



BEACH VOLLEYBALL – ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

ΟΔΗΓΙΕΣ

Η άσκηση της δραστηριότητας προϋποθέτει την τήρηση όλων των μέτρων που ανακοινώνει και εφαρμόζει η Πολιτεία μέσω των σχετικών νόμων και των Γενικών Οδηγιών που εκδίδει και, συγκεκριμένα για τον αθλητισμό, αυτών της Γ.Γ.Α.:

<https://gga.gov.gr/images/athlites.pdf>

<https://gga.gov.gr/images/proponites.pdf>

https://gga.gov.gr/images/odigies_asfalous_askisis.pdf

ΕΙΔΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

Επιπροσθέτως, ισχύουν τα ακόλουθα για τη συγκεκριμένη δραστηριότητα στο άθλημα του Beach Volleyball:

1. Εκγύμναση με μπάλες ατομικά, σε 1η φάση, μία μπάλα ανά άτομο.
2. Σε 2η φάση, εκγύμναση σε ζευγάρια αθλητών/αθλητριών με συχνή απολύμανση εξοπλισμού (μπάλες) μεταξύ των sessions κλπ.
3. Χρήση αποδυτηρίων και ντουζ έως 2 ατόμων ανά χώρο (~20 τμ).
4. Χρήση προστατευτικών γυαλιών ή γυαλιών ηλίου.
5. Να τηρούνται οι ειδικές υγειονομικές διατάξεις που ανακοινώνονται (χρήση μάσκας όπου απαιτείται, απολύμανση εξοπλισμού και αποδυτηρίων μεταξύ sessions κλπ).
6. Οι αθλητές δεν θα πρέπει να προσέρχονται αν δεν έχουν ενημερώσει προηγουμένως τον προπονητή τους ότι είναι απύρετοι και ασυμπτωματικοί.
7. Η μετακίνηση από και προς την εγκατάσταση συστήνεται να γίνεται μεμονωμένα με ιδιωτικά μέσα.
8. Η προσέλευση θα γίνεται από μία είσοδο.
9. Ο κάθε αθλητής θα έχει για την προπόνηση ατομικά είδη τα οποία δεν θα μοιράζεται με κανέναν.
10. Αθλητικά ποτά και νερό επίσης αυστηρά ατομικά.
11. Χρονική απόσταση μεταξύ των αγώνων σύμφωνα με τις οδηγίες της ΓΓΑ, έτσι ώστε να αποχωρούν όλοι οι αθλούμενοι από τον αγωνιστικό χώρο πριν εισέλθει το επόμενο γκρουπ και να γίνεται απολύμανση εξοπλισμού.
12. Προπονητικές τροποποιήσεις δίνοντας έμφαση στην απόσταση Άμυνας – Επίθεσης.
13. Σύσταση για αποφυγή εκτέλεσης μπλοκ και πάσας με δάχτυλα (hand set) για το επόμενο διάστημα (προληπτικό μέτρο αποφεύγοντας η μπάλα να πλησιάσει στο κεφάλι).