

**ORDIN Nr. 583/842/2020 din 19 mai 2020**

**pentru aprobarea Regulamentului privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor sportive în cantonamente, precum și a Regulamentului privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor în cazul sporturilor individuale care se practică în aer liber**

EMITENT: MINISTERUL TINERETULUI ȘI SPORTULUI - Nr. 583  
MINISTERUL SĂNĂTĂȚII - Nr. 842  
PUBLICAT ÎN: MONITORUL OFICIAL NR. 420 din 20 mai 2020

Văzând Referatul de aprobare nr. 1.360 din 18.05.2020 al Direcției generale politici, strategii și programe în domeniul sportului din cadrul Ministerului Tineretului și Sportului,

luând în considerare art. 43 alin. (1) și art. 71 din Legea nr. 55/2020 privind unele măsuri pentru prevenirea și combaterea efectelor pandemiei de COVID-19, precum și art. 10 din Legea nr. 95/2006 privind reforma în domeniul sănătății, republicată, cu modificările și completările ulterioare,

în temeiul art. 30 lit. h) din Hotărârea Guvernului nr. 857/2011 privind stabilirea și sancționarea contravențiilor la normele din domeniul sănătății publice, cu modificările și completările ulterioare, al art. 8 alin. (4) din Hotărârea Guvernului nr. 11/2013 privind organizarea și funcționarea Ministerului Tineretului și Sportului, cu modificările și completările ulterioare, și al art. 7 alin. (4) din Hotărârea Guvernului nr. 144/2010 privind organizarea și funcționarea Ministerului Sănătății, cu modificările și completările ulterioare,

**ministrul tineretului și sportului și ministrul sănătății** emit următorul ordin:

**ART. 1**

Se aprobă Regulamentul privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor sportive în cantonamente, prevăzut în anexa nr. 1.

**ART. 2**

Se aprobă Regulamentul privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor în cazul sporturilor individuale care se practică în aer liber, prevăzut în anexa nr. 2.

**ART. 3**

Anexele nr. 1 și 2 fac parte integrantă din prezentul ordin.

**ART. 4**

La data intrării în vigoare a prezentului ordin se abrogă Ordinul ministrului tineretului și sportului și al ministrului sănătății nr. 565/806/2020 privind aprobarea Regulamentului privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor sportive în cantonamente, precum și a Regulamentului privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor în cazul sporturilor individuale care se practică în aer liber, publicat în Monitorul Oficial al României, Partea I, nr. 405 din 16 mai 2020.

**ART. 5**

Nerespectarea prevederilor prezentului ordin se constată și se sancționează în conformitate cu prevederile art. 65, 66 și 67 din Legea nr. 55/2020 privind unele măsuri pentru prevenirea și combaterea efectelor pandemiei de COVID-19, precum și ale art. 30 lit. h) din Hotărârea Guvernului nr. 857/2011 privind stabilirea și sancționarea contravențiilor la normele din domeniul sănătății publice, cu modificările și completările ulterioare.

**ART. 6**

Prezentul ordin se publică în Monitorul Oficial al României, Partea I.

Ministrul tineretului și sportului,  
**Marian Ionuț Stroe**

Ministrul sănătății,  
**Nelu Tătaru**

## REGULAMENT

### privind condițiile necesar a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor sportive în cantonamente

#### A. Scop

Acest document stabilește criteriile care trebuie îndeplinite de către structurile sportive pentru reluarea activităților de antrenament și diminuarea riscului de infecție COVID-19.

Aplicarea corectă a acestor măsuri contribuie la diminuarea riscului de infecție COVID-19, dar nu garantează eliminarea acestuia în contextul pandemiei.

#### B. Măsuri generale în contextul epidemiei COVID-19

##### Descrierea simptomelor și măsurilor generale privind COVID-19

Toți membrii personalului trebuie să fie întotdeauna informați și atenți în ceea ce privește apariția simptomelor COVID-19. Informațiile generale despre COVID-19 și simptomele acestei boli pot fi găsite pe site-ul autorităților de sănătate publică (Ministerul Sănătății, Institutul Național de Sănătate Publică).

Simptomele includ:

- cele mai comune semne: febră, dificultate în respirație (creșterea frecvenței respiratorii), tuse, durere în gât, stare de oboseală, dureri musculare etc.;
- rare: dureri de cap, greață, diaree, alte simptome.

##### Măsuri generale de prevenție pentru a limita răspândirea COVID-19:

- Spălați-vă frecvent pe mâini cu apă și săpun timp de 20 de secunde sau folosiți dezinfectant pentru mâini.
- Când tușiți sau strănutați acoperiți-vă gura și nasul cu plica cotului sau cu o batistă de hârtie - aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini cu apă și săpun.
- Evitați să vă atingeți fața, ochii, gura, nasul cu mâinile neigienizate.
- Limitați, pe cât posibil, contactul fizic (cu menținerea, pe cât posibil, a unei distanțe sociale de 2 metri).
- Folosiți pentru dezinfecție doar produse de dezinfecție avizate pentru scopul și nevoia identificată.
- Toate materialele și echipamentele sportive trebuie dezinfectate riguros după fiecare utilizare.
- Toate locațiile vor fi prevăzute cu dispensere cu dezinfectant pentru tegumente (de exemplu, săli de antrenament, săli de ședință, spații pentru relaxare, holuri etc.)
- Toate locațiile vor fi prevăzute cu covorașe de dezinfecție la intrare.

#### C. Măsuri specifice sportului

##### 1. Măsuri cu caracter general:

- Fiecare structură sportivă va asigura o persoană de contact responsabilă cu organizarea și coordonarea aplicării protocoalelor stabilite.
- Va fi stabilită o listă a personalului a cărui prezență este absolut necesară pentru pregătirea și derularea sesiunilor de antrenamente și activităților-suport.
- Fiecare echipă sau lot sportiv va folosi o bază proprie de cantonament sau o locație în uz exclusiv.
- Înainte de intrarea în cantonament, toate persoanele sunt obligate să dea o declarație pe propria răspundere privind luarea la cunoștință și respectarea regulilor dispuse prin prezentul ordin.
- Medicul echipei sau lotului sportiv va fi implicat în asigurarea sănătății și securității în muncă pe parcursul întregului proces.

##### 2. Resursele umane includ:

- staff lot sportiv;
- personal auxiliar (magazioneri, bucătari, personal de curățenie etc.);
- personal de securitate.

În funcție de nivelul de risc, personalul se împarte în 3 categorii:

- a) persoane care necesită măsuri crescute de protecție;
- b) persoane care necesită măsuri medii de protecție;

c) persoane care necesită măsuri reduse de protecție.

a) Măsuri care se aplică persoanelor care necesită protecție crescută

Personalul din această categorie include: sportivii, antrenorii și alte categorii de personal precum: medicii și terapeuții.

- Înaintea reluării antrenamentelor, sportivii și fiecare persoană absolut necesară pregătirii sportive vor sta obligatoriu o perioadă de 14 zile în izolare la domiciliu, împreună cu toate persoanele care locuiesc la acel domiciliu.

În cazul în care este necesară reluarea imediată a antrenamentelor, sportivii și fiecare persoană absolut necesară pregătirii sportive vor fi testate RT-PCR pentru COVID-19 și examinate medical de trei ori, conform următorului calendar: la intrarea în baza de cantonament, în ziua a 7-a și în ziua a 14-a. Prelevarea probelor se va face în baza de antrenament (fără a părăsi incinta). În cazul în care rezultatul uneia dintre aceste persoane este pozitiv în cursul acestei perioade, vor fi urmate procedurile descrise de autoritățile sanitare. Pe tot parcursul acestei perioade, antrenamentele se vor desfășura individual sau în grupuri de cel mult 4 persoane, care nu își vor schimba componența pe parcursul celor 14 zile.

- Orice simptom trebuie anunțat telefonic înainte ca persoana să ajungă la baza de antrenament. La ieșirea din izolare, personalul mai sus menționat va fi testat RT-PCR pentru COVID-19, urmând ca doar persoanele care au rezultatul testului negativ și nu prezintă semne și simptome specifice din definiția de caz să fie admise să intre în bazele de cantonament desemnate.

- Aceste persoane nu vor părăsi baza de antrenament pe toata perioada desfășurării acestuia în locația asigurată, cu excepția vizitei medicale obligatorii.

- Triajul epidemiologic la intrarea în cantonament și zilnic se va face de către medicul structurii sportive sau un medic angajat de structura sportivă pe perioada epidemiei (până se declară încheierea epidemiei de către Ministerul Sănătății) și va include: fișe pentru sportivi și staff (temperatură, simptome de tuse, dureri în gât, dificultăți în a respira, anosmie, ageuzie, saturație de oxigen), completate în fiecare zi, cu interzicerea participării la antrenament pentru modificări ale oricăruia din criteriile de mai sus.

- În săptămâna de început a antrenamentelor se va planifica vizita medicală la Institutul Național de Medicină Sportivă și policlinicile sau ambulatoriile de medicină sportivă din țară. Anamneza completă (chestionar epidemiologie inclus), consultul medico-sportiv și o probă de efort concludentă sunt obligatorii.

- Testarea pentru COVID-19 a sportivilor și a membrilor staffului tehnic se va efectua și în orice alt moment, la recomandarea medicului structurii sportive, pentru cazuri speciale/simptomatologie.

- Grupurile de antrenament nu se schimbă și nu interacționează între ele decât online până în faza antrenamentelor comune (inclusiv staff).

- Este obligatoriu să fie puse la dispoziție echipamente de protecție (PPE) pentru personalul medical la baza de antrenament, plus termometre și pulsoximetre.

- Dacă unul dintre membrii personalului se confruntă cu apariția simptomatologiei, trebuie să contacteze medicul structurii sportive și să fie izolat imediat, cu respectarea recomandărilor autorităților de sănătate publică. Se vor crea în baza de antrenament sau în proxima vecinătate două spații de izolare de câte o persoană, care să nu comunice nici între ele, nici cu celelalte spații definite, pentru persoanele cu simptomatologie COVID-19. Utilitatea este aceea de a izola de grup orice membru care prezintă simptome până la un consult de specialitate/testare/evacuare.

- Transportul de la locul prealabil de izolare către baza de cantonament este recomandat să fie făcut individual, recomandabil cu mașina proprie, fără a se opri pe acest parcurs.

- Transportul de la baza de cantonament la consultul medical/baza de antrenament se va efectua cu mijloace de transport proprii sau cu autocare dedicate. Programarea jucătorilor se va face la intervale orare diferite, pentru evitarea supraaglomerării. Dacă se folosește autocarul, trebuie respectate următoarele condiții: va conduce un singur șofer, care se va proteja cu echipamente de protecție personală; se va face dezinfectarea după fiecare grup transportat; persoanele se vor așeza respectând principiile de distanțare socială, astfel încât fiecare persoană să aibă în lateral, în față și în spate un rând de scaune goale; nu se vor face opriri pe parcurs.

b) Măsuri recomandate persoanelor care necesită protecție medie

- Personalul din această categorie include personalul administrativ și de suport, precum personalul din bucătărie, personal de curățenie, magazioner etc.

- Personalul administrativ și de suport va fi organizat în două echipe care lucrează în ture de minimum 14 zile consecutive. La intrarea în tură, fiecare membru al personalului administrativ și de suport va fi supus

testării RT-PCR pentru COVID-19 și examinării medicale. Doar persoanele care au rezultatul testului negativ și nu prezintă semne și simptome specifice definiției de caz urmează să fie admise să intre în tură.

- Membrii echipei, personalul de antrenament și un număr minim de personal auxiliar care să efectueze curățenia, dezinfecția și alte sarcini de logistică reprezintă singurele persoane a căror prezență este permisă în baza de cantonament.

- Personalul administrativ și de suport va sosi în locațiile stabilite înaintea grupurilor de sportivi și va asigura pe toată perioadă pregătirea terenului/locului de antrenament, asigurarea echipamentului sportiv corespunzător, organizarea aprovizionării și asigurarea pachetelor cu mâncare, dezinfecția spațiilor cât mai des și ori de câte ori este necesar.

- Triajul epidemiologic se va face zilnic, la intrarea în tură, de către medicul structurii sportive sau un medic angajat. Acesta va include anamneza medicală și termometrizarea.

- Structura sportivă va asigura personalului echipamentele necesare de protecție (dintre care mănușile și masca sunt cerințele minimale) pe toată perioada turei.

c) Măsuri recomandate persoanelor care necesită protecție redusă

- În această categorie este inclus personalul de securitate și pază, care nu va avea acces în baza de antrenament. Personalul din această categorie va beneficia de echipament de protecție individual și va fi supus zilnic procesului de monitorizare și triaj epidemiologic.

### **3. Zona de antrenament**

- Se vor stabili locațiile unde vor avea loc sesiunile de antrenament, în interiorul bazelor de cantonament sau în proximitatea acestora. În cazul în care spațiul de antrenament nu se găsește în interiorul perimetrului împrejmuit al bazei de cantonament, transportul sportivilor și al personalului tehnic (antrenori, medici etc.) se va face cu autocarul, respectând următoarele condiții: va conduce un singur șofer, care se va proteja cu echipamente de protecție personală; se va face dezinfectarea după fiecare grup transportat; persoanele se vor așeza respectând principiile de distanțare socială, astfel încât fiecare persoană să aibă în lateral, în față și în spate un rând de scaune goale; nu se vor face opriri pe parcurs.

- Folosirea spațiilor definite se va face gradual, în funcție de etapa de antrenament în care se află echipa/sportivii.

- Vor fi stabilite protocoale clare de curățenie și dezinfecție, atât pentru zonele și locațiile utilizate, cât și pentru materialele și obiectele folosite de persoanele din baza de cantonament. Toate echipamentele și spațiile utilizate vor fi curățate și dezinfectate după fiecare antrenament.

- Toți participanții la activitatea de antrenament vor avea la dispoziție dezinfectanți pentru mâini, în locuri marcate vizibil.

- De fiecare dată când este posibil, activitatea sportivă se va desfășura în aer liber, și nu în sală. Se va asigura o bună ventilație a tuturor locațiilor în cazul activităților în sală.

### **4. Bucătăria**

Bucătăria trebuie să fie administrată de un personal numeric cât mai redus, sub coordonarea unui responsabil desemnat.

Instrucțiuni recomandate pentru gestionarea operațională a bucătăriei:

- Bucătăria va fi închisă în perioada în care nu se desfășoară activități de preparare a hranei.

- Responsabilul desemnat asigură planificarea și supervizarea operațiilor, deschiderea și închiderea bucătăriei.

- Personalul care utilizează bucătăria trebuie obligatoriu să poarte tot timpul mănuși și mască facială și să acorde atenție specială igienei mâinilor.

- Toate produsele alimentare trebuie să fie depozitate într-un spațiu închis și cu o singură cale de acces.

- Produsele intrate în bucătărie vor fi manipulate și depozitate conform normelor de igienă. Ambalajele produselor (acolo unde este posibil) vor fi dezinfectate.

- Se va face o planificare a aprovizionării cu alimente, iar aceasta se va efectua de maximum două ori pe săptămână, în vederea reducerii contactului cu exteriorul.

- Servirea mesei nu se va face în sala de mese. Aceasta se va efectua în regim "room service", preferabil în ambalaje de unică folosință. Se va evita pe cât posibil contactul dintre personalul de servire/de la bucătărie cu sportivii aflați în perioada de antrenament.

## **5. Spălătoria**

Spălătoria va fi administrată de un personal redus numeric, sub coordonarea unui responsabil desemnat.

Măsurile preventive sunt:

- Persoana responsabilă de spălătorie trebuie să colecteze în saci de plastic hainele livrate de către sportivi la finalul fiecărui antrenament sau ridicate din camere.
- Toate hainele trebuie spălate la peste 60 de grade și prosoapele la peste 80 de grade.
- Personalul care utilizează spălătoria trebuie obligatoriu să poarte mănuși și mască facială și să acorde atenție specială igienei mâinilor.
- Încălțăminta trebuie dezinfectată utilizând o soluție alcoolică de 96% după fiecare utilizare.
- Un dispenser pentru săpun lichid trebuie să fie disponibil în departament.

## **6. Zona vestiarului**

- Ca zonă potențială cu risc crescut de transmitere a infecției, prezența membrilor personalului în zona vestiarului trebuie să fie limitată pe cât posibil.
- În primele 14 zile de cantonament, utilizarea acestui spațiu este interzisă de către sportivi și personalul tehnic. După această perioadă, utilizarea vestiarului se va face cu respectarea principiilor de distanțare socială.
- Trebuie acordată o atenție particulară curățării și dezinfecției acestei zone, de fiecare dată după ce a fost utilizată.
- Hainele purtate vor fi depozitate în saci biodegradabili, ce vor fi amplasați în coșuri aflate la o distanță cât mai mare de zona vestiarelor și care să fie marcate vizibil cu inscripția: "obiecte pentru dezinfecție".

## **7. Zona medicală și zona de refacere**

Managementul operațional al zonei medicale și de refacere va respecta următoarele cerințe:

- Utilizarea acestor zone va fi limitată la sportivii care au nevoie de îngrijiri medicale.
- Toate materialele sanitare trebuie schimbate după fiecare pacient (sportiv). Trebuie să se acorde o atenție deosebită curățeniei și dezinfecției în aceste zone.
- Utilizarea saunei este interzisă.

## **D. Regulă generală**

- Fiecare bază de cantonament va avea asigurate cel puțin două camere suplimentare de câte o persoană, cu grup sanitar propriu (spații de izolare), pentru persoane cu simptomatologie COVID-19, care să nu comunice între ele și nici cu celelalte spații definite. Utilitatea acestora este aceea de a izola de grup orice membru care prezintă simptome până la un consult de specialitate/testare/evacuare.

- În cazul în care dintre membrii personalului apar cazuri care se confruntă cu apariția simptomatologiei, aceștia trebuie să se izoleze rapid și să anunțe medicul structurii sportive. Acesta din urmă va anunța direcția de sănătate publică teritorială, ale cărei recomandări vor fi urmate.

## **NOTĂ:**

Acest plan de măsuri se referă numai la perioada de reluare a antrenamentelor în baze de cantonament organizate.

**REGULAMENT****privind condițiile necesare a fi respectate în vederea reluării antrenamentelor în cazul sporturilor individuale care se practică în aer liber****A. Considerații generale**

1. Măsurile prevăzute mai jos descriu cadrul în care sporturile individuale în aer liber pot fi practicate după data de 18 mai 2020. Acest cadru este valabil exclusiv pentru activitățile sportive care se pot practica individual, în grupuri nu mai mari de 3 persoane și în aer liber. Lista ramurilor sportive care se pot practica este următoarea:

- a) aeronautică;
- b) alpinism;
- c) atletism: probele de alergare, aruncarea ciocanului, aruncarea discului, aruncarea greutății, aruncarea suliței;
- d) automobilism sportiv;
- e) bob, skeleton și sanie: pregătirea pe role sau piste sintetice;
- f) caiac: caiac sprint, rafting, stand-up paddle, caiac pe ape repezi;
- g) canotaj;
- h) ciclism: ciclism rutier, mountain bike;
- i) echitație;
- j) golf;
- k) karting;
- l) modelism;
- m) motociclism;
- n) tenis: proba de simplu;
- o) tir cu arc;
- p) tir sportiv;
- q) schi biatlon: probele practicate pe role sau piste sintetice;
- r) yachting: windsurfing, bărci cu vele.

2. Este permisă tuturor practicanților, cu condiția respectării tuturor măsurilor de distanțare socială și igienă personală, pregătirea fizică generală în aer liber (stretching, elemente din școala alergării, exerciții de echilibru și orientare spațială din gimnastică, exerciții cu propria greutate, exerciții de tehnică și tactică individuală prin reprezentare mentală a adversarului sau a unei situații specifice de luptă/joc, execuția tehnică/tactică de tip box cu umbra, exersarea fără minge a tehnicilor de joc etc.).

3. În cazul în care disciplinele sportive enumerate mai sus sunt practicate în aer liber, dar în interiorul unor baze sportive, administratorii acestor baze trebuie să ia măsuri pentru ca următoarele condiții să fie îndeplinite:

- a) bazele să fie împrejmuite;
- b) fiecare punct de acces să fie păzit;
- c) să se facă triajul epidemiologic al participanților la activitatea sportivă și măsurarea temperaturii corporale la intrarea în baza sportivă;
- d) la accesul în bază, sportivii vor fi trecuți pe un tabel nominal, pentru a facilita ancheta epidemiologică, în cazul descoperirii unui caz de infectare cu SARS-CoV-2;
- e) accesul să fie permis numai în funcție de capacitatea bazei, pentru a evita aglomerația, pe bază de programări prealabile, calculate în așa fel încât să se permită suficient timp între utilizatori pentru dezinfectarea spațiului;
- f) accesul spectatorilor în bazele sportive nu este permis. Prin excepție, minorii pot avea ca însoțitor o singură persoană adultă;
- g) nu va fi permis accesul public la spațiile care prezintă risc epidemiologic semnificativ (dușuri, saună, vestiar, sală de fitness, sală de masaj, sală de mese etc.);
- h) este permisă utilizarea toaletelor, cu condiția ca acestea să fie dezinfectate după fiecare persoană care le folosește;

i) este permisă funcționarea automatelor de distribuire a alimentelor, a băuturilor răcoritoare și a cafelei, iar conducerea bazei sportive are obligația de a asigura dezinfectarea acestora în mod regulat;

j) fiecare bază va avea asigurată cel puțin o cameră suplimentară (spațiu de izolare), care să nu comunice cu celelalte spații definite, pentru cazul în care o persoană prezintă în timpul antrenamentului/al lucrului simptomatologie COVID-19. Utilitatea acesteia este aceea de a izola aceste persoane care prezintă simptome până la un consult de specialitate/evacuare;

k) dacă o bază sportivă nu poate îndeplini cumulativ condițiile de mai sus, aceasta va rămâne închisă.

## **B. Măsuri care precedă antrenamentului**

1. Orice antrenament trebuie să fie precedat de o procedură de autoevaluare. Simptomele comune ale îmbolnăvirii de COVID-19 sunt: tuse, febră, dificultate în respirație (creșterea frecvenței respiratorii), cu debut brusc. Alte simptome care pot apărea sunt: nas înfundat, secreții nazale fluide, dureri în gât, dureri de cap, dureri musculare, diaree, stare de oboseală. Persoanele care prezintă unul sau mai multe dintre aceste simptome sau le-au prezentat în ultimele două săptămâni trebuie să urmeze procedurile descrise de autoritățile sanitare și să nu părăsească locuința pentru a se antrena.

2. Deplasarea către și de la locul de desfășurare a antrenamentului trebuie să se facă respectând toate măsurile de protecție dispuse de autorități.

3. La locul de antrenament trebuie să fie pregătite măsuri pentru igienizarea și/sau dezinfectarea mâinilor, materialelor și a echipamentului sportiv (de exemplu, gel hidroalcoolic dezinfectant).

## **C. Condiții de antrenament**

### **1. Condiții general valabile**

a) Se permite practicarea activităților sportive doar pe terenuri în aer liber. Desfășurarea activităților în săli, baloane presostatice sau alte structuri închise este interzisă.

b) Pe tot parcursul antrenamentului trebuie să fie păstrată o distanță de siguranță față de celelalte persoane care ar putea să fie prezente. Această distanță este de cel puțin 2 metri în perioadele de repaus și de cel puțin 6 metri în perioadele de activitate fizică intensă, pentru a ține cont de faptul că particulele de transpirație ori salivă se pot transmite pe distanțe mult mai mari în acest context.

c) Este interzisă eliminarea salivei în spațiul de antrenament.

d) În cazul sportivilor de performanță, care sunt asistați de antrenor și alți specialiști, distanța de siguranță trebuie păstrată inclusiv în timpul ședințelor tehnice. În cazul în care medicul sportiv este prezent, el trebuie să poarte echipamentul de protecție pe tot parcursul interacțiunii directe cu sportivul.

e) Materialele și echipamentele sportive (de exemplu: bicicleta, racheta de tenis, arcul etc.) trebuie să fie folosite exclusiv de o singură persoană sau să fie dezinfectate complet înainte de a trece de la un sportiv la altul.

### **2. Condiții specifice**

a) Aeronautică

(i) Sunt permise doar activitățile care se pot practica individual, în condiții de siguranță.

b) Atletism

(i) În timpul probelor de alergare, distanța între sportivi trebuie să fie de minimum 10 metri.

c) Caiac

(i) Sunt permise doar probele care presupun prezența unei singure persoane în ambarcațiune.

(ii) Distanța de siguranță între ambarcațiuni este de minimum 6 metri.

d) Canotaj

(i) Sunt permise doar probele care presupun prezența unei singure persoane în ambarcațiune.

(ii) Distanța de siguranță între ambarcațiuni este de minimum 6 metri.

e) Ciclism

(i) Distanța de siguranță între sportivi este de minimum 10 metri.

f) Echitație

(i) Distanța de siguranță între sportivi este de minimum 10 metri.

g) Tenis, proba de simplu

(i) Pe un teren de tenis este permis accesul a cel mult trei participanți (2 jucători, 1 antrenor/medic etc.).

(ii) Nu este permis accesul pe teren al copiilor de mingi.

(iii) Schimbarea terenurilor nu este permisă.

(iv) În măsura în care este posibil, jucătorii își vor marca propriile mingi și le vor folosi doar pe acestea la serviciu. La sfârșitul meciului, strângerea mingilor se va efectua doar cu ajutorul tuburilor special concepute sau cu ajutorul altor echipamente care nu implică un contact direct cu pielea jucătorilor.

h) Schi biatlon

(i) În timpul probelor de fond și biatlon, distanța între sportivi trebuie să fie de minimum 10 metri.

i) Yachting

(i) Sunt permise doar probele care presupun prezența unei singure persoane în ambarcațiune.

(ii) Distanța de siguranță între ambarcațiuni este de minimum 6 metri.

(iii) Pregătirea ambarcațiunii în vederea ieșirii pe apă se face cu respectarea distanțării sociale și cu utilizarea echipamentelor de protecție personală.

#### **D. Condiții după antrenament**

1. Materialele sportive vor fi dezinfectate cu atenție după fiecare folosire.

2. Echipamentul folosit în timpul antrenamentului trebuie pus direct într-o pungă de plastic închisă ermetic, urmând ca după aceea să fie spălat/curățat la o temperatură de minimum 80°.

3. Tratamentul de refacere (fizioterapie, kinetoterapie) trebuie făcut cu respectarea precauțiilor: este de preferat să fie făcut doar de persoanele care au absolută nevoie. În orice moment, în afara personalului medical esențial, în zona de fizioterapie/kinetoterapie trebuie să fie prezentă o singură persoană. Personalul medical trebuie să fie dotat cu echipament de protecție personală.

-----