

ΑΝΑΘΕΩΡΗΜΕΝΕΣ (28.6.2020) ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΙΟ (SARS-CoV-2) ΓΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΑΝΟΙΚΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ

Οι παρούσες κατευθυντήριες οδηγίες αποτελούν συνέχεια των σχετικών οδηγιών που δημοσιεύτηκαν από το Υπουργείο Υγείας στις 12 Ιουνίου 2020. Μέχρι τις 28 Ιουνίου 2020, σε κλειστούς χώρους άθλησης απαγορευόταν η επαφή ενός αθλούμενου με άλλον στα πλαίσια του κανονικού τρόπου διεξαγωγής του αθλήματος (π.χ. κτυπήματα μεταξύ δύο αντίπαλων αθλούμενων σε προπόνηση πολεμικής τέχνης, επαφή ώμο με ώμο σε διεκδίκηση της μπάλας μεταξύ αθλούμενων αντίπαλων ομάδων σε αγώνα ποδοσφαίρου σάλας). Ως εκ τούτου, δεν επιτρεπόταν η διεξαγωγή αγώνων και πρωταθλημάτων στα πλαίσια λειτουργίας επιχειρήσεων αθλητισμού σε εσωτερικούς χώρους.

Η πιο πάνω απαγόρευση αίρεται από τις 06:00 της 29 Ιουνίου 2020 υπό την επιφύλαξη της πορείας της πανδημίας COVID-19 και τυχόν τροποποιήσεων στα επόμενα Διατάγματα του Υπουργού Υγείας.

Η επιδημιολογική εικόνα στην Κύπρο από την πανδημία του νέου κορωνοϊού (SARS-CoV2) είναι θετική την παρούσα στιγμή, αλλά ο κίνδυνος εστιακής αναζωπύρωσης είναι πάντα υπαρκτός, όπως και η πιθανότητα εμφάνισης νέου επιδημικού κύματος. Η αποκλιμάκωση των μέτρων που άρχισε από τις 04/05/2020 θα πρέπει να παρακολουθείται στενά, πάντοτε λαμβάνοντας υπόψη την ατομική και συλλογική ασφάλεια των πολιτών.

Η επιστροφή στον οργανωμένο ερασιτεχνικό και επαγγελματικό αθλητισμό γίνεται προοδευτικά με βάση τα Περί Λοιμοκαθάρσεως (Καθορισμός Μέτρων για Παρεμπόδιση της Εξάπλωσης του Κορωνοϊού COVID-19) Διατάγματα του 2020. Η μετάβαση στην επόμενη φάση θα γίνεται μετά από εκτίμηση της πορείας της επιδημίας στο γενικό πληθυσμό και τη συμμόρφωση με τα μέτρα προστασίας.

Σύμφωνα με τον κανονισμό 2.3 στο περί Λοιμοκαθάρσεως (Καθορισμός Μέτρων για Παρεμπόδιση της Εξάπλωσης του Κορωνοϊού COVID-19) Διάταγμα (Αρ.28) του 2020, επιτρέπεται από τις 06.00 π.μ. της 9ης Ιουνίου 2020, η διεξαγωγή αθλητικών πρωταθλημάτων χωρίς την παρουσία θεατών, τηρουμένων των κατευθυντηρίων οδηγιών του Υπουργείου Υγείας και του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού. Ωστόσο, σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες του Υπουργείου Υγείας που δημοσιεύτηκαν στις 12.6.2020, επιτρέπεται από τις 06.00 π.μ. της 13ης Ιουνίου 2020 η διεξαγωγή ομαδικών αγώνων και πρωταθλημάτων σε εξωτερικούς μόνο χώρους άθλησης, συμπεριλαμβανομένων αθλημάτων που ο κανονικός τρόπος διεξαγωγής τους περιλαμβάνει επαφή αθλούμενου με αθλούμενο αντίπαλης ομάδας. **Όσον αφορά εσωτερικούς χώρους άθλησης, επιτρέπεται από τις 06:00 της 29 Ιουνίου 2020, υπό την επιφύλαξη της πορείας της πανδημίας COVID-19 και τυχόν τροποποιήσεων στα επόμενα Διατάγματα του Υπουργού Υγείας.**

Σύμφωνα επίσης με τον κανονισμό 2.7(α) στο περί Λοιμοκαθάρσεως (Καθορισμός Μέτρων για Παρεμπόδιση της Εξάπλωσης του Κορωνοϊού COVID-19) Διάταγμα (Αρ.28) του 2020, επιτρέπεται από τις 06.00 π.μ. της 13ης Ιουνίου 2020, η λειτουργία κλειστών και ανοικτών χώρων άθλησης, περιλαμβανομένων υπαίθριων και κλειστών αθλητικών εγκαταστάσεων,

γυμναστηρίων καθώς και σχολών αθλημάτων (π.χ. πολεμικές τέχνες, κλπ.), τηρουμένων των κατευθυντηρίων οδηγιών του Υπουργείου Υγείας και του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού.

Η λειτουργία των εν λόγω χώρων άθλησης, περιλαμβανομένων αθλητικών εγκαταστάσεων και σχολών αθλημάτων, επιτρέπεται τηρουμένων των παρουσών κατευθυντηρίων οδηγιών. Σημειώνεται ότι αυτές είναι ενδεικτικές, δεν μπορούν να καλύψουν όλες τις πιθανές περιπτώσεις και εφαρμόζονται απαραίτητα παράλληλα με τα μέτρα κοινωνικής αποστασιοποίησης και τα μέτρα ατομικής υγιεινής που επιβάλλονται.

Η εξειδίκευση των μέτρων, ανά άθλημα, γίνεται σε συνεργασία με τις οικείες αθλητικές ομοσπονδίες. Όλοι οι εμπλεκόμενοι θα πρέπει να επιδεικνύουν την απαραίτητη ατομική ευθύνη, προστατεύοντας τον εαυτό τους και τον συνάνθρωπό τους από τη σοβαρή απειλή της λοίμωξης COVID-19.

Το Υπουργείο Υγείας, σε συνεργασία με τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού, θα παρακολουθεί συνεχώς τη δυναμική της επιδημίας και θα προσαρμόζει τα μέτρα στις νέες καταστάσεις εκδίδοντας, όποτε κριθεί αναγκαίο, νέες κατευθυντήριες οδηγίες.

Γενικές απαιτήσεις τόσο για κλειστούς εσωτερικούς χώρους όσο και για ανοικτούς εξωτερικούς χώρους:

Επισημαίνεται ότι σε περίπτωση που αθλούμενος/η έχει νοσήσει από τη λοίμωξη COVID-19 και επιθυμεί να αθληθεί εντατικά θα πρέπει να εξετάζεται από καρδιολόγο, καθώς ο ιός δύναται να προκαλέσει καρδιακές βλάβες.

Σε κάθε εγκατάσταση υπάρχει μία είσοδος και έξοδος στην οποία καταγράφονται σε ειδικά έντυπα ή σε ηλεκτρονικό σύστημα οι εισερχόμενοι και εξερχόμενοι με τα στοιχεία επικοινωνίας τους, ώστε να υπάρχει η δυνατότητα ιχνηλάτησης τυχόν κρούσματος COVID19 από την αρμόδια αρχή. Τα στοιχεία φυλλάσσονται για περίοδο τουλάχιστον τριών μηνών. Τα στοιχεία των αθλούμενων οι οποίοι είναι ανήλικοι δύναται να δίδονται από τους κηδεμόνες ή τους συνοδούς αυτών.

Ο έχων την ευθύνη διαχείρισης του χώρου άθλησης θα έχει καθιερώσει διαδικασία υποχρεωτικής μέτρησης της θερμοκρασίας σώματος κάθε αθλούμενου και εργαζόμενου κατά την είσοδο στον χώρο άθλησης, με ανέπαφο θερμόμετρο. Όπου είναι δυνατό, θα τηρείται και αρχείο των μετρήσεων.

Για να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός των εισερχόμενων και των εξερχόμενων αθλούμενων στην αθλητική εγκατάσταση/σχολή κρίνεται σκόπιμο να υπάρχει ένα κενό περίπου 20 λεπτών μεταξύ των αγώνων/ προπονήσεων/ της άθλησης του κάθε γκρουπ. Προτείνεται ο προγραμματισμός των προπονήσεων να γίνεται έτσι ώστε σε κάθε μία ώρα προπόνησης/ άθλησης να αναλογούν 75'-90' λεπτά χρήσης της εγκατάστασης/σχολής, ώστε να υπάρχει επαρκής χρόνος (π.χ. 20') για την έξοδο και είσοδο των αθλούμενων, την απολύμανση των χώρων, όπου απαιτείται και την αποφυγή συνάντησης των εισερχόμενων με τους εξερχόμενους.

Θα γίνεται κάθε προσπάθεια από τους προπονητές και τους διαχειριστές των χώρων άθλησης όπως οι τυχόν ομάδες συναθλούμενων είναι σταθερές, ώστε μακροπρόθεσμα να περιορίζεται ο αριθμός διαφορετικών ατόμων με τα οποία ένας αθλούμενος θα μοιράζεται τον ίδιο χώρο.

Χειραψίες, χαιρετισμοί, εναγκαλισμοί να αποφεύγονται.

Σε ομαδικές ασκήσεις με μπάλα θα πρέπει να υπάρχουν αρκετές μπάλες στην προπόνηση ώστε στις ομαδικές ασκήσεις να εναλλάσσονται συχνά (π.χ. κάθε 5 λεπτά), και να απολυμαίνονται όσες χρησιμοποιήθηκαν με βάση τις οδηγίες του Υπουργείου Υγείας (Βλέπε: <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/press/pa.pdf> https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/4_3.pdf).

Συστήνεται όπως υπάρχουν ξεχωριστοί σημασμένοι χώροι για χρησιμοποιημένες μπάλες και μη-χρησιμοποιημένες μπάλες.

Συχνός καθαρισμός και απολύμανση με βάση τις πιο πάνω οδηγίες να προβλέπεται από τους υπεύθυνους χώρων άθλησης/ αθλητικών εγκαταστάσεων/ σχολών αθλημάτων και όσον αφορά χαλιά, τάπητες, σάκους πυγμαχίας και άλλες επιφάνειες και αντικείμενα κοινής χρήσης από αθλούμενους. Τέτοιες επιφάνειες και αντικείμενα να τυγχάνουν καθαρισμού και απολύμανσης μεταξύ της χρήσης τους από κάθε αθλούμενο/ ομάδα αθλούμενων. Για επιφάνειες (τάπητες, χαλιά κλπ), που είναι πιθανόν να καταστραφούν από τη χρήση διαλύματος χλωρίνης, μπορεί να γίνεται καθαρισμός με ουδέτερο απορρυπαντικό. Σχισμένοι τάπητες/χαλιά να αντικαθίστανται αμέσως, καθότι δεν επιδέχονται αποτελεσματικού καθαρισμού.

Επίσης, θα τυγχάνουν συχνού καθαρισμού και απολύμανσης άλλα σημεία που αγγίζονται συχνά από πολλά άτομα, όπως πόμολα, διακόπτες, βρύσες κτλ.

Να υπάρχει υγρό αντισηπτικό διάλυμα για απολύμανση των χεριών στο χώρο της προπόνησης/άθλησης, σε εμφανές σημείο, καθώς επίσης και στα αποχωρητήρια.

Στα αποχωρητήρια να υπάρχει συνεχόμενος φυσικός ή τεχνητός εξαερισμός.

Όλοι οι αθλούμενοι και όλο το προσωπικό υποχρεούνται να επιδεικνύουν υγιεινή των χεριών πριν και μετά από κάθε δραστηριότητα.

Οι προπονητές, βοηθοί προπονητές και λοιπά άτομα που καθοδηγούν ή επιβλέπουν αθλούμενους θα πρέπει κατά τον χρόνο που προπονούν, καθοδηγούν ή επιβλέπουν αθλούμενους να φοράνε μάσκα.

Η χρήση αποδυτηρίων και ντους, διέπεται από τις «Οδηγίες και μέτρα προφύλαξης από τον νέο Κορωνοϊό (SARSCOV-2) για την χρήση των αποδυτηρίων και την χρήση σάουνας ή steam bath εντός των αποδυτηρίων» οι οποίες είναι αναρτημένες στον ακόλουθο ιστότοπο <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg55.pdf>

Οι προπονητές και γενικά το προσωπικό έχουν ευθύνη να επιβλέπουν τους αθλούμενους για την άριστη συμμόρφωση με τους κανόνες υγιεινής και τα μέτρα προφύλαξης κατά της εξάπλωσης του COVID-19.

Θα πρέπει από τη διεύθυνση του χώρου άθλησης να διατίθενται γραπτές οδηγίες και εκπαίδευση σχετικά με τον τρόπο της εξάπλωσης του COVID-19 στο προσωπικό έτσι ώστε να γνωρίζει τα συμπτώματα του COVID-19 και να είναι σε θέση να τα αναγνωρίζει έγκαιρα. Σκοπός είναι να μπορεί να ζητήσει κατάλληλη ιατρική βοήθεια και εργαστηριακό έλεγχο και να ελαχιστοποιήσει τον κίνδυνο μόλυνσης τόσο του κοινού όσο και των άλλων εργαζομένων.

Να γίνεται πιστή εφαρμογή του οδηγού διαχείρισης θεμάτων ασφάλειας και υγείας στην εργασία σε συνθήκες Κορωνοϊού:

<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg7.pdf>

<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg3.pdf>

Απαγορεύεται η χρήση κοινού ρουχισμού ή η κοινή χρήση προσωπικών αντικειμένων. Στο μέτρο του δυνατού οι αθλούμενοι **να προσέρχονται με την απαραίτητη ενδυμασία, έτοιμοι** για να αθληθούν/αγωνιστούν.

Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης από τον ιό, συχνός καθαρισμός και απολύμανση των χεριών ιδιαίτερα μετά από επαφή με αναπνευστικές εκκρίσεις και μετά τη χρήση της τουαλέτας.

Προσωπικό που παρουσιάζει συμπτώματα του COVID-19 θα πρέπει να απέχει από την εργασία και να απευθυνθεί άμεσα τηλεφωνικά στον προσωπικό του ιατρό. Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τη διάρκεια της εργασίας, το εργαζόμενο άτομο θα πρέπει να εγκαταλείπει αμέσως την εργασία και να επιστρέψει σε αυτή μόνο όταν παύσουν τα συμπτώματα και αφού υποχρεωτικά εν τω μεταξύ συμβουλευθεί τον προσωπικό του γιατρό.

Να υπάρχει γραπτή οδηγία σε περίοπτο χώρο στην είσοδο κάθε χώρου άθλησης που να ενημερώνει τους αθλούμενους για τα συμπτώματα της νόσου COVID-19 και στην περίπτωση που παρουσιάζουν τέτοια συμπτώματα, να τους αποτρέπει από το να εισέρχονται στον χώρο άθλησης.

Το προσωπικό να τηρεί αυστηρούς κανόνες ατομικής υγιεινής.

Μείωση στο βαθμό που είναι εφικτό των συναλλαγών σε μετρητά και αντί αυτού προώθηση των ανέπαφων συναλλαγών.

Απαγορεύεται η λειτουργία μπαρ και ψυκτών νερού.

Στην περίπτωση μεταφοράς αθλούμενων από την οικία τους στον χώρο άθλησης με οχήματα της επιχείρησης που διαχειρίζεται τον χώρο άθλησης, εντός του οχήματος θα τηρείται η απαραίτητη αποστασιοποίηση και τα καθίσματα και οι εσωτερικοί χώροι του οχήματος θα καθαρίζονται και απολυμαίνονται μετά από κάθε μεταφορά. Επίσης, κατά τις μεταφορές θα διατηρούνται τα παράθυρα ανοικτά τουλάχιστον κατά το ήμισυ ακόμη και αν λειτουργεί το σύστημα κλιματισμού.

Να ακολουθούνται οι ειδικότερες οδηγίες από την αντίστοιχη ομοσπονδία για συγκεκριμένα αθλήματα, εκεί όπου υπάρχουν.

Ειδικές απαιτήσεις για εσωτερικούς χώρους άθλησης:

Όσον αφορά κλειστούς χώρους, θα ισχύουν τα ίδια μέτρα προφύλαξης κατά της εξάπλωσης του COVID-19 όπως ισχύουν για τα γυμναστήρια και αναφέρονται στο σχετικό έγγραφο του Υπουργείου Υγείας με ημερομηνία 6 Ιουνίου 2020 και τίτλο «Μέτρα προφύλαξης κατά της εξάπλωσης του COVID-19 για τους υπεύθυνους Γυμναστηρίων», το οποίο δημοσιεύεται στην ιστοσελίδα: <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg42.pdf>

Μέσα στα πλαίσια αυτά, τονίζεται ότι πρέπει να αναλογούν τουλάχιστον 10 τετραγωνικά μέτρα ανά άτομο ανά χώρο. Όπου στο έγγραφο αυτό αναφέρεται η λέξη γυμναστήριο, θα λογίζεται ότι γίνεται αναφορά σε κλειστό χώρο άθλησης, είτε αυτός είναι κλειστή αθλητική εγκατάσταση είτε σχολή αθλημάτων.

Όπου υπάρχουν σημεία όπου δυνατό να προκληθεί συνωστισμός/ συγχρωτισμός, όπως διάδρομοι, σημεία εισόδου και εξόδου, χώροι πληρωμών, κτλ. οι διαχειριστές των χώρων άθλησης να προβαίνουν όπου είναι δυνατό στα ακόλουθα:

- χρήση σηματοδότησης και εμποδίων ώστε να διαχειρίζεται η κατεύθυνση της κίνησης των ατόμων
- εφαρμογή μονόδρομης κατεύθυνσης της κίνησης ατόμων
- αλλαγή της διαρρύθμισης των χώρων, για παράδειγμα με τη μείωση των καθισμάτων ή την αλλαγή της τοποθέτησης των επίπλων, ώστε να διευκολύνεται η αποστασιοποίηση
- αφαίρεση καθισμάτων, τραπεζιών, τηλεοράσεων και λοιπού εξοπλισμού που θα μπορούσε να οδηγήσει στην συνάθροιση ατόμων χωρίς να τηρείται η απαιτούμενη απόσταση.

Οι προπονητές μεριμνούν ώστε να τηρείται όσο γίνεται η ελάχιστη απόσταση των δύο μέτρων μεταξύ των αθλούμενων πριν, κατά τη διάρκεια, και μετά τη λήξη της προπόνησης. Η ελάχιστη απόσταση ισχύει και για την απόσταση μεταξύ των προπονητών και των αθλούμενων.

Μέχρι τις 05:59 της 29ης Ιουνίου 2020, σε κλειστούς χώρους άθλησης απαγορεύεται η επαφή ενός αθλούμενου με άλλον στα πλαίσια του κανονικού τρόπου διεξαγωγής του αθλήματος (π.χ. κτυπήματα μεταξύ δύο αντίπαλων αθλούμενων σε προπόνηση πολεμικής τέχνης, επαφή ώμο με ώμο σε διεκδίκηση της μπάλας μεταξύ αθλούμενων αντίπαλων ομάδων σε αγώνα ποδοσφαίρου σάλας). Ως εκ τούτου, μέχρι τις 05:59 της 29ης Ιουνίου 2020 δεν επιτρέπεται η διεξαγωγή αγώνων και πρωταθλημάτων στα πλαίσια λειτουργίας επιχειρήσεων αθλητισμού σε εσωτερικούς χώρους. **Η απαγόρευση αυτή παύει να ισχύει από τις 06:00 της 29ης Ιουνίου 2020, υπό την επιφύλαξη της πορείας της πανδημίας COVID-19 και τυχόν τροποποιήσεων στα επόμενα Διατάγματα του Υπουργού Υγείας.**

Τονίζεται ότι η άθληση και η διεξαγωγή αγώνων, συμπεριλαμβανομένων αθλημάτων με επαφή μεταξύ των αθλούμενων, **είναι δραστηριότητα ψηλού κινδύνου και για αυτό απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή** στην τήρηση των κανόνων υγιεινής και των μέτρων προφύλαξης κατά της εξάπλωσης του COVID-19.

Κατά τη διεξαγωγή αγώνων, είτε ομαδικών είτε ένας εναντίον ενός, να καταβάλλεται κάθε προσπάθεια **οι συνδυασμοί** αγώνων μεταξύ μιας ομάδας/ενός αθλούμενου εναντίον άλλης

ομάδας/άλλου αθλούμενου **να είναι περιορισμένοι**, έτσι ώστε μια ομάδα/ένας αθλούμενος να έρχεται σε επαφή με **όσο το δυνατό πιο περιορισμένο αριθμό άλλων ατόμων**. Να αποφεύγεται η διοργάνωση αγώνων μεταξύ αθλούμενων **σε διαφορετικές σχολές άθλησης**. Επίσης, να καταβάλλεται προσπάθεια όπως κάθε αγώνας έχει όσο το δυνατό λιγότερη διάρκεια.

Εάν ένας εσωτερικός χώρος άθλησης χρησιμοποιείται για πολλαπλές δραστηριότητες χωρίς να υπάρχει διαχωρισμός σε δωμάτια/αίθουσες, **συνίσταται όπως κάθε δραστηριότητα διαχωρίζεται** με τη χρήση κουρτινών ή άλλων αντικειμένων. Οι δραστηριότητες διαχωρίζονται όχι μόνο στο είδος αθλήματος, αλλά και ηλικιακά, κατά κατηγορία βάρους, κατά επίπεδο ικανότητας, και ούτω καθεξής.

Πριν και μετά τη διεξαγωγή αγώνων, καθώς και πριν και μετά από κάθε ημίχρονο/διάλειμμα, κάθε αθλούμενος πρέπει να **απολυμαίνει τα χέρια του**.

Κατά τη διεξαγωγή αγώνων με μπάλα, θα πρέπει να υπάρχουν αρκετές μπάλες ώστε να εναλλάσσονται συχνά, **και όσες χρησιμοποιήθηκαν να απολυμαίνονται πριν ξαναχρησιμοποιηθούν**.

Κατά τη διεξαγωγή αγώνων:

- να περιορίζονται στο βαθμό του δυνατού οι ομαδικοί πανηγυρισμοί και άλλες συνήθειες που φέρνουν αθλούμενους **πολύ κοντά τον έναν στον άλλο**.
- αναπληρωματικοί αθλούμενοι **που κάθονται στον πάγκο** να τηρούν κοινωνική απόσταση από τους συναθλούμενους και προπονητές (εκτός και αν προέρχονται από την ίδια οικογένεια).
- εξοπλισμός που χρησιμοποιείται από αθλούμενους σε πολεμικές τέχνες, όπως προστατευτικά κεφαλής και κορμού, πρέπει να είναι καθαρός και **πρέπει κατά το δυνατό να είναι ατομικής χρήσης** (να χρησιμοποιείται πάντα μόνο από ένα αθλούμενο). Όπου αυτό δεν είναι δυνατό, απαραίτητα μεταξύ κάθε χρήσης από διαφορετικό αθλούμενο, ο εν λόγω εξοπλισμός **να τυγχάνει σχολαστικού καθαρισμού και απολύμανσης**.
- Γάντια πυγμαχίας, γάντια πολεμικών τεχνών, γάντια τερματοφυλάκων και γάντια άλλων αθλημάτων να είναι καθαρά και να είναι **ατομικής χρήσης** (να χρησιμοποιείται πάντα μόνο από ένα αθλούμενο).
- στα διαλείμματα να **λαμβάνετε ιδιαίτερη μέριμνα** όπως οι αθλούμενοι **μην μοιράζονται δοχεία** νερού/τονωτικών ροφημάτων. Να ενθαρρύνεται κάθε αθλούμενος όπως φέρνει μαζί του από το σπίτι νερό και οποιαδήποτε άλλα απαραίτητα για αυτόν ροφήματα και τρόφιμα.
- στα διαλείμματα να **λαμβάνετε ιδιαίτερη μέριμνα** όπως οι αθλούμενοι τηρούν μεταξύ τους απόσταση ώστε να μην αναπνέουν ο ένας κοντά στον άλλο, καθότι είναι φυσικό λόγω της κούρασης να αναπνέουν πιο βαριά και να εκπνέουν περισσότερα σταγονίδια.
- να παρέχετε **όσο το δυνατό περισσότερη ροή φυσικού αέρα**, με τη διατήρηση όσο το δυνατό περισσότερων θυρών και παραθύρων ανοικτών.

Στην περίπτωση αθλημάτων πολεμικών τεχνών, όπου ένας αθλούμενος κρατά σταθερό έναν στόχο τον οποίο κτυπά άλλος αθλούμενος στα πλαίσια της προπόνησης, να καταβάλλεται κάθε προσπάθεια από τους προπονητές και υπεύθυνους των εγκαταστάσεων/σχολών ώστε

τα ζευγάρια αθλούμενων να είναι σταθερά και εν πάση περιπτώσει να περιορίζεται ο αριθμός διαφορετικών αθλούμενων με τους οποίους ένας αθλούμενος θα συναθλείται.

Η χρήση αποδυτηρίων και ντους, διέπεται από τις «Οδηγίες και μέτρα προφύλαξης από τον νέο Κορωνοϊό (SARSCOV-2) για την χρήση των αποδυτηρίων και την χρήση σάουνας ή steam bath εντός των αποδυτηρίων» οι οποίες είναι αναρτημένες στον ακόλουθο ιστότοπο <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg55.pdf>

Κατά τη διενέργεια αγώνων **απαγορεύεται αυστηρά η είσοδος εντός του αγωνιστικού χώρου και στον περιβάλλοντα χώρο στους μη έχοντες εργασία και σε θεατές.** Εντός των εν λόγω χώρων θα πρέπει να παραμένουν μόνο όσοι συμμετέχουν στον αγώνα καθώς και όσοι έχουν κάποια εργασία και για το απαιτούμενο διάστημα που χρειάζεται για την ολοκλήρωση αυτής. Μετά το τέλος της εργασίας τους θα αποχωρούν.

Η μέγιστη χωρητικότητα ατόμων σε **εσωτερικούς χώρους** άθλησης καθορίζεται ως εξής:

Γήπεδα φούτσαλ 20mX40m: μέχρι 20 άτομα φυσική παρουσία ανά εγκατάσταση συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Γήπεδα εσωτερικού χώρου Καλαθόσφαιρας/ Πετόσφαιρας/ Χειροσφαίρισης: μέχρι 20 άτομα φυσική παρουσία συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Κλειστές Αίθουσες αντισφαίρισης, επιτραπέζιας αντισφαίρισης, σκουός και μπάτμιντον: ελάχιστη αναλογία 10 τετραγωνικών μέτρων ανά αθλούμενο ανά ωφέλιμο χώρο, αλλά όχι πέραν των 20 ατόμων φυσική παρουσία συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Κλειστές Αίθουσες αναρρίχησης: ελάχιστη αναλογία 10 τετραγωνικών μέτρων ανά αθλούμενο ανά ωφέλιμο χώρο, αλλά όχι πέραν των 20 ατόμων φυσική παρουσία συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Αίθουσες πολεμικών τεχνών και παρόμοιων αθλημάτων: ελάχιστη αναλογία 10 τετραγωνικών μέτρων ανά αθλούμενο ανά ωφέλιμο χώρο. Στην αναλογία αυτή δεν υπολογίζονται και οι προπονητές, αλλά ο αριθμός αυτών πρέπει να περιορίζεται όσο το δυνατό περισσότερο.

Αίθουσες μπόουλινγκ: ελάχιστη αναλογία 10 τετραγωνικών μέτρων ανά αθλούμενο ανά ωφέλιμο χώρο. Στον ωφέλιμο χώρο **δεν συμπεριλαμβάνεται και ο διάδρομος** όπου κυλάει η μπάλα.

Ειδικές απαιτήσεις για εξωτερικούς χώρους άθλησης:

Η μέγιστη χωρητικότητα ατόμων σε εξωτερικούς χώρους άθλησης καθορίζεται ως εξής:

Γήπεδα ποδοσφαίρου: μέχρι 60 άτομα φυσική παρουσία ανά εγκατάσταση συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Γήπεδα φούτσαλ 20mX40m: μέχρι 20 άτομα φυσική παρουσία ανά εγκατάσταση συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Γήπεδα εξωτερικού χώρου Καλαθόσφαιρας/ Πετόσφαιρας: μέχρι 20 άτομα φυσική παρουσία συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

Γήπεδα Στίβου: μέχρι 80 άτομα φυσική παρουσία ανά εγκατάσταση συμπεριλαμβανομένου και του περιβάλλοντος χώρου.

28 Ιουνίου, 2020
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ