

REKOMEDACJE POLSKIEGO ZWIĄZKU PODNOSZENIA CIĘŻARÓW DOTYCZĄCE ZASAD BEZPIECZEŃSTWA PODCZAS ROZGRYWANIA ZAWODÓW W OKRESIE WZMOŻONEJ TRANSMISJI KORONAWIRUSA W POLSCE

Celem zapewnienia bezpieczeństwa uczestnikom oraz kibicom, organizator zawodów jest zobowiązany bezwarunkowo stosować się do obostrzeń wynikających z powszechnie obowiązujących przepisów prawa oraz wprowadzonych przez władze sanitarne.

W związku z tym prosimy o bieżące i dokładne monitorowanie sytuacji prawnej obowiązującej w regionie, w którym są przeprowadzane zawody, w tym także dotyczącej zasad przebywania oraz zajmowania miejsc przez publiczność na terenie obiektów sportowych.

Poniżej, dodatkowo zwracamy uwagę na zasady dotyczące organizacji zawodów podnoszenia ciężarów, które powinny zostać uwzględnione przez organizatora w celu zapewnienia odpowiedniego bezpieczeństwa uczestnikom oraz kibicom zawodów.

1. Postanowienia ogólne

- 1.1. rekomendacje zostają wprowadzone celem zapewnienia bezpieczeństwa uczestnikom zawodów, poprzez ustalenie zasad higieniczno-sanitarnych obowiązujących na terenie zawodów;
- 1.2. organizator jest zobowiązany zapoznać każdego uczestnika z treścią rekomendacji oraz na bieżąco, w dostępny i możliwie najszerszy sposób, informować uczestników o zasadach higieniczno-sanitarnych obowiązujących na terenie zawodów oraz egzekwować ich ścisłe przestrzeganie;
- 1.3. z uwagi na istniejące ryzyko zakażenia wirusem COVID-19 (nawet pomimo wdrożenia procedur zabezpieczających) uczestnicy biorą udział w zawodach dobrowolnie i na własną odpowiedzialność;

2. Hala sportowa oraz pozostałe pomieszczenia:

- 2.1. przy każdym wejściu do hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni, na trybuny oraz do innych pomieszczeń i stref udostępnionych do korzystania podczas zawodów powinny być udostępnione w widocznym miejscu, odpowiednio oznaczone i łatwe do zastosowania dozowniki z płynem do dezynfekcji rąk;
- 2.2. każda osoba wchodząca do hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni, na trybuny oraz do innych pomieszczeń i stref udostępnionych do korzystania podczas zawodów jest zobowiązana każdorazowo do dezynfekcji rąk;
- 2.3. hala sportowa, sala rozgrzewkowa, szatnie oraz pozostałe pomieszczenia udostępnione do korzystania podczas zawodów powinny być systematycznie wietrzone, zaleca się rezygnację z używania klimatyzacji;
- 2.4. w hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni, pozostałych pomieszczeniach udostępnionych do korzystania podczas zawodów oraz w poszczególnych strefach mogą przebywać wyłącznie uprawnione do tego osoby; w miarę możliwości należy tak zorganizować program zawodów, aby liczba osób przebywających w poszczególnych pomieszczeniach i strefach była każdorazowo jak najmniejsza;
- 2.5. w hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni oraz pozostałych pomieszczeniach i strefach udostępnionych do korzystania podczas zawodów przestrzeń powinna być zorganizowana w sposób zapewniający możliwość zachowania odpowiedniego dystansu pomiędzy poszczególnymi osobami poprzez np.: odpowiednie rozmieszczenie krzeseł, ławek itp.; zaleca się rezygnację z pomieszczeń wspólnych dla sędziów;

- 2.6. komunikacja oraz poruszanie się w hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni oraz pozostałych pomieszczeniach i strefach udostępnionych do korzystania podczas zawodów powinny być zorganizowane w sposób zapewniający możliwość zachowania odpowiedniego dystansu pomiędzy poszczególnymi osobami ;
 - 2.7. organizator jest zobowiązany w sposób czytelny informować uczestników o maksymalnej liczbie osób mogących przebywać w danym pomieszczeniu lub strefie;
 - 2.8. w miarę możliwości krzesła, stoliki sędziowskie oraz inny sprzęt powinny być dezynfekowane;
 - 2.9. szatnie mogą być udostępnione zawodnikom tylko w przypadku możliwości zapewnienia odpowiedniego dystansu pomiędzy poszczególnymi osobami; w przypadku udostępnienia szatni, kluczyk/bransoletka i szafki w szatni powinny być dezynfekowane po każdym użytkowniku;
 - 2.10. powierzchnie wspólne i często dotykane powinny być regularnie dezynfekowane, w zależności od częstotliwości korzystania ;
 - 2.11. zaleca się wyznaczenie oddzielnej trybuny lub jej wyraźnie oznaczonej części dla zawodników i trenerów oczekujących na kolejne starty, bez dostępu dla kibiców oraz zachowaniem niezbędnego dystansu;
 - 2.12. organizator powinien zapewnić przynajmniej jeden wyraźnie oznakowany pojemnik do usuwania zużytych maseczek i rękawiczek, które powinny być opróżniane regularnie;
 - 2.13. organizator powinien zabezpieczyć odrębne pomieszczenie z przeznaczeniem na izolatkę;
3. Organizacja zawodów:
- 3.1. wszystkie osoby uczestniczące w zawodach (obsługa zawodów, sędziowie, zawodnicy, trenerzy, itp.) są zobowiązane do wypełnienia i pozostawienia u Sędziego Głównego ankiety – załącznik nr 1; brak ankiety powinien skutkować niedopuszczeniem do uczestnictwa w zawodach;
 - 3.2. wszystkie osoby uczestniczące w zawodach powinny być identyfikowalne; organizator jest zobowiązany prowadzić i zarchiwizować listę osób uczestniczących w zawodach z uwagi na ewentualną konieczność odtworzenia listy kontaktów osoby zarażonej COVID – 19; lista oraz zgromadzone dane osobowe nie mogą być wykorzystywane do innych celów;
 - 3.3. wszystkim osobom wchodzącym na halę sportową powinna być mierzona temperatura; uczestnicy, którzy mają wyższą temperaturę ciała (powyżej 37,5° C) nie mają prawa wejść na halę sportową, w której organizowane są zawody;
 - 3.4. liczba osób obsługujących zawody powinna być ograniczona do niezbędnego minimum;
 - 3.5. osobami upoważnionymi do wejścia na halę sportową są uczestnicy zawodów, szkoleniowcy, obsługa sędziowska i obsługa zawodów;
 - 3.6. wszyscy uczestnicy muszą mieć własną butelkę z napojami, wyłącznie do własnego użytku; organizator może zapewnić napoje wyłącznie butelkowane;
 - 3.7. wszystkie osoby przebywające na hali sportowej, sali rozgrzewkowej, szatni oraz pozostałych pomieszczeniach i strefach udostępnionych do korzystania podczas zawodów muszą mieć zakryte usta oraz nos (maseczka lub przyłbica ochronna), za wyjątkiem zawodników (patrz niżej);

- 3.8. przez cały czas trwania zawodów należy dbać o zachowanie bezpiecznej odległości między osobami obsługującymi zawody oraz jego uczestnikami;
- 3.9. ceremonia otwarcia zawodów powinna zostać ograniczona do komunikatu spikera zawodów oraz podania niezbędnych informacji;
- 3.10. ceremonia wręczenia medali i rozdania nagród, powinna się odbyć przy maksymalnym ograniczeniu liczby uczestniczących osób oraz z zachowaniem co najmniej poniższych zasad:
 - a) medale, puchary, nagrody rzeczowe itp. powinny być zdezynfekowane przed wręczeniem;
 - b) zaleca się aby wszyscy uczestnicy ceremonii mieli zakryte usta oraz nos (maseczka lub przyłbica ochronna) oraz powinny zachować odpowiedni dystans;
4. Zawodnicy oraz sztab szkoleniowy:
 - 4.1. zawodnicy muszą mieć zakryte usta oraz nos (maseczka lub przyłbica ochronna) z wyłączeniem rozgrzewki oraz przebywania na pomoście startowym;
 - 4.2. zawodnicy w trakcie startu powinni ograniczyć kontakt pomiędzy sobą oraz sędzią do niezbędnego minimum; zakazuje się podawania dłoni przed i po zakończonej rywalizacji oraz w formie gratulacji;
 - 4.3. zalecane jest ograniczenie do niezbędnego minimum ilości rzeczy osobistych wnoszonych na halę sportową;
 - 4.4. trenerzy muszą mieć zakryte usta oraz nos (maseczka lub przyłbica ochronna) z wyłączeniem czasu wykonywania obowiązków trenerskich podczas zawodów;
 - 4.5. jeśli uczestnik zawodów zaobserwuje u siebie takie objawy jak: gorączka oraz jeden z objawów: kaszel, duszność, nadmierna potliwość, ból mięśni, zmęczenie, powinien niezwłocznie:
 - a) powiadomić o tym fakcie organizatora;
 - b) organizator jest zobowiązany niezwłocznie skontaktować się z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną, właściwą dla miejsca organizacji zawodów lub całodobową infolinią NFZ 800-190-590;
 - c) zastosować się do zaleceń Inspekcji Sanitarnej.
5. Sędziowie:
 - 5.1. zaleca się ograniczenie do minimum liczbę sędziów obsługujących zawody;
 - 5.2. w trakcie dłuższej przerwy od sędziowania zaleca się, aby sędziowie opuścili halę sportową;
 - 5.3. sędziowie muszą mieć zakryte usta oraz nos (maseczka lub przyłbica ochronna), z wyłączeniem czasu sędziowania zawodów; zaleca się, aby w trakcie zawodów sędziowie mieli jednorazowe rękawiczki;
6. Kibice:
 - 6.1. wpuszczenie kibiców jest możliwe wyłącznie w specjalnie wyznaczonych sektorach, z zachowaniem obostrzeń wynikających z powszechnie obowiązujących przepisów prawa oraz wprowadzonych przez władze sanitarne;
 - 6.2. zawodnicy, trenerzy oraz sędziowie powinni mieć ograniczoną możliwość kontaktu z kibicami;

- 6.3. zaleca się zbieranie danych kontaktowych od kibiców (imię, nazwisko, numer telefonu, adres e-mail) z uwagi na ewentualną konieczność odtworzenia listy kontaktów osoby zarażonej COVID - 19; lista oraz zgromadzone dane osobowe nie mogą być wykorzystywana do innych celów.