



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

Comitato Regionale Lombardo

20137 Milano – Via Piranesi 46 – Tel. 02/7577571 – Fax 02/70127900

www.finlombardia.org e-mail: cr_lombardia@federnuoto.it pec: bm_bardia@pec.federnuoto.it



PROGRAMMA

CAMPIONATO REGIONALE LOMBARDO ASSOLUTE/JUNIORES

**Programma Libero – Solo e Duo
Programma Tecnico - Squadra**

07/03/2021

Piscine Seregno La Porada - Seregno

Domenica 07 Marzo 2021 – Piscine Seregno La Porada

**N.B. OGNI SOCIETA' E' TENUTA A RISPETTARE SCRUPolosAMENTE GLI ORARI E GLI SPAZI ASSEGNATI IN TRIBUNA;
NON SARA' POSSIBILE UTILIZZARE GLI SPOGLIATOI;
TERMINATA LA SESSIONE DI GARA OGNI DELEGAZIONE DOVRA' LASCIARE L'IMPIANTO;
NON CI SARANNO PREMIAZIONI, LE MEDAGLIE VERRANNO CONSEGNATE ALLE ALLENATRICI ALLA SUCCESSIVA MANIFESTAZIONE.**

SOLO E DUO

INGRESSO IMPIANTO ORE 08:15
RISCALDAMENTO ORE 08:30 – 09:30
INIZIO GARA SOLO E DUO ORE 09:45

SQUADRA

INGRESSO IMPIANTO ORE 11:00
RISCALDAMENTO ORE 11:15 – 11:45
INIZIO GARA SQUADRE ORE 12:00

TRIBUNA 1	TRIBUNA 2	TRIBUNA 3	TRIBUNA 4
RN LEGNANO NP VAREDO	SINCRO SEREGNO ASD	RUSSIAN SYNCHRO	GIS MILANO



ORDINE DI PARTENZA SOLO

Società	Atleta	O.P.
RARI NANTES LEGNANO	Sette Irene	1
GIS MILANO SSD SRL	Aiardi Sara	2
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Maggio Francesca	3
SINCRO SEREGNO ASD	Pontiggia Noemi	4
GIS MILANO SSD SRL	Formisani Aurora	5
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Salodini Monica	6
RARI NANTES LEGNANO	Ghezzi Erica	7
RARI NANTES LEGNANO	Calosso Giorgia Francesca	8
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Zampedri Nicole	9
GIS MILANO SSD SRL	Piancatelli Carolina	10
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Mattia Sofia	11
SINCRO SEREGNO ASD	Cisternino Irene	12
NP VAREDO SSD	Ballabio Emma	13
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Bollani Chiara	14
SINCRO SEREGNO ASD	Trantino Lisa	15

ORDINE DI PARTENZA DUO

Società	Atleta	Atleta	Riserva	O.P.
GIS MILANO SSD SRL	Formisani Aurora	Aiardi Sara		1
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Maggio Francesca	Mattia Sofia		2
SINCRO SEREGNO ASD	Cisternino Irene	Trantino Lisa		3
RARI NANTES LEGNANO	Pavan Giulia	Sette Irene	Ghezzi Erica	4
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Salodini Monica	Bollani Chiara		5
SINCRO SEREGNO ASD	Sottocorno Giorgia	Iuliani Costanza		6
SINCRO SEREGNO ASD	Garraffo Chiara	Aldarese Francesca	Mazzocchi Iris	7
RARI NANTES LEGNANO	Colombo Vittoria	Calosso Giorgia Francesca		8
SINCRO SEREGNO ASD	Cucco Caterina	Pollini Lara		9
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Zampedri Nicole	Carera Federica		10
SINCRO SEREGNO ASD	Pontiggia Noemi	Forni Emma		11

ORDINE DI PARTENZA SQUADRE

Società	Atleta	Atleta	Atleta	Atleta	Atleta	Atleta	Atleta	Atleta	Riserva	Riserva	O.P.
SINCRO SEREGNO ASD	Aldarese Francesca	Palma Chiara	Cucco Caterina	Cisternino Irene	Pollini Lara	Iuliani Costanza	Trantino Lisa	Garraffo Chiara	Pontiggia Noemi	Mazzocchi Iris	1
RUSSIAN SYNCHRO BRESCIA	Salodini Monica	Maggio Francesca	Bollani Chiara	Plebani Sara	Vianelli Marina	Zampedri Nicole	Carera Federica		Natale Francesca		2

EMERGENZA COVID-19 MISURE DI SICUREZZA DA ADOTTARE - COMPETIZIONI SPORTIVE FEDERALI

Come da quanto disposto nell'art.1) comma 9) lett.e del DPCM 3 novembre 2020 *“sono consentiti soltanto gli eventi e le competizioni – di livello agonistico e riconosciuti di preminente interesse nazionale con provvedimento del Comitato olimpico nazionale italiano (CONI) e del Comitato italiano paralimpico (CIP) – riguardanti gli sport individuali e di squadra organizzati dalle rispettive federazioni sportive nazionali, discipline sportive associate, enti di promozione sportiva ovvero da organismi sportivi internazionali, all'interno di impianti sportivi utilizzati a porte chiuse ovvero all'aperto senza la presenza di pubblico”*

La Federazione Italiana Nuoto non può assumersi alcuna responsabilità per eventuali infezioni da SARS-CoV-2 che possono essere state contratte durante le attività di allenamento e di competizione svolte dalle società nelle varie discipline e confida nel senso di responsabilità di tutti i dirigenti, tecnici e atleti al rispetto delle indicazioni delle autorità competenti, riassunte in parte nel presente documento, per la riduzione del rischio di contagio. In particolare, con senso di responsabilità e solidarietà, si raccomanda di evitare di partecipare alle attività sportive in condizioni di alterazione, anche molto modesta, del proprio stato di salute consultando immediatamente il proprio medico o il medico sociale..

ACCESSO ALL'IMPIANTO:

E' prevista la **misurazione della temperatura corporea** all'entrata dell'impianto da parte di personale addetto. Alle persone con temperatura superiore a 37,5°C l'accesso non verrà consentito.

Qualora all'ingresso dovessero incrociarsi diversi gruppi di atleti è vivamente richiesto il rispetto delle indicazioni ministeriali relative alla distanza di sicurezza.

In ogni caso, le società sportive interessate, a mezzo del proprio personale medico, sono tenute a effettuare i controlli idonei a contenere il rischio di diffusione di virus tra gli atleti ed i tecnici che partecipano agli allenamenti.

L'accesso agli impianti è consentito solo ed esclusivamente ad atleti, allenatori, dirigenti e giudici che dovranno rilasciare ad ogni accesso per turno l'apposita **autocertificazione** (di seguito allegata) dichiarando di non essere stati affetti da malattia COVID-19 e l'assenza di esposizione personale a casi accertati, probabili o sospetti di COVID-19 negli ultimi 14 giorni. Le autodichiarazioni dei minorenni dovranno essere firmate dai genitori.

E' vietato l'accesso del pubblico alle tribune, le manifestazioni si svolgeranno quindi a **PORTE CHIUSE**.

DISTANZIAMENTO SOCIALE:

Dovrà essere osservata la distanza interpersonale di almeno 1 metro tra gli operatori sportivi, e per gli atleti, quando non direttamente impegnati in competizione, preferibilmente di 2 metri tra di loro e dagli operatori sportivi.

Sarà sempre indicato indossare la mascherina, eccetto ovviamente per gli atleti durante l'attività sportiva. Tutti dovranno indossare la mascherina nelle situazioni nelle quali è difficile garantire la distanza interpersonale di sicurezza.

Il piano vasca dovrà essere sempre libero da atleti e operatori sportivi, fatta eccezione per i giudici di gara ed eventuale personale dell'organizzazione espressamente autorizzato, oltre naturalmente a chi deve gareggiare.

Gli atleti dovranno sostare, rispettando le opportune distanze di sicurezza, negli spazi loro assegnati sino al momento della loro chiamata. Tutti gli operatori sportivi sono tenuti a restare negli spazi previsti.

NORME IGIENICO-SANITARIE:

1. E' fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali **utilizzare protezioni delle vie respiratorie** (mascherina) come misura aggiuntiva alle altre misure di prevenzione individuale igienico-sanitarie.
2. Gli utenti dovranno tenere la mascherina sino all'accesso in vasca, riporla in sacchetti monouso subito prima dell'attività in acqua e indossarla nuovamente al termine.
3. Mantenere, nei contatti sociali, una **distanza interpersonale** di almeno un metro;
4. **Evitare** abbracci e strette di mano;
5. Non scambiare con altri oggetti di uso personale (asciugamani, accappatoi, ecc.).
6. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
7. Riporre **oggetti e indumenti personali** nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o nelle aree comuni.