" , se presente, deve essere sufficientemente larga in modo da evitare la vicinanza tra concorrenti dopo la partenza.
50	Percorsi di gara	Rischio basso di contatto tra atleti in gara, considerando la dispersione spaziale. Possibile contaminazione delle superfici delle stazioni di registrazione del passaggio, anche se il contatto è estremamente breve e limitato (SI-Card tradizionale) o addirittura evitato con le <i>SI card</i>	Per il tracciatore: evitare angoli acuti (entrata e uscita dal punto dal medesimo lato) e percorsi con direzione opposta ; prevedere una frequenza di passaggio per ogni posto di controllo non superiore a 2-4 persone al minuto (teorici, sulla base delle griglie di partenza) Per i concorrenti: dopo aver punzonato allontanarsi di almeno 5 m prima di pianificare il prossimo tratto in modo da consentire l'accesso al punto in sicurezza anche agli altri atleti. In caso di arrivo contemporaneo di più

		<i>contactless</i>	atleti allo stesso posto di controllo il concorrente meno veloce deve dare la precedenza
51	Posto/i di ristoro intermedio	Possibili contatti tra atleti; possibile contatto con materiali utilizzati da altri atleti	<p>Nessun ristoro per percorsi con tempo del vincitore inferiore a 35'.</p> <p>Per percorsi con durate superiori gli organizzatori possono predisporre ristori purché con modalità che evitino il contatto tra materiali utilizzati da concorrenti diversi.</p> <p>E' fortemente raccomandato, peraltro, di evitare l'uso di bottiglie di plastica monouso.</p> <p>Qualora gli organizzatori non possano assicurare il rispetto di tali indicazioni, vanno informati gli atleti nei comunicati di gara in modo che possano dotarsi di <i>camelbak</i></p>
52	Eventuale percorso segnalato. Utilizzato spesso per il pubblico con passaggio visibile dalla zona tende	Possibili assembramenti di pubblico	Abolire i punti spettacolo in prossimità dell'arena di gara
53	Ultimo punto ("lanterna 100")	Possibile vicinanza di concorrenti in arrivo	Posizionare più "lanterne 100" in funzione dei flussi di atleti alla partenza (opzioni a) o b) o c)
14	Finish: ultima segnatura della <i>SI card</i> con registrazione dell'ora d'arrivo.	Possibile vicinanza di concorrenti in arrivo	Più corsie di arrivo con canalizzazione in funzione dei flussi di atleti alla partenza (opzioni a) o b) o c)

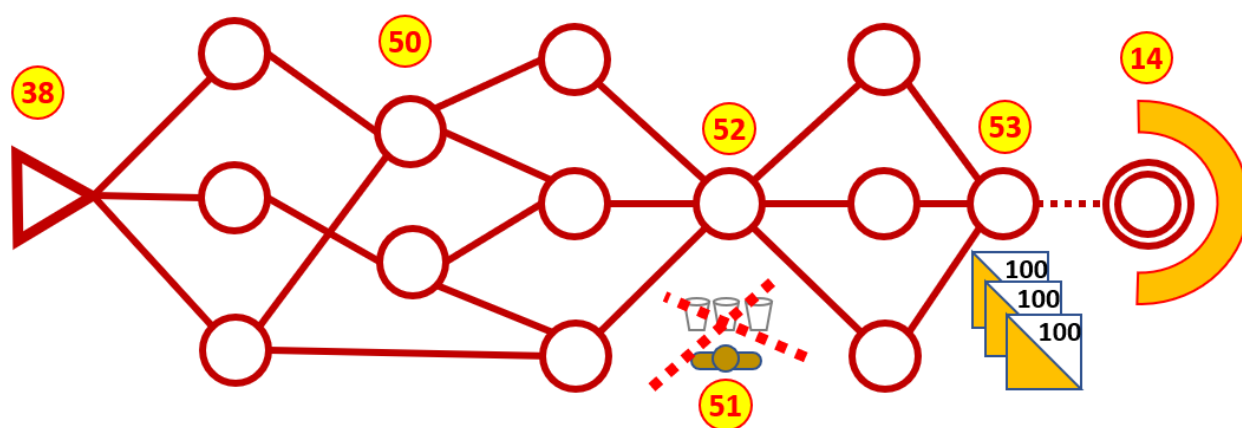


Figura 7 – Il percorso secondo le nuove prescrizioni

L'arrivo

La zona d'arrivo è generalmente collocata ai margini dell'arena o poco distante in modo da essere visibile dal pubblico

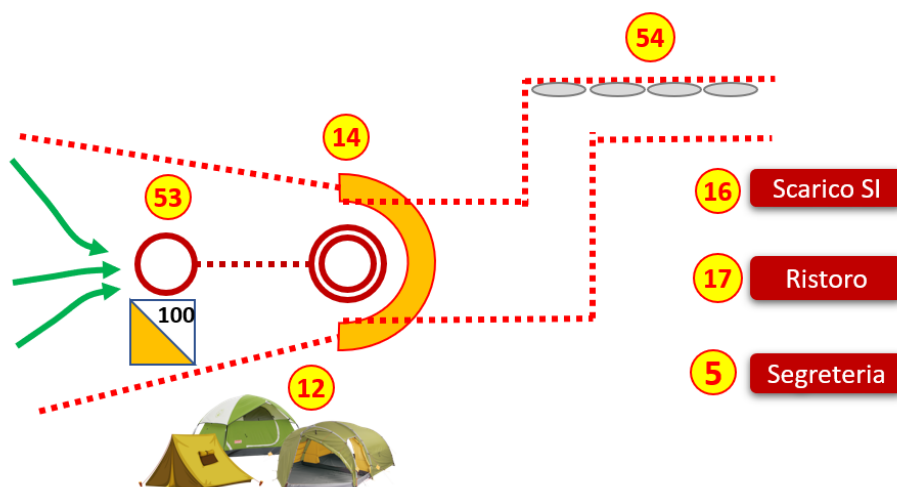


Figura 8 – L'arrivo normale

N°	Fase	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
53	Ultimo punto ("lanterna 100")	Possibile vicinanza di concorrenti in arrivo	Posizionare più "lanterne 100" in funzione dei flussi di atleti alla partenza
14	Finish: ultima segnatura della SI card con registrazione dell'ora d'arrivo.	Possibile vicinanza di concorrenti in arrivo	Gli atleti devono defluire rapidamente dalla zona di arrivo, indossare la mascherina FFP2 e procedere, nel rispetto delle distanze, verso lo scarico della SI card
54	Deposito carte di gara		Dispenser di gel igienizzante all'arrivo (dopo il Finish); obbligo d'uso da parte dei concorrenti per le mani e la SI Card. Di regola non si prevede il ritiro delle carte di gara. Si confida nel "fair play". Qualora gli organizzatori lo ritengano necessario va previsto un contenitore, chiaramente segnalato, nel quale ogni concorrente depositerà la propria carta (evitare di utilizzarlo come contenitore di rifiuti). In tal caso, al termine della gara, dovrà essere consegnata ad ogni Società una nuova carta con il percorso per ciascuno dei partecipanti.
12	Area tende di società e pubblico: generalmente collocata in prossimità dell'arrivo	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti	Divieto di posizionamento tende di società. Mantenimento delle distanze interpersonali. Possibile permanenza all'interno degli automezzi. Obbligo di mascherina FFP2 all'esterno degli automezzi.
16	Scarico SI card: lettura del μ -chip e consegna all'atleta della strisciata	Possibile coda (sosta breve)	Il personale addetto opera con idonei DPI . Prevedere un congruo numero di addetti per eventuali correzioni da

	con gli intertempi		effettuare. Mantenere distanze interpersonali in caso di coda.
	Postazione Speaker (se prevista), generalmente ubicata presso l'arrivo (14) o lo scarico della SI Card (16) o altra posizione idonea a discrezione degli organizzatori	Possibile vicinanza tra persone	Rispetto rigoroso della distanza interpersonale; poiché lo speaker potrebbe operare senza mascherina, la distanza da altre persone non deve essere inferiore a 2 m. E' opportuno che tale distanza sia evidenziata, ad es. delimitandola con nastro. Nel caso lo speaker effettui interviste di atleti all'arrivo, sia lo speaker che l'atleta dovranno indossare la mascherina FFP2. Possibilmente usare per l'intervistato un microfono diverso da quello dello speaker o montato su asta.
17	Ristoro: bevande e cibo per gli atleti arrivati	Possibile vicinanza tra persone. Possibili assembramenti senza uso di DPI (consumo di bevande e cibo).	Nessun ristoro: ogni concorrente si porta l'acqua necessaria da casa in bottiglie o borracce ad uso strettamente personale. L'informazione deve essere presente nei comunicati di gara.
5	Segreteria: ritiro SI card noleggiate	Possibili code (sosta breve)	Restituzione della SI card noleggiata con deposito in contenitore per successiva sanificazione
			Eventuali reclami vanno presentati al Direttore di Gara singolarmente rispettando le distanze interpersonali.
2, 3	Al termine delle operazioni di arrivo		Ritornare al punto (auto, pulmino, camper, area aperta) dove si possano cambiare gli indumenti ad opportuna distanza da altre persone e ripartire quando possibile.

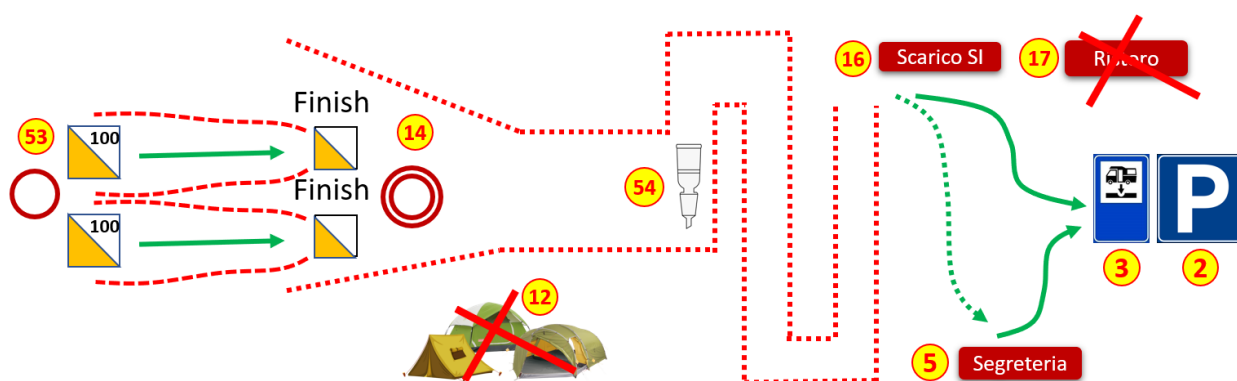


Figura 9 – L'arrivo modificato secondo le nuove prescrizioni

CO Sprint

Per le gare *sprint* è importante che la separazione tra partecipanti e pubblico generico sia assicurata attraverso un coordinamento tra gli organizzatori e le Autorità competenti in tema di gestione degli accessi ai luoghi pubblici (in generale i Sindaci dei Comuni interessati).

Affinché le competizioni *sprint* di *Orienteering* si possano svolgere, è necessario **concordare preventivamente in forma scritta tra organizzatori e Autorità competenti** un piano che espliciti le modalità organizzative adottate al fine di minimizzare i rischi di interferenza con le persone che non prendono parte alla manifestazione.

Gli organizzatori dovranno in particolare concordare con le Autorità competenti la fruibilità delle aree interessate alla competizione (ritrovo, transiti, punti controllo, ecc.). **Il piano dovrà essere sottoposto alla preventiva approvazione del Delegato tecnico, se designato.** I partecipanti devono esserne informati, ad esempio, attraverso i bollettini di gara pubblicati sul web.

Il Delegato tecnico o, in sua assenza, il Direttore di gara o il Presidente della Società organizzatrice, deve verificare la corretta attuazione del piano; qualora esso fosse disapplicato, il Delegato tecnico (o il Direttore di gara o il Presidente della Società) ha l'autorità per sospendere la manifestazione.

CO a staffetta (in bosco e in ambiente urbano⁴)

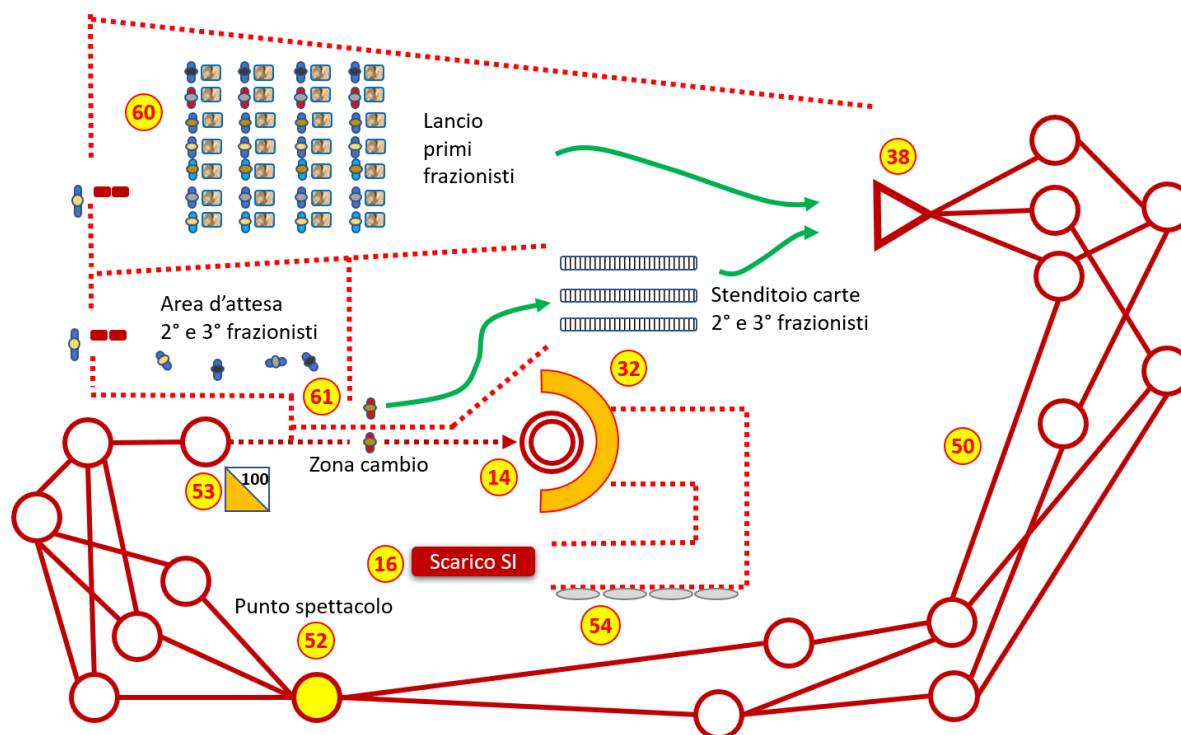


Figura 10– Staffetta: modalità attuali

N°	Fase specifica per le gare a staffetta	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
60	Lancio. Generalmente sono previsti due o tre lanci (partenza di massa) ogni 10 minuti. Ad ogni	Possibile vicinanza tra concorrenti.	Prevedere una zona di partenza molto ampia (larga) con possibilità di distanziare tra loro i partenti di almeno 2 m. Prevedere un numero superiore di

⁴ N.B. Tutte le competizioni sprint in ambiente urbano sono comunque soggette alla preventiva sottoscrizione di un accordo con le Autorità comunali che delimiti la zona di gara rispetto alle aree aperte al pubblico.

	<p>lancio partono contemporaneamente i primi frazionisti di diverse categorie, con percorsi diversi. Ogni concorrente dopo le operazioni preliminari, entra in uno spazio delimitato per la partenza. Generalmente la mappa è posata a terra, davanti al concorrente che al momento del via, la raccoglie ed inizia la propria gara.</p>		<p>lanci (4-5 o più) con conseguente diminuzione dei partenti di ogni singolo lancio che non deve, in ogni caso, superare i 50 concorrenti. La mappa sarà posata a terra nei minuti precedenti e raccolta al momento del via. Per le operazioni preliminari attenersi al punto 34 (Chiamata -3' in partenza).</p> <p>Per il tracciatore: è opportuno che il primo punto sia collocato ad una distanza tale rispetto alla partenza da consentire uno sgranamento dei concorrenti sulla base della velocità di corsa.</p>
50	<p>Percorsi di gara</p>	<p>Rischio basso di contatto tra atleti in gara, considerando la dispersione spaziale. Possibile contaminazione delle superfici delle stazioni di registrazione del passaggio, anche se il contatto è estremamente breve e limitato (SI-Card tradizionale) o addirittura evitato con le <i>SI card contactless</i></p>	<p>Per il tracciatore: se possibile, programmare le stazioni in modo da abilitare l'uso delle SI-Card <i>contactless</i> in modo da ridurre il tempo di passaggio dei concorrenti in prossimità dei punti</p> <p>Per i concorrenti: dopo aver punzonato allontanarsi di almeno 5 m prima di pianificare il prossimo tratto in modo da consentire l'accesso al punto in sicurezza anche agli altri atleti.</p> <p>In caso di arrivo contemporaneo di più atleti allo stesso posto di controllo il concorrente meno veloce deve dare la precedenza</p>
52	<p>Passaggio al punto spettacolo. Generalmente è previsto un punto di controllo per tutti i percorsi, posizionato nelle vicinanze dell'arena di gara, per favorire la visibilità dei concorrenti in transito e permettere ai compagni di squadra in attesa del cambio, di avvicinarsi alla zona di cambio.</p>	<p>Possibile vicinanza tra persone. Assembramenti</p>	<p>Prevedere un transito in arena di gara dove i concorrenti siano visibili per un buon tratto ed i compagni di squadra in attesa possano vederli senza doversi accalcare in un determinato punto. Evitare assembramenti ed eventualmente fornire un supporto vocale con lo <i>speaker</i>.</p>
61	<p>Cambio. Dopo aver visto transitare il compagno in gara, il concorrente che parte si avvicina alla zona cambio per le operazioni di CLEAR e CHECK ed entra nella zona predisposta per il cambio dove riceve il "tocco" del compagno in arrivo.</p>	<p>Possibile vicinanza tra persone. Assembramenti.</p>	<p>Modificare la zona cambio. Il concorrente in partenza si posizionerà nella zona di lancio (dopo le operazioni preliminari) portando con sé la mappa arrotolata che gli sarà consegnata all'ingresso dagli organizzatori. Qui sarà allineato con altri concorrenti in partenza nel rispetto delle distanze. Il concorrente in arrivo, una volta passata la linea di arrivo al termine del corridoio finale, non darà</p>

			<p>più il tocco.</p> <p>La regolarità del cambio viene verificata dal giudice di arrivo o suoi coadiutori. Se l'arrivo è parallelo e nella stessa direzione della partenza basta verificare che il concorrente in arrivo abbia superato il compagno di squadra in procinto di prendere il via.</p>
53	<p>Arrivo. Dopo l'ultimo punto il concorrente percorre un corridoio obbligato che lo porta a ridosso della zona cambio per dare "il tocco" al compagno partente e alla linea di arrivo.</p>	<p>Possibile vicinanza tra persone</p>	<p>Prevedere un corridoio di arrivo più largo che termina con la linea di arrivo. Qui il concorrente termina la corsa e si reca per lo scarico della SI card (vedere punto 16)</p>

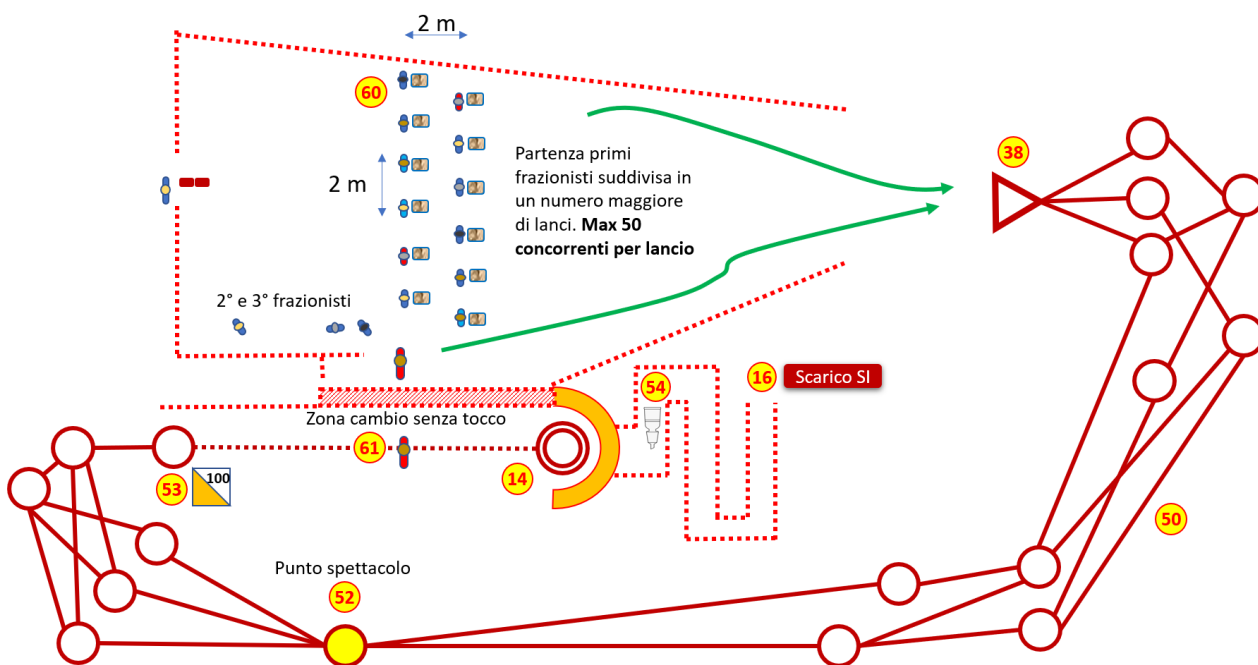


Figura 11 – Nuove prescrizioni per le staffette

Analisi dei fattori di rischio specifiche per le singole discipline

Mountain Bike Orienteering

Sono descritte solo le fasi significativamente differenti dalle modalità della CO. Per tutte le altre si applica quanto previsto per quest'ultima.

N°	Fase specifica per le gare di MTBO	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
	Lavaggio bici	Possibile vicinanza tra atleti (per sosta breve) e condivisione materiali	Operazione da effettuare a turno mantenendo le distanze interpersonali, con l'utilizzo di materiali personali che, se monouso, vanno smaltiti al proprio domicilio
	Griglia di partenza	Possibile vicinanza fra atleti	Partenze scaglionate di 1-3 minuti tra concorrenti
	Incontro atleti in gara nella stessa direzione	Possibile vicinanza fra atleti	Il concorrente meno veloce deve lasciare il passo all'atleta più veloce e mantenere una distanza minima di 20 m
	Sistema di punzonatura	Possibile vicinanza fra atleti	Obbligo sistema SIAC (= <i>SI Card contactless</i>)
	Zona riscaldamento / defaticamento	Possibile vicinanza fra atleti	Accesso consentito solo agli iscritti - obbligo distanze interpersonali

TrailO

Sono descritte solo le fasi significativamente differenti dalle modalità della CO. Per tutte le altre si applica quanto previsto per quest'ultima.

Relativamente alle operazioni di **partenza/arrivo**, le competizioni di Trail-O risultano **estremamente semplificate rispetto alla CO**, stante la presenza di due soli tracciati e l'ininfluenza, ai fini del risultato, del tempo impiegato dal concorrente a completare il tracciato (purché sia previsto un tempo massimo oltre cui si applicano delle penalità). Per giudici e concorrenti, dal momento che **questi ultimi si spostano camminando**, è da rispettare la **distanza interpersonale minima di 1 m e l'utilizzo della mascherina FFP2 anche durante la gara**. Al fine di una gestione che eviti le occasioni di contatto tra giudici e concorrenti e di utilizzo promiscuo di materiali da parte di più concorrenti, sono da tenere in considerazione tutti gli accorgimenti in merito all'uso di punzoni e testimoni, meccanici/cartacei o elettronici che siano.

N°	Fase specifica per le gare di TrailO	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
70	Punti a tempo	Possibili code (sosta breve)	Evidenziare a terra le linee di attesa per rispettare la distanza interpersonale di 1m. Garantire intervallo di partenza adeguato al fine di minimizzare la formazione di code, in particolare presso il primo punto a tempo. Garantire uno spazio adeguato dove predisporre la coda. Garantire coordinamento tra partenza e postazioni a tempo per

			sospendere/rallentare le partenze in caso di formazione di coda oltre la dimensione predisposta
71	Giudice dei punti a tempo	Interazione tra giudici e concorrenti (sosta breve)	Prevedere utilizzo di mascherine FFP2 , garantire la possibilità di comunicare/ascoltare le risposte ai quesiti rispettando la distanza di 1m e mantenendo la discrezione nei confronti degli altri concorrenti
72	Utilizzo delle mappe dei punti a tempo	Materiale manipolato da più concorrenti	Garantire sanificazione delle mappe plastificate tra un utilizzo e l'altro o utilizzo di gel disinfettante prima e dopo la manipolazione delle mappe.
73	Utilizzo del testimone cartaceo	Materiale manipolato da giudici e concorrenti	Favorire operazioni di consegna e riconsegna del testimone rispettando la distanza interpersonale e l'igiene delle mani.
74	Punti di osservazione (solo Pre-O)	Possibili code (sosta breve)	Evidenziare a terra le linee di attesa per rispettare la distanza interpersonale di 1m. Garantire intervallo di partenza adeguato al fine di minimizzare la formazione di code, in particolare presso i primi punti di osservazione. Garantire che vi sia uno spazio adeguato dove predisporre la coda. Rendere quanto più possibile l'identificazione corretta delle lanterne (alpha-bravo-etc.) anche a distanza di 1m o più dai punti di osservazione, per consentire contemporaneamente a più concorrenti di interpretare correttamente il quesito, pur mantenendo la distanza interpersonale minima. Garantire coordinamento tra partenza e personale dell'organizzazione collocato sul tracciato per sospendere/rallentare le partenze in caso di formazione di coda sopra oltre la dimensione predisposta
75	Punzonatura (solo Pre-O)	Materiale manipolato da più utenti	Favorire sistemi elettronici solo se permettono l'utilizzo non promiscuo di materiali da parte dei concorrenti . In alternativa è preferibile il testimone cartaceo ma da evitare in ogni caso l'uso di punzoni meccanici fissati al punto di osservazione. In caso di punzonatura meccanica, consentire l'uso di punzoni personali o eventualmente messi a disposizione dell'organizzazione, accuratamente sanificati prima e dopo l'utilizzo.
76	Accompagnatori e	Distanza	Garantire agli atleti paralimpici la

	assistenti per atleti paralimpici	interpersonale	condizione di percorribilità di strade/sentieri senza bisogno di accompagnatori personali o assistenti dell'organizzazione. E' consentita la presenza di un accompagnatore personale per le persone non completamente autosufficienti. Attenersi alle eventuali prescrizioni del CIP in merito agli accompagnatori.
--	-----------------------------------	----------------	--



Figura 12 – Layout e distanze nel TrailO: a sinistra “punti di precisione” (PreO) a destra “punti a tempo” (TempO) secondo le nuove prescrizioni

SciO

Sono descritte solo le fasi significativamente differenti dalle modalità della CO. Per tutte le altre si applica quanto previsto per quest'ultima.

N°	Fase specifica per le gare di Sci-O	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
80	Sciolinatura sci	Possibile vicinanza tra tecnici e atleti e condivisione materiali	Operazione da effettuare a turno o in ambienti fisicamente separati mantenendo le distanze interpersonali, con mascherina FFP2 e con l'utilizzo di materiali personali che, se monouso, vanno smaltiti al proprio domicilio. Se la sciolinatura è effettuata in locali chiusi è richiesto il Green pass "rafforzato" per chi vi accede e il numero massimo di persone ammesse contemporaneamente nei locali deve assicurare un distanziamento adeguato (non meno di 4 m ² per persona)
81	Griglia di partenza	Possibile vicinanza fra atleti	Partenze scaglionate di 1–3 minuti tra concorrenti
82	Incontro atleti in gara nella stessa direzione	Possibile vicinanza fra atleti	Il concorrente meno veloce deve lasciare il passo all'atleta più veloce e mantenere una distanza minima di 10 m

83	Sistema di punzonatura	Possibile vicinanza fra atleti	Obbligo sistema SIAC (= SI Card <i>contactless</i>)
84	Zona riscaldamento / defaticamento	Possibile vicinanza fra atleti	Accesso consentito solo agli iscritti - obbligo distanze interpersonali

Allegati

Allegato 1

Informazioni generali su SARS-CoV-2 e Covid-19 e misure di igiene personale.

Il COVID-19

Il nuovo virus SARS-CoV-2 è un virus della vasta famiglia dei Coronavirus che causano diverse malattie dal comune raffreddore a malattie più gravi di prevalenza polmonare. COVID-19 è una malattia descritta la prima volta fine dicembre 2019 a Wuhan/Cina causata da questo nuovo tipo di Coronavirus, precedentemente non descritto come patogeno umano.

I sintomi sono molto variabili. Secondo alcuni studi osservazionali si arriva fino ad un 60% di infetti asintomatici. L'80% delle persone con sintomi presentano sintomi lievi, tipo "influenza", con febbre, tosse, stanchezza, indolenzimento e dolore muscolare o osseo, mal di gola, diarrea, anosmia e ageusia (perdita del gusto). Circa il 5% delle persone infette sviluppa sintomi più severi richiedendo il ricovero ospedaliero fino a casi con necessità di cure in terapia intensiva per insufficienza respiratoria.

Generalmente i sintomi sono più gravi in pazienti con patologie importanti e negli anziani; comunque sono descritti anche casi di giovani adulti con decorso grave. Le donne sembrano essere meno colpite dai decorsi gravi, mentre i bambini generalmente presentano solo lievi sintomi.

Da dicembre 2021 si osserva una nuova variante denominata "Omicron". Si replica più velocemente e quindi il tempo di incubazione e di diffusione (*spreading*) è minore. Questo ha portato ad un aumento fino all'80% di prevalenza di Omicron tra le persone infette in Italia.

Il periodo di incubazione (cioè tra infezione e presentazione di sintomi) è molto variabile, generalmente tra 2 e 14 giorni, specialmente la variante Omicron si aggira sui 2-5 giorni. Comunque, sono descritti anche periodi di incubazione più lunghi.

Il Virus viene trasmesso in via primaria via goccioline (*droplet*), con le quali il Virus viene veicolato attraverso l'aria. I *droplet* vengono espulsi tossendo, starnutando, parlando e con la saliva. La infezione può avvenire via contatto diretto con i *droplet*, inalandoli, per via delle congiuntive o per contatto di mani contaminate toccandosi naso, bocca e occhi.

La trasmissione via superfici è possibile. La presenza di Virus in grado di infettare dipende dalla superficie stessa e fattori ambientali; non è però da considerare la via principale

La diagnosi viene fatta con il tampone rino-faringeo, nel quale viene rilevata la presenza del Virus.

Allo stato attuale il metodo più sicuro per prevenire decorsi gravi di malattia è il vaccino, inclusa la terza dose ("booster"). Mentre per la variante Alpha e Delta già due dosi di vaccino garantivano un'ottima prevenzione di malattia grave, sembra che per Omicron siano necessarie 3 dosi di vaccino. Con queste però si ottiene una massiva riduzione della necessità di ospedalizzazione e/o ricoveri in terapia intensiva.

Ci sono segni che il decorso di un'infezione con Omicron sia clinicamente meno grave. Visti parecchi *bias* possibili (precedenti infezioni, popolazione in parte vaccinata, più infezioni tra giovani ecc.) bisogna ancora eseguire valutazioni nel tempo per poter confermare questa osservazione.

Farmacologicamente si può intervenire nelle fasi più precoci in pazienti selezionati (cioè a rischio di uno sviluppo di malattia grave) con farmaci che interagiscono con il RNA del Virus. Altrimenti, sempre con indicazioni ristrette a pazienti in fase precoce e prima dello sviluppo di sintomi gravi, si possono usare Anticorpi monoclonali (detto banalmente: infusione di anticorpi contro SARS CoV 2 prodotti in laboratorio) e/o Anti-interleuchine (anticorpi contro recettori per interleuchine, sostanze importanti per la reazione infiammatoria).

La malattia normalmente è caratterizzata da una fase "influenzale" con miglioramento dopo 3-6 giorni e, in caso di sviluppo della tipica polmonite interstiziale, con un susseguente peggioramento clinico- respiratorio. Questa seconda fase di malattia è dovuta ad una reazione immunitaria eccessiva che causa danni al polmone. Per questo, la terapia in questa seconda fase di malattia è costituita da Cortisone per contrastare la reazione infiammatoria intrinseca. Per una osservata ipercoagulabilità con pericolo di trombosi/embolia si somministrano farmaci antitrombotici in alcuni casi. L'uso di antibiotici è indicato solo in casi di sospetta o confermata sovrinfezione batterica.

Comunque, il vaccino rimane la prima arma contro il SARS CoV 2.

Misure di igiene personale

Per contrastare la diffusione del Virus si consigliano le seguenti misure:

- Mantenere una distanza adeguata da ogni altra persona (escluso conviventi abituali): minimo 1 metro, meglio due; in caso di attività sportiva anche di più in base alla velocità e intensità dell'attività e delle condizioni di vento che possono ampliare la diffusione di *droplet*.
- Lavarsi frequentemente le mani con acqua e sapone o disinfettarli con gel o soluzioni alcooliche per almeno 20 secondi. Per gli organizzatori: disinfettare regolarmente le mani con appositi prodotti igienizzanti, soprattutto se in contatto con atleti, accompagnatori o altre persone presenti in zona gara.
- Usare **mascherine FFP2** in tutte le fasi che precedono e seguono la gara (ossia fino alla partenza e dall'arrivo in poi): uso costante per organizzatori e accompagnatori.

Come devo mettere e togliere la mascherina?

- Prima di indossare la mascherina, lavati le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica
 - Maneggia la mascherina utilizzando i lacci e comunque sempre avendo effettuato correttamente la procedura di igiene delle mani e/o con guanti puliti
 - Assicurati che il lato corretto della mascherina, solitamente bianco in quelle colorate, sia rivolto verso l'interno e che la parte rigida (stringinaso) sia nella parte superiore
 - Copri bocca e naso con la mascherina assicurandoti che aderisca bene al volto e che il bordo inferiore sia sotto il mento
 - Modella l'eventuale stringinaso per garantire la più completa aderenza al viso
 - Evita di toccare la mascherina mentre la indossi, se la tocchi, lavati le mani
 - Ogni 4 ore oppure quando diventa umida, sostituiscila con una nuova
 - Se vi è la indicazione monouso, non riutilizzarla
 - Togli la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina
 - Cambia regolarmente la mascherina quando risulta umida
 - Gettala immediatamente in un sacchetto o contenitore dedicato richiudibile
 - Dopo la rimozione della mascherina, o ogni volta che si tocca inavvertitamente una mascherina usata, lavare le mani usando un detergente a base di alcool o con acqua e sapone.
- Evitare l'uso promiscuo di bicchieri ecc.
 - Usare guanti usa e getta **se necessario**.

Come usare i guanti?

- Non dimenticare mai che i guanti non sostituiscono l'igiene delle mani, vale a dire un lavaggio accurato o una disinfezione con una soluzione alcolica.
- Usare i guanti con cura e **smaltirli** ogni volta che si toccano superfici sporche o potenzialmente infettate.
- Usare **un paio** di guanti solo **una volta**.
- Non toccare mai la bocca, il naso o gli occhi con i guanti.

- Quando si tolgono i guanti assicurarsi di far scivolare l'interno all'esterno senza toccare l'esterno a mani nude.
- Lavare o disinfettare accuratamente le mani dopo aver levato i guanti.
- Smaltire correttamente i guanti nei rifiuti domestici/rifiuti residui

Materiali e superfici

- Le superfici e gli oggetti che vengono in contatto con più persone vanno pulite e disinfettate regolarmente con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,1% di cloro attivo oppure con alcool 70%.
- Allo stesso modo vanno disinfettati regolarmente oggetti d'uso frequente (es. cellulari)
- Nel caso che un oggetto risultasse a contatto con una persona infetta si consiglia: disinfettare con soluzione con ipoclorito 0,5% o soluzione alcoolica 70%. Se questo non risulta possibile lasciare l'oggetto rinchiuso in una busta di plastica o simile per minimo 7 giorni. Nel caso di indumenti lavarli a 60°.

Allegato 2

Classificazione luoghi con presenza di operatori sportivi in relazione al rischio specifico⁵

CLASSE	NOME	DESCRIZIONE	ESEMPIO	Osservazioni
A	Transito	Si prevede che le persone transitino senza fermarsi	Corridoio, atrio, parcheggio	In determinate condizioni può passare in classe B, sosta breve
B	Sosta breve	Si prevede che le persone sostino brevemente, al massimo 15 minuti	Hall, servizi igienici	In caso di attesa del proprio turno può passare in classe D, assembramento
C	Sosta prolungata	Si prevede che le persone sostino a lungo, comunque oltre 15 minuti, anche molte ore	Area di pratica delle attività sportive	In caso di necessaria compresenza l'area può passare in classe D
D	Assembramento	Si prevede che le persone sostino in numero elevato in spazi delimitati, al chiuso o all'aperto	Può essere presente un "gate" di accesso (esempio bancone reception, porta di ingresso alla zona servizi igienici, cassa)	Reception, area timbratrice, self service, servizi ristoro, casse dei servizi ristoro. Possibile: servizi igienici affollati
E	Assembramento senza utilizzo dei dispositivi di protezione	Si prevede che le persone sostino senza mascherina per mangiare e bere	Servizi di ristoro, area pausa	

⁵ Tratto da da Marco BARLA, Ada FERRI, Roberto FINARDI, Laura GASTALDI, Enrico MACII, Marco MINETTO, Nunzio NICOSIA, Alessandro PEZZOLI, Alice RAVIZZA, Guido SARACCO. 2020. Lo Sport riparte in sicurezza (con la collaborazione dei servizi e degli uffici del CONI). Politecnico di Torino, CONI, CIP. Versione del 26 aprile 2020. 404 pp.

Allegato 3

Le fasi collaterali delle manifestazioni (Tracciamento percorsi, posa punti, allestimento arena, raccolta punti, disinstallazione arena)

La preparazione di una gara di *Orienteering* è una fase molto complessa ed articolata che ha inizio, in taluni casi, anche diversi mesi prima, ed è suddivisa come segue:

N°	Fase	Fattori di rischio	Nuove prescrizioni
A	Approntamento dei percorsi	Nessuno in quanto viene effettuato a tavolino generalmente da una sola persona	
B	Preparazione dei materiali.	Scarsi in quanto saranno stati disinfettati dopo l'utilizzo precedente e comunque generalmente c'è sufficiente intervallo tra le manifestazioni.	Nel caso di manifestazioni ravvicinate provvedere alla sanificazione prima di iniziare a maneggiarli. Se si utilizzano materiali provenienti da organizzazioni esterne sanificarli in ogni caso.
C	Verifica dei punti sul terreno, fettuccciamento e controllo.	Quasi inesistenti: operazioni effettuate dai tecnici in maniera autonoma e non contemporanea.	Mantenimento della distanza interpersonale di 1 m
D	Segreteria: preparazione buste e documentazione varia, elaborazione dei files gara.	Nulli per le operazioni fatte individualmente, contatto tra più persone in locali chiusi per le altre eventuali.	Minimizzazione del lavoro della Segreteria come dettagliato successivamente. Mantenimento della distanza interpersonale e utilizzo degli strumenti di protezione individuale nei casi di lavoro non individuale. Evitare lo scambio di dispositivi elettronici (tablet, cellulari, ...) tra addetti.
E	Allestimento arena e altre aree tecniche.	Possibilità di contatto tra più persone. Possibilità interazione con personale esterno.	Utilizzo della mascherina FFP2 , sanificare le mani con frequenza.
F	Posa punti il giorno della gara o quello precedente.	Quasi inesistenti: operazioni effettuate dai tecnici in maniera autonoma e non contemporanea. Materiali già disinfettati.	Igienizzazione preventiva delle mani. Mantenimento della distanza interpersonale di 1 m.
G	Ritiro punti post gara.	Limitato in quanto i	Lavare accuratamente le mani o

		concorrenti non dovrebbero aver avuto contatti diretti con i materiali, se non accidentalmente.	usare prodotti igienizzanti a base alcolica al termine delle operazioni.
H	Controllo materiali tecnici e immagazzinamento. Utilizzo di taluni da parte del tecnico IT.	Limitato per i motivi di cui sopra.	Sanificazione prima dell'immagazzinamento e della consegna al tecnico IT. Operazione necessaria anche in vista dell'utilizzo successivo se previsto entro le 48 ore successive.
I	Segreteria: disallestimento.	Medio per eventuale sopravvenuta contaminazione.	Utilizzo della mascherina FFP2 . Sanificazione dei materiali.
J	Disallestimento aree tecniche.	Medio per eventuale sopravvenuta contaminazione. Eventuale interazione con personale esterno.	Utilizzo della mascherina FFP2 . Sanificazione dei materiali. Mantenimento delle distanze interpersonali degli operatori.

Allegato 4

Norme igienico-sanitarie e buone prassi (infografiche)

1.



**INDOSSA
LA MASCHERINA**

2.



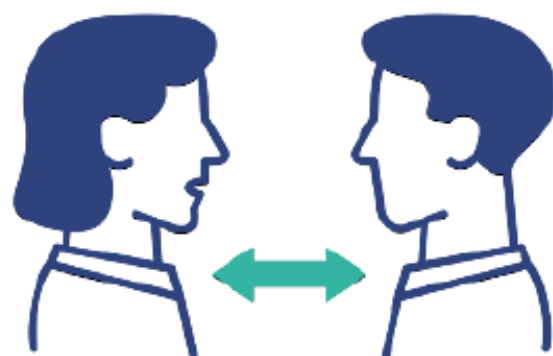
**SANIFICA
LE TUE MANI**

3.



**PORTA CON TE
IL GREEN PASS**

4.



**MANTIENI
LA DISTANZA**



Come **frizionare** le mani con la soluzione alcolica?

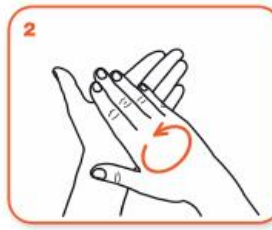
**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**



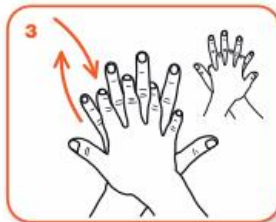
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



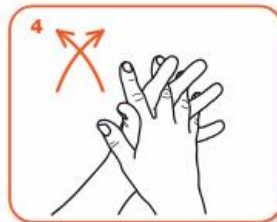
1a
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



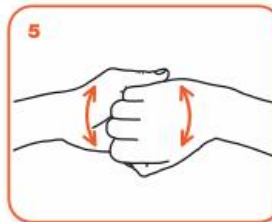
2
frizionare le mani palmo contro palmo



3
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



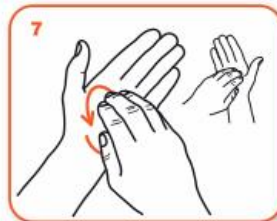
4
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



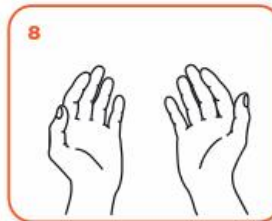
5
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



6
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



7
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



8
...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.



WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.
October 2006, version 1.



All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Foto: mark4photo.com



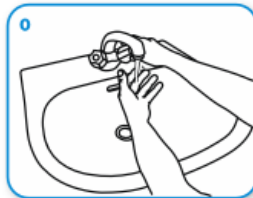
Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



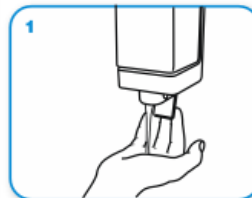
LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!



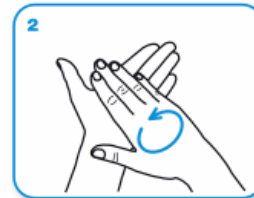
Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



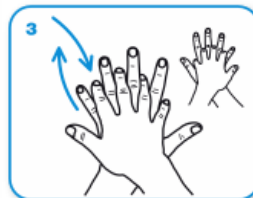
Bagna le mani con l'acqua



applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



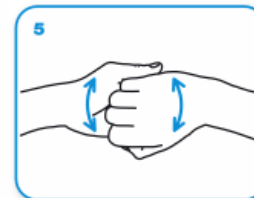
friziona le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



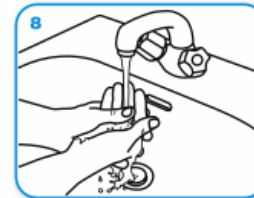
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



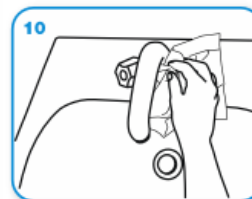
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE
100 PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.

October 2006, version 1.



All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Design: andrea.agg. @ comen.it



Come indossare, utilizzare, togliere e smaltire le mascherine nell'uso quotidiano

Attenzione:

Utilizzare le mascherine in modo improprio può rendere il loro uso inutile o addirittura pericoloso. Se decidi di utilizzare una mascherina, segui attentamente le indicazioni sottostanti



A cura del Gruppo IS "Comunicazione Nuova Comunicazione" Pagina 2/3

Adattato da:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>