



LET'S KICK CORONA



# إرشادات - كورونا

( ساري المفعول اعتباراً من ٢٠٢٠/٥/٤ )

لمنع انتشار فيروس كورونا ( سارس-2-كوفيد ١٩ ) ضمن إطار عودة التدريب يجب مراعات الإجراءات التالية والإلتزام باتباعها :

- الدخول إلى الغرف/المشالح ممنوع.
- إخراج الأشياء الضرورية اللازمة للتدريب بالتشاور وعند الضرورة وضعها وتخزينها في مكان اخر.
- يأتي جميع اللاعبين والمدربين إلى التدريب بلباس التدريب . يمكن استخدام مقاعد البدلاء لوضع الجواكيت والحقائب والأحذية.. إلخ (على سبيل المثال إذا كان الجو ماطرًا).
- الإستحمام في النادي محظور.
- غسل اليدين جيداً وتعقيمها قبل التدريب.
- المرافق الصحية وغرف الغسيل مفتوحة.
- يسمح في الوقت نفسه الدخول لشخص واحد فقط إلى المرافق الصحية وسْتَنْظَف وتُعَقَّم يومياً.
- يجب على أقارب اللاعبين الصغار ارتداء الكمامة على الأنف والفم عند الدخول إلى المنشأة الرياضية/ الملعب لحمايتهم وحماية الآخرين. يُمنع دخول الزوار إلى المنشأة الرياضية.
- يُنصح اللاعبين والمدربين أيضا بوضع الكمامة أو ما شابه أثناء التدريب لتغطية الفم والأنف.
- الأشخاص الذين لديهم حرارة مرتفعة أو أعراض زكام لا يُسمح لهم بالدخول إلى المنشأة الرياضية.
- طُقوس التحية والسلام باليد أو العناق أو الملامسة ممنوعة ويجب أيضا مراعاة ترك مسافة متر ونصف على الأقل بين الأشخاص.
- لا يسمح بتبديل قارورات الماء بين اللاعبين وإذا لزم الأمر تمييزها بكتابة الإسم على سبيل المثال.
- على جميع المدربين تحديث القوائم لديهم وإجراء قوائم بالحضور ( بما يتضمن المدربين واللاعبين المختبرين) واستخدامها لتعقب سلاسل العدوى.
- الدخول إلى المنشأة الرياضية على أقرب تقدير قبل ١٥ دقيقة من بدء التدريب والمغادرة على أبعد تقدير بعد ١٥ دقيقة من انتهائه. الإلتزام التام بالوقت المخصص للتدريب ، الجلسات الإجتماعية أو المحادثات الطويلة ممنوعة منعاً باتاً.
- يمنع التدخين وشرب الكحول داخل المنشأة الرياضية منعاً باتاً.
- الدخول فقط لشخص واحد لغرف الأدوات والمعدات. يفضل التخطيط بشكل مناسب والوقت المناسب للمهمات التي تستغرق وقتاً طويلاً (على سبيل المثال نفخ الكرات).
- لإمتناع عن القدوم إلى التمرين ومغادرته على شكل جماعات.
- الحصة التدريبية تُحَصَّر وتُخَطَّط على أساس ترك مسافة لا تقل عن متر ونصف بين اللاعبين ( التدريب الفردي أو في مجموعات صغيرة) تجنّب الحصص التدريبية على طريقة اللعب كفريق ضد فريق.

حرصاً على صحة وسلامة جميع أعضاء النادي نرجو منكم الإلتزام بهذه الأمور وإعلام اللاعبين والأهالي بها. عند تكرار المخالفات سيُستثنى الفريق المعني من ممارسة التدريب . سوف نتابع هذا الأمر ونراقبه.

بإعلامكم بهذا الأمر يدخل حيز التنفيذ وساري المفعول حتى إلغائه.