



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
& ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

 ΕΘΝΙΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ
Ι. ΦΩΚΙΑΝΟΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΑΘΛΟΥΜΕΝΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΙΣ ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ Ε.Γ.Α. Ι. ΦΩΚΙΑΝΟΣ

1. **Απαγορεύεται** η είσοδος και η χρήση των εξωτερικών αθλητικών εγκαταστάσεων σε μη αθλούμενους.
2. Η είσοδος και χρήση των εξωτερικών αθλητικών εγκαταστάσεων θα γίνεται **μόνο** κατόπιν τηλεφωνικού ραντεβού από Δευτέρα έως και Παρασκευή και ώρες 09:00-14:00. (τηλέφωνο επικοινωνίας 2103235299) και **μόνο για ατομική άθληση.**
3. Οι αθλούμενοι πολίτες θα φέρουν συμπληρωμένο και υπογεγραμμένο το **Δελτίο Καταγραφής Αθλούμενου για την ασφαλή επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα** (το σχετικό έντυπο υπάρχει στην ιστοσελίδα ΕΓΑ Ι, ΦΩΚΙΑΝΟΥ **www.egafokianos.com**). Αν έχουν νοσήσει από τη λοίμωξη COVID-19 **πρέπει** πριν την άθληση να απευθυνθούν σε καρδιολόγο, προκειμένου να πάρουν σχετική ιατρική βεβαίωση για άθληση, διαφορετικά εκθέτουν τον εαυτό τους σε κίνδυνο.
4. Κατά την είσοδο τους, οι αθλούμενοι θα πρέπει :
 - I. να επιδεικνύουν την ταυτότητά τους καθώς και το Δελτίο Καταγραφής Αθλούμενου για την ασφαλή επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα.
 - II. σε περίπτωση που ο αθλούμενος έχει νοσήσει από τη λοίμωξη COVID-19, επιδεικνύει και την επικαιροποιημένη ιατρική βεβαίωση ικανότητας άθλησης.

III. Να υποβάλλουν τα στοιχεία τους στον *Κατάλογο Εισερχομένων-Εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση για το ενδεχόμενο ιχνηλάτησης επαφών λόγω COVID-19*, τον οποίο φυλάσσει στα αρχεία της η αθλητική εγκατάσταση.

5. Σε πρώτη φάση, θα υπάρχει **χρονικό όριο 1 (μίας) ώρας άθλησης** για κάθε αθλούμενο. Επισημαίνεται δε ότι, επιτρέπεται έως ένα ανώτατο όριο αθλούμενων. Το σύνολο των ατόμων στους χώρους άθλησης (μπάσκετ, βόλει, στίβου και περιβάλλοντα χώρο), είναι 45 άτομα σε ωριαία βάση σύμφωνα με τις οδηγίες της ΓΓΑ.

6. Δεν θα είναι διαθέσιμα προς τους αθλούμενους, τα αποδυτήρια και οι εσωτερικοί χώροι άθλησης.

7. Προτείνεται, όπως ο κάθε αθλούμενος, φέρει μαζί του ατομικό μπουκάλι νερού.

Επισημαίνεται δε ότι, οι επισκέπτες του αναψυκτηρίου οφείλουν να περιορίζονται αποκλειστικά στον χώρο του αναψυκτηρίου και να μην εισέρχονται στις εξωτερικές αθλητικές εγκαταστάσεις.

Για τις οδηγίες ασφαλούς άσκησης στις εξωτερικές αθλητικές εγκαταστάσεις, παρακαλούμε να ανατρέξετε στην ιστοσελίδα ΕΓΑ Ι, ΦΩΚΙΑΝΟΥ www.egafokianos.com και στο ειδικό πεδίο ενημέρωσης «Αθλητισμός & COVID-19»

« Η επιστροφή στον Αθλητισμό μετά την πανδημία του COVID-19 γίνεται ομαλά και με οδηγό την προστασία της δημόσιας και ατομικής υγείας »

Εκ της Διευθύνσεως

ΕΓΑ ο Ι. ΦΩΚΙΑΝΟΣ