



**Polska Unia
Karate**

COVID-19

**ZALECENIA I WYTYCZNE
ŚWIATOWEJ FEDERACJI KARATE**



Spis treści

1.	WSTĘP	4
2.	UWAGI OGÓLNE	4
3.	ODPOWIEDZIALNOŚĆ OSOBISTA	5
4.	OCENA RYZYKA WEDŁUG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA ORAZ LISTA KONTROLNA ŚRODKÓW ZAPOBIEGAWCZYCH DLA IMPREZ MASOWYCH W SYTUACJI COVID-19	5
5.	BADANIA PRZESIEWOWE UCZESTNIKÓW (ZAWODNIKÓW, TRENERÓW, URZĘDNIKÓW, PRACOWNIKÓW KOMITETÓW ORGANIZACYJNYCH I PRZEDSTAWICIELI MEDIÓW)	7
6.	ZASTOSOWANIE MASEK/ZASŁON NA NOS I USTA ORAZ GUMOWYCH/JEDNORAZOWYCH RĘKAWICZEK, A TAKŻE UTRZYMANIE ZABEZPIECZENIA	8
7.	WSPARCIE MEDYCZNE I ZALECENIA DLA ORGANIZATORÓW IMPREZ	9
8.	KOMUNIKOWANIE RYZYKA I ŚWIADOMOŚĆ ZAGROŻENIA	10
9.	ZACHOWANIE UCZESTNIKÓW	10
10.	MIEJSCE IMPREZY	11
11.	AKREDYTACJA	12
12.	DZIAŁANIA SPOŁECZNE	12
13.	PERSONEL	12
14.	DROGI PORUSZANIA SIĘ DLA WIDZÓW (OBSZARY, DO KTÓRYCH DOSTĘP JEST KONTROLOWANY)	12
15.	OBSŁUGA MEDIALNA	13
16.	SĘDZIOWIE I PRZEDSTAWICIELE ŚWIATOWEJ FEDERACJI KARATE	13
17.	OBSŁUGA ZAWODNIKÓW	13
a.	ZAGADNIENIA OGÓLNE	13
b.	TRANSFERY Z LOTNISKA	13
c.	TRANSFERY NA MIEJSCE IMPREZY	14
d.	MIEJSCA TRENINGOWE	14
18.	BRIFINGI ZAWODNIKÓW I TRENERÓW NA IMPREZACH ŚWIATOWEJ FEDERACJI KARATE	14
19.	STREFA POMIARU WAGI	15
20.	KLASYFIKACJA ZAWODNIKÓW (PARA-KARATE)	15
a.	ZASADY OGÓLNE	15
b.	NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI FIZYCZNE	16
21.	ZAWODY	16
a.	STREFA PRZEZNACZONA NA ROZGRZEWKĘ	16
b.	PRZEBIERALNIE I TOALETY	17
c.	STREFA ZAWODÓW	17
22.	CEREMONIE MEDALOWE	17
23.	UWAGI KOŃCOWE	17
	ANEKS: REKOMENDACJE DLA TRENINGÓW KARATE	19

Rekomendacje sanitarne w miejscu treningu	19
Zalecenia zdrowotne dla treningu KATA.....	19
Zalecenie zdrowotne dla treningu KUMITE.....	20
ANKIETA DOTYCZĄCA ZDROWIA	21

1. WSTĘP

Poniższe wytyczne zostały wydane przez Światową Federację Karate (WKF), zgodnie ze stanem wiedzy medycznej na dzień 11 czerwca 2020, po zatwierdzeniu przez Komisję Medyczną Światowej Federacji Karate oraz WKF i Komitety Organizacyjne. Koniecznie należy wziąć pod uwagę, iż wszelkie decyzje o podjęciu aktywności sportowej i rekreacyjnej muszą być oparte na zaleceniach dotyczących COVID-19 danego Państwa, a więc poniższe wytyczne uważa się za minimalne wymagania dotyczące imprez karate i są one ważne jedynie po zatwierdzeniu przez władze lokalne.

Priorytetem Światowej Federacji Karate w sytuacji związanej z COVID-19 jest dbanie o zdrowie i bezpieczeństwo publiczne. Światowa Federacja Karate zawsze stawia na pierwszym miejscu zdrowie i bezpieczeństwo zawodników, trenerów, pracowników technicznych, wolontariuszy, urzędników, publiczności oraz komitetów organizacyjnych.

Wśród poniższych wytycznych znajdziecie Państwo punkty, które można zastosować podczas jakiegokolwiek wydarzenia natychmiast po zniesieniu zakazu uczestnictwa w imprezach masowych. Zasady te można stosować tak długo, jak Lokalne Komitety Organizacyjne oraz władze lokalne uznają za stosowne.

Wytyczne będą uaktualniane zgodnie z bieżącymi informacjami od Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego oraz informacji naukowych, które będą podawane do publicznej wiadomości. Wytyczne będą publikowane na stronie Światowej Federacji Karate oraz przekazywane Kontynentalnym i Narodowym Federacjom, a także krajom zaangażowanym w organizację zawodów karate.

2. UWAGI OGÓLNE

Pandemia COVID-19 spowodowała znaczne zmiany na całym świecie, również w świecie sportu. Okres przejściowy po wybuchu epidemii będzie długotrwały, dlatego organizatorzy wydarzeń sportowych będą proszeni o wdrożenie wszystkich możliwych środków bezpieczeństwa, dotyczących dystansu społecznego oraz higieny osobistej uczestników. Komitety organizujące jakiegokolwiek wydarzenie muszą blisko współdziałać z lokalnymi władzami aby wspólnie zdecydować, czy dane wydarzenie sportowe może być bezpiecznie przeprowadzone.

Światowa Federacja Karate poszukuje możliwie najbezpieczniejszych sposobów przeprowadzania imprez dla uczestników, pracowników technicznych, trenerów, sędziów, komitetu organizacyjnego, wolontariuszy oraz dla publiczności. Dostosowuje się do nowych rozwiązań, które, miejmy nadzieję, będą jedynie tymczasowymi rozwiązaniami. Rozwiązaniami tymi będziemy dzielić się z całą społecznością karate.

Światowa Federacja Karate trzyma się zaleceń Światowej Organizacji Zdrowia oraz Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego i pragnie okazać pełen szacunek i wsparcie Lokalnym Komitetom Organizacyjnym oraz krajom zaangażowanym w organizację wydarzeń, aby wspólnie umożliwić przeprowadzenie bezpiecznych zawodów.

Międzynarodowy Komitet Olimpijski zaleca w czasie pandemii COVID-19 traktowanie kwestii ochrony zdrowia i bezpieczeństwa zawodników jako najwyższy priorytet. Zgodnie z nakazem Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego, organizatorzy muszą

zapewnić wszystkim zawodnikom odpowiednie zabezpieczenie ich zdrowia oraz zapewnić dostęp do natychmiastowej opieki zdrowotnej podczas udziału w wydarzeniu. Organizatorzy muszą zadbać o zapewnienie odpowiednich środków, aby zatrzymać rozprzestrzenianie się infekcji i zminimalizować ryzyko zakażenia. Organizatorzy muszą upewnić się, że każdy zawodnik i inne osoby biorące udział w wydarzeniu, którzy będą potrzebowali natychmiastowej pomocy medycznej, będą mieli dostęp do placówek medycznych.

3. ODPOWIEDZIALNOŚĆ OSOBISTA

Światowa Federacja Karate zdecydowała uwzględnić w wytycznych zalecenia WHO, dotyczące środków mających na celu zmniejszenie ryzyka transmisji COVID-19:

- Osoby biorące udział w wydarzeniach powinny utrzymywać odległość co najmniej dwóch metrów od innych osób, zwłaszcza jeśli nie noszą one maski, a w szczególności jeśli nie czują się dobrze i wykazują symptomy COVID-19 (kaszel, gorączka, kichanie);
- Zalecane jest częste mycie rąk mydłem i gorącą wodą lub płynem dezynfekującym (co najmniej 65-70% alkoholu) przez 20 sekund;
- Powinno się stosować odpowiednie zachowanie podczas kaszlu (utrzymywać dystans co najmniej dwóch metrów, zakrywać usta i nos podczas kaszlu i kichania za pomocą chusteczki oraz często myć ręce);
- Powinno się unikać podawania ręki i przytulania;
- Powinno się unikać sauny i łaźni parowej;
- Zaleca się unikanie dotykania ust, nosa i oczu.

Osoby, które poczują się źle (np. mają gorączkę lub kaszel) powinny zostać w domu i unikać miejsca pracy, szkoły i skupisk ludzkich do momentu ustania objawów. **Należy trzymać się z daleka od jakichkolwiek imprez sportowych, jeśli pojawią się objawy choroby!**

W przypadku wystąpienia symptomów sugerujących ostre zaburzenia oddychania występujących przed, w trakcie lub po podróży, zawodnicy proszeni są o odbycie konsultacji lekarskiej oraz przedstawienie szczegółów dotyczących podróży oraz historii kontaktów z lokalną stacją Sanepid.

Właściwe organy nadzorowane przez ministra zdrowia powinny z pomocą lekarzy, ośrodków zdrowia, biur podróży, przewoźników oraz biur rejestrujących zawodników na wydarzenia dostarczyć wszelkich informacji w celu zmniejszenia ryzyka zakażeniem ostrą infekcją dróg oddechowych. Więcej informacji można znaleźć na:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/points-of-entry-and-mass-gatherings>

4. OCENA RYZYKA WEDŁUG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA ORAZ LISTA KONTROLNA ŚRODKÓW ZAPOBIEGAWCZYCH DLA IMPREZ MASOWYCH W SYTUACJI COVID-19

Imprezę uważa się za "imprezę masową," jeśli ilość osób gromadzących się podczas danej imprezy wymaga zapewnienia dodatkowych zabezpieczeń i środków, związanych

z ochroną zdrowia w rejonie, gdzie organizowana jest impreza.

Zgodnie z tą definicją, wydarzenia sportowe wysokiego szczebla, takie jak Mistrzostwa Świata, Puchary Świata, Olimpiada i inne najważniejsze międzynarodowe wydarzenia sportowe (włączając oczywiście Mistrzostwa Świata, Kontynentalne oraz Premier League w Karate) należy traktować jako imprezę masową (MG - Mass Gathering). Jednakże, według Światowej Organizacji Zdrowia, imprezy karate na niższym szczeblu również mogą wpisać się w definicję imprezy masowej.

Światowa Federacja Karate zdecydowanie zaleca, aby każdy komitet organizacyjny ocenił ryzyko związane z organizacją danego wydarzenia zgodnie z Oceną Ryzyka Według Światowej Organizacji Zdrowia oraz Listy Kontrolnej Środków Zapobiegawczych dla Imprez Masowych w Sytuacji COVID-19 (jest to obowiązkowe dla wszystkich międzynarodowych imprez Karate).

Niniejsze wytyczne zawierają wskazówki dla organizatorów wydarzeń w czasie pandemii COVID-19. Powinny być stosowane wraz z plikiem Excel zawierającym Ocenę Ryzyka Według Światowej Organizacji Zdrowia dostępnej na stronie WHO. Światowa Federacja Karate zdecydowanie zaleca, aby Lokalne Komitety Organizacyjne nie dokonywały oceny ryzyka samodzielnie; należy zrobić to we współpracy z innymi jednostkami, zwłaszcza w porozumieniu z właściwymi organami nadzorowanymi przez ministra zdrowia. Równie istotne jest niedopuszczenie do sytuacji, w której jednostki lub organy dokonują oceny ryzyka bez współpracy z komitetami organizacyjnymi, pozbawione dogłębnej wiedzy na temat szczególnego charakteru każdego z wydarzeń karate. Ważne jest także, aby wszystkie jednostki i organy miały dostęp do zawartych w niniejszym Przewodniku środków zapobiegawczych, które mogą mieć zastosowanie w przypadku karate, ponieważ wytyczne dotyczące bezpieczeństwa mogą się różnić w zależności od dyscypliny sportowej.

Organizatorzy oraz organy nadzorowane przez ministra zdrowia określają, czy możliwe jest zorganizowanie imprezy masowej lub wydarzenia, które nie podlega ustawie o imprezach masowych. Powinni oni określić poziom dopuszczalnego ryzyka i ustalić konieczne środki zapobiegawcze w celu ograniczenia zagrożenia.

Światowa Federacja Karate apeluje do wszystkich organizatorów, aby zaznajomili się z technicznymi wskazówkami oraz wytycznymi, które Światowa Organizacja Zdrowia zaleca w przypadku organizacji imprez masowych. Na stronie Światowej Organizacji Zdrowia dostępne są następujące dokumenty:

- często zadawane pytania (FAQs) na temat imprez masowych i COVID-19, włączając często zadawane pytania (FAQs) związane z organizacją imprez sportowych
- kluczowe zalecenia dotyczące planowania imprez masowych podczas COVID-19
- Ogólna Ocena Ryzyka oraz Lista Kontrolna Środków Zapobiegawczych
- tymczasowe wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia dotyczące sposobu zastosowania Oceny Ryzyka i Listy Kontrolnej Środków Zapobiegawczych
- schemat decyzyjny dla Imprez masowych w kontekście COVID-19
- załącznik Oceny Ryzyka i Listy Kontrolnej Środków Zapobiegawczych, odnoszący się do sportu

- załącznik Oceny Ryzyka i Listy Kontrolnej Środków Zapobiegawczych, odnoszący się do religii
- wytyczne dotyczące Ramadanu
- wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia dotyczące podróży międzynarodowych
- zalecenia dotyczące zastosowania masek / zasłon ust i nosa
- tymczasowe wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia - "Aspekty dotyczące dostosowania działań społecznych i środków zapobiegawczych zdrowia publicznego w kontekście COVID-19".

5. BADANIA PRZESIEWOWE UCZESTNIKÓW (ZAWODNIKÓW, TRENERÓW, URZĘDNIKÓW, PRACOWNIKÓW KOMITETÓW ORGANIZACYJNYCH I PRZEDSTAWICIELI MEDIÓW)

Zawodnicy biorący udział w wydarzeniu karate zobowiązani są do stałego monitorowania stanu zdrowia (włączając temperaturę i wszelkie symptomy) na 14 dni przed przybyciem na wydarzenie oraz podczas imprezy.

Delegacje podróżujące z własnym lekarzem i personelem medycznym zobowiązani są do codziennego monitorowania stanu zdrowia swoich zawodników i innych członków delegacji oraz przedstawienia raportu personelowi medycznemu organizatora wydarzenia przed wejściem na halę sportową.

Wytyczne Listy Kontrolnej, dotyczące okresu poprzedzającego imprezę, zalecają aby wśród przyjeżdżających zawodników oraz personelu Lokalnych Komitetów Organizacyjnych nie znalazły się osoby z grupy wysokiego ryzyka (cierpiące na choroby współistniejące, regularnie przyjmujące leki).

Należy liczyć się z koniecznością posiadania zaświadczenia lekarskiego potwierdzającego dobry stan zdrowia przed podróżą. Jest to uzależnione od zasad ustalonych przez organy ds. zdrowia kraju, w którym organizowana jest impreza. Organy te ustalają wymaganą dokumentację medyczną zawodników oraz określają wymagane rezultaty Oceny Ryzyka Światowej Organizacji Zdrowia dotyczącej organizacji imprez sportowych. Ustalenia te muszą być dokonane przez lokalne władze ds. opieki zdrowotnej lub Światową/Krajową Federację Karate. Dla imprez Światowej Federacji Karate, informacje te będą umieszczone w widocznym miejscu na stronie wydarzenia.

W przypadku, gdy zaświadczenie lekarskie zarejestrowanego uczestnika imprezy jest wymagane przez organy nadzorowane przez ministra zdrowia lub Światową/Krajową Federację Karate, zaświadczenie to musi być wydane w języku angielskim przez personel medyczny Krajowej Federacji lub przez lekarza pierwszego kontaktu oraz dostarczone Głównemu Lekarzowi Zawodów, z kopią do siedziby głównej Światowej Federacji Karate oraz Przewodniczącego Komisji Lekarskiej.

- zaświadczenie musi potwierdzać, że zawodnik został przebadany i test metodą RT-PCR (wymaz) - nie wykazał pozytywnego wyniku, zawodnik nie przebywa na kwarantannie i nie wykazywał żadnych symptomów COVID-19 na 14 dni przed imprezą;
- zaświadczenie musi być podpisane przez lekarza i zawodnika i powinno być sporządzone na 48-72 godzin przed dniem wyjazdu na imprezę;
- w przypadku wcześniejszych pozytywnych wyników testu PCR, zawodnik musi dostarczyć rezultaty nowego testu, z wynikiem negatywnym;
- rezultaty testów serologicznych na oznaczenie przeciwciał nie mogą być użyte

jako jedyna podstawa diagnozy wykluczającej zakażenie COVID-19, ale potwierdzenie oczekiwania na uznanie wyników testu może być dołączone do zaświadczenia lekarskiego;

- przykład zaświadczenia lekarskiego przed podróżą można znaleźć w Załączniku nr 1;
- w przypadku niedostarczenia zaświadczenia, zawodnik nie będzie dopuszczony do wzięcia udziału w zawodach.

Światowa Federacja Karate zaleca, aby wszyscy zawodnicy, trenerzy, sędziowie, personel Lokalnego Komitetu Organizacyjnego i akredytowani przedstawiciele mediów obecni podczas imprezy wypełnili Ankietę Wstępną (przed imprezą) w chwili przybycia na miejsce. Zaleca się także, aby zostali oni poddani codziennemu pomiarowi poziomu nasycenia tlenem oraz temperatury (poziom nasycenia poniżej 95% oraz temperatura wyższa niż 38°C powinny być zgłaszane Głównemu Lekarzowi Zawodów, Przewodniczącemu Komisji Lekarskiej WKF). Końcowym etapem powinno być badanie lekarskie dokonane przed samą imprezą. Wdrożenie takich procedur musi zostać uzgodnione z lokalnymi organami ds. zdrowia, a procedury będą wykonywane przez wyznaczonego członka personelu medycznego organizatora imprezy lub przez przedstawiciela personelu medycznego delegacji. W drugim przypadku, raport z wynikiem badań należy przedstawić personelowi medycznemu organizatora imprezy przed wejściem na halę sportową.

Personel medyczny Lokalnego Komitetu Organizacyjnego będzie odpowiedzialny za ustanowienie tego procesu.

Celem tego procesu jest identyfikacja tych uczestników imprezy, których udział potencjalnie powinien zostać przesunięty, lub którzy powinni zostać przebadani na miejscu. Celem jest również zapewnienie odpowiedniego systemu zarządzania przez kompetentne władze, aby zmniejszyć ryzyko zarówno dla osoby chorej, jak i całej społeczności.

Dzienne monitorowanie zdrowia zawodników i urzędników musi odbywać się w innym miejscu niż badanie innych grup (np. VIPów, publiczności, food trucków, sprzedawców, itd.). Każda karta akredytacyjna musi być odnawiana codziennie, po przeprowadzeniu badań przesiewowych.

Przykładowa Ankieta Wstępna przedstawiona jest w Załączniku nr 3.

6. ZASTOSOWANIE MASEK/ZASŁON NA NOS I USTA ORAZ GUMOWYCH/JEDNORAZOWYCH RĘKAWICZEK, A TAKŻE UTRZYMANIE ZABEZPIECZENIA

Światowa Federacja Karate stanowczo zaleca zastosowanie masek/zasłon na nos i usta oraz częste mycie i/lub dezynfekcję rąk. Jeśli wolontariusze, sędziowie i inne akredytowane osoby, które mają kontakt z zawodnikami (np. personel rejestrujący, sprzedawcy food trucków lub obszarów gastronomicznych, obsługa hoteli, itp.) noszą gumowe/jednorazowe rękawiczki, powinni oni traktować je, jak własną skórę, często myjąc i dezynfekując ich powierzchnię.

Zawodnicy powinni nosić maski/ zasłony nosa i ust i utrzymywać odpowiedni dystans oraz często myć ręce podczas jakichkolwiek czynności nie związanych z samymi zawodami, podczas przebywania na hali sportowej. **(Bardzo ważne jest, aby**

pamiętać, że nawet podczas noszenia gumowych/jednorazowych rękawiczek i masek/zasłon na usta i nos, nadal konieczna jest dezynfekcja i utrzymywanie dystansu).

Lokalny Komitet Organizacyjny zobowiązany jest poinstruować każdego o odpowiednim użyciu maski/zasłony na nos i usta oraz gumowych/jednorazowych rękawiczek.

Lokalny Komitet Organizacyjny jest zobowiązany dostarczyć maski/zasłony na nos i usta oraz gumowe/jednorazowe rękawiczki swoim wolontariuszom i personelowi oraz zapewnić zapas dla celów medycznych. Wszyscy inni akredytowani klienci muszą sami zapewnić sobie maski/zasłony i rękawiczki.

Władze lokalne i/lub Światowa/Krajowa Federacja Karate mogą nakazać użycia gumowych/jednorazowych rękawiczek i masek/zasłon na usta i nos podczas niektórych imprez.

Ochroniacze rąk i nóg/stóp będą dezynfekowane za pomocą nietoksycznego dla ludzi środka o działaniu wirusobójczym, tuż przed każdą walką, wystarczająco wcześniej, aby umożliwić wyschnięcie ochroniaczy przed założeniem.

7. WSPARCIE MEDYCZNE I ZALECENIA DLA ORGANIZATORÓW IMPREZ

Mydło i woda oraz środki dezynfekujące na bazie alkoholu oraz ręczniki papierowe powinny być dostępne we wszystkich miejscach, z których korzystają uczestnicy, a szczególnie w strefie, w której przeprowadza się rozgrzewkę zawodników oraz w miejscu przeznaczonym dla obsługi medycznej.

Należy zapewnić dostępność masek/zasłon na nos i usta każdemu, kto wykazuje symptomy podobne do przeziębienia.

Należy zalecać jednorazowe użycie ręczników oraz nakazać zawodnikom przechowywanie ich we własnych torbach.

Należy zapewnić dostęp do termometrów (np. na podczerwień), aby sprawdzać temperaturę wszystkich akredytowanych osób.

Organizatorzy wraz z lokalnym organem nadzorowanym przez ministra zdrowia powinni określić miejsce i sposób badania osób wykazujących symptomy COVID-19. Będzie to również wymagało określenia sposobu transportu uczestnika lub jego próbek do miejsca przeprowadzenia badania.

Należy odizolować osoby, które zachorują (lub wykazują symptomy) podczas imprezy.

Należy uzgodnić z lokalnym organem nadzorowanym przez ministra zdrowia miejsce przebywania i izolacji osoby ze zdiagnozowanym COVID-19.

Należy przeznaczyć pomieszczenie na izolację w klinikach/szpitalach, gdzie stan zdrowia takich osób będzie wstępnie oceniany. Należy ustalić procedury dotyczące podejmowania decyzji o kolejności leczenia.

Miejsce izolacji powinno być wyposażone w niezbędne środki do higieny rąk oraz nosa/ust (chusteczki, ręczniki papierowe, itd.).

Personel medyczny opiekujący się chorymi powinien nosić maski, ubranie ochronne, okulary ochronne i gumowe/jednorazowe rękawiczki. Po kontakcie z osobą chorą powinny one być natychmiast usunięte i/lub oczyszczone.

Należy zwiększyć dostępność personelu medycznego w miejscu imprezy, włączając wyznaczone jednostki medyczne, które będą w stanie dokonać selekcji i skierować osoby z podejrzeniem COVID-19 na badania.

Należy określić, w jaki sposób wszystkie organy włączone w organizację będą powiadamiane o przypadkach COVID-19.

Należy ustalić miejsce kwarantanny dla dużej ilości osób.

Należy ustalić alarmowe numery kontaktowe z lokalnymi władzami.

Nie będzie możliwy powrót żadnej osoby ze diagnozowanym COVID-19 do kraju rodzinnego w celu leczenia, za wyjątkiem lotów MedEvac z odpowiednimi miejscami do izolacji.

8. KOMUNIKOWANIE RYZYKA I ŚWIADOMOŚĆ ZAGROŻENIA

Ważne jest, aby wszystkie zalecenia i środki zapobiegawcze były jasno komunikowane wszystkim uczestnikom i widzom z wyprzedzeniem za pomocą mediów społecznościowych, stron internetowych i kanałów komunikacyjnych Światowej/Krajowej Federacji Karate.

Należy umieszczać zalecenia w widocznych miejscach podczas imprezy, na terenie wszystkich miejsc związanych z imprezą oraz wejść/wjazdów, przypominających i zachęcających do utrzymywania wysokiego poziomu higieny osobistej, włączając rady dotyczące mycia rąk i minimalizacji kontaktu fizycznego.

Lokalny Komitet Organizacyjny powinien opracować strategię komunikacji ryzyka związanego z COVID-19 przed imprezą. Należy liczyć się z tym, że takie wydarzenie przyciągnie znaczącą uwagę mediów, również społecznościowych, które mogą niepotrzebnie szerzyć niedokładne lub nieprawdziwe informacje m.in. na temat COVID-19.

Organizatorzy imprez powinni wskazać osobę/osoby do zarządzania aktywnością mediów i do zarządzania całą komunikacją zewnętrzną z krajowymi i międzynarodowymi przedstawicielami rządów, mediami i przekazywaniem wiadomości do informacji publicznej. Można również wyznaczyć rzecznika prasowego. Zaleca się wyznaczyć monitorowanie mediów krajowych i międzynarodowych, aby wystarczająco wcześnie zareagować na ewentualne pogłoski.

Należy dokonać koniecznych działań na głównych portalach społecznościowych, takich jak Twitter, Facebook, Instagram, TikTok, Wechat, itd., aby można było przekazywać konieczne informacje za pomocą tych platform.

9. ZACHOWANIE UCZESTNIKÓW

Zaleca się zastosowanie następujących środków na miejscu imprezy:

- codzienne badania przesiewowe uczestników podczas wchodzenia na teren imprezy. Personel organizatora oraz Sędziowie pełniący obowiązki będą musieli przybyć na miejsce imprezy wcześniej, aby poddać się koniecznym procedurom dotyczącym bezpieczeństwa i badań przed rozpoczęciem pierwszych konkurencji. Badanie będzie się składało z pomiaru temperatury każdej akredytowanej osoby, która będzie miała wstęp na miejsce imprezy oraz wypełnienia ankiety zdrowotnej z pomocą personelu medycznego Lokalnego Komitetu Organizacyjnego, ze wsparciem Komisji Medycznej Światowej Federacji Karate.

Zawodnicy będą przybywać na miejsce imprezy w osobnych grupach, zgodnie z planem

konkurencji przygotowanym przez Komitet Organizacyjny WKF. Po przybyciu każda kategoria będzie musiała poddać się wyżej wspomnianym badaniom przesiewowym. Pierwsza grupa, przybywająca na miejsce imprezy będzie największa i wszyscy lekarze biorący udział w imprezie będą do dyspozycji w celu przeprowadzenia wymaganych badań przesiewowych.

Po przebadaniu pierwszej grupy, do obsługi przybywających na miejsce imprezy zawodników i innych osób akredytowanych, w celu przeprowadzenia badań przesiewowych i umożliwienia wstępu do obiektu, Lokalny Komitet Organizacyjny wyznaczony przynajmniej dwóch lekarzy (nie zaangażowanych bezpośrednio w obsługę zawodów).

- fizyczny (przynajmniej 2 metry) dystans pomiędzy zawodnikami, sędziami, urzędnikami, widzami oraz pracownikami obsługi. Widzowie powinni utrzymywać dystans wymagany przez organy ds. zdrowia kraju, w którym odbywa się impreza.

- zawodnicy powinni nosić maski/zasłony na usta i nos i często myć lub dezynfekować ręce, nawet jeśli noszą gumowe/jednorazowe rękawiczki podczas jakichkolwiek czynności nie związanych bezpośrednio z zawodami. (Bardzo ważne jest, aby pamiętać, że nawet podczas noszenia gumowych/jednorazowych rękawiczek i masek/zasłon na usta i nos, nadal konieczna jest dezynfekcja i utrzymywanie odpowiedniego dystansu). Lokalny Komitet Organizacyjny musi przedstawiać wszystkim uczestnikom odpowiedni sposób użycia masek/zasłon na usta i nos oraz gumowych/jednorazowych rękawiczek. Więcej informacji można znaleźć w Załączniku 2.

- dozwolone jest korzystanie tylko z własnego sprzętu (zabrania się w szczególności użyczenia butelek z wodą lub kubków).

- **jeśli ktokolwiek z osób biorących udział w imprezie poczuje się źle, nie powinien przychodzić na miejsce imprezy** i powinien powiadomić wyznaczone organy za pomocą internetu lub telefonicznie.

- każdy powinien być zaznajomiony z protokołem, dotyczącym sposobu postępowania z osobami podejrzanymi lub ze zdiagnozowanym COVID-19, i dotyczącym środków zapobiegawczych i środków kontroli infekcji. Każdy uczestnik imprezy powinien również mieć dostęp do miejsc, gdzie można znaleźć więcej informacji na temat COVID-19.

- szczegółowe dane dotyczące kontaktu każdego uczestnika muszą być udostępnione komitetowi organizacyjnemu.

- należy poinformować każdą osobę powyżej 65 roku życia oraz o podwyższonym ryzyku zdrowotnym biorącą udział w imprezie o możliwych poważnych skutkach zdrowotnych w przypadku zakażenia oraz zalecić im zastosowanie zwiększonych środków zapobiegawczych lub nawet odradzić wzięcie udziału.

10. MIEJSCE IMPREZY

Wszystkie strefy na miejscu imprezy muszą być zorganizowane w sposób

umożliwiający zachowanie wymaganego dystansu społecznego.

Przy wejściu do każdego namiotu, pomieszczenia, miejsc przeznaczonych dla zawodników i sędziów, VIPów, mediów, miejsc na rozgrzewkę i miejsc, w których przeprowadza się zawody należy umieścić środki dezynfekujące na bazie alkoholu.

Należy zapewnić ściereczki dezynfekujące i poinstruować personel sprząający o konieczności dezynfekowania klamek drzwi i toalet, kurków łazienkowych, itd. we wszystkich miejscach kilka razy dziennie.

Jeśli to możliwe, drzwi należy zostawić otwarte, w przeciwnym razie wolontariusze powinni dbać o to, aby inni uczestnicy nie dotykali klamek.

Należy umieścić zamykane kosze na śmieci (na środki higieny osobistej, np. chusteczki, ręczniki, produkty sanitarne) we wszystkich pomieszczeniach.

11. AKREDYTACJA

Należy ograniczyć ilość osób wewnątrz obszaru akredytowanego. Ilość osób, które będą mogły przebywać na tym obszarze musi być ograniczona do niezbędnego minimum i przy określaniu tej ilości należy wziąć pod uwagę wymagania dotyczące zachowania dystansu społecznego w danym obszarze.

Tylko jeden trener na konkurencję (np. mężczyźni/kobiety, seniorzy, juniorzy, kadeci, poniżej 21 roku życia, para-karate) i jeden lekarz plus jeden fizjoterapeuta na Krajową Federację będzie akredytowany na wszystkie imprezy Światowej Federacji Karate. Przestrzegana będzie maksymalna ilość trenerów przydzielonych do delegacji zgodnie z Zasadami Organizacyjnymi Światowej Federacji Karate.

Ważność karty musi być codziennie odnawiana. Będzie to możliwe po pozytywnym przejściu badania przesiewowego.

W przypadku, gdy osoby akredytowane nie przestrzegają procedur związanych z COVID-19, ich karty akredytacyjne będą usunięte i osoby te będą wypraszane z miejsca imprezy.

Każdy uczestnik imprezy, który nie będzie przestrzegał procedur związanych z COVID-19, nie będzie mógł wziąć udziału w imprezie i będzie wypraszany z miejsca imprezy.

12. DZIAŁANIA SPOŁECZNE

Imprezy pożegnalne oraz ceremonie otwarcia/zamknięcia nie powinny być planowane, aby ograniczyć gromadzenie się osób na małych przestrzeniach.

13. PERSONEL

Ilość spotkań personelu Lokalnego Komitetu Organizacyjnego oraz jego wolontariuszy należy ograniczyć do niezbędnego minimum. Wszystkie szkolenia powinny się odbywać za pomocą platformy online lub w miejscu umożliwiającym utrzymanie dystansu społecznego. Powinno się przeliczyć i ograniczyć do niezbędnego minimum ilość wolontariuszy biorących udział w organizacji imprezy.

Warunki pracy powinny być zgodne z zaleceniami lokalnych władz ds. zdrowia.

14. DROGI PORUSZANIA SIĘ DLA WIDZÓW (OBSZARY, DO KTÓRYCH

DOSTĘP JEST KONTROLOWANY)

Wszystkie drogi w miejscu imprezy powinny być jednokierunkowe. Zaleca się, aby widzowie nie zatrzymywali się w wąskich przejściach na korytarzach.

15. OBSŁUGA MEDIALNA

Ilość akredytowanych przedstawicieli mediów musi zostać ograniczona, biorąc pod uwagę dostępną przestrzeń i wymagania dotyczące dystansu społecznego.

Centrum dla mediów należy przygotować z co najmniej 2-metrową przerwą pomiędzy każdym z miejsc i rzędów.

Należy koniecznie wymagać noszenia masek/zasłon na usta i nos oraz gumowych/jednorazowych rękawiczek podczas kontaktu z ludźmi.

W przypadku organizacji scenografii lub podczas dekoracji medalowej, należy utrzymać odległość 2 metrów pomiędzy fotografami nie noszącymi masek i wszystkie dostępne dla nich miejsca muszą zostać wcześniej oznaczone.

Przedstawiciele mediów muszą przejść te same procedury związane z badaniami przesiewowymi, co inne akredytowane grupy.

16. SĘDZIOWIE I PRZEDSTAWICIELE ŚWIATOWEJ FEDERACJI KARATE

Światowa Federacja Karate określi i, jeśli będzie to możliwe, zoptymalizuje ilość drużyn sędziowskich i przedstawicieli udających się na imprezę.

Miejsca zakwaterowania powinny umożliwiać zachowanie dystansu społecznego a WKF, w porozumieniu z Lokalnym Komitetem Organizacyjnym kraju, w którym organizowana jest impreza, będzie optował za pokojami jednoosobowymi, o ile będzie to możliwe.

17. OBSŁUGA ZAWODNIKÓW

a. ZAGADNIENIA OGÓLNE

Komitet Organizacyjny WKF lub Lokalny Komitet Organizacyjny zobowiązany jest do szukania sposobów na przeprowadzenie procesu rejestracji w sposób on-line (jeśli to możliwe, przygotowanie tego procesu rejestracji z wyprzedzeniem). Również briefingi sędziów, trenerów i zawodników oraz wszelkie inne sytuacje, kiedy konieczne będzie przekazanie informacji grupom ludzi, należy przeprowadzać z użyciem elektronicznych i onlinowych mediów, aby ograniczać bezpośrednie kontakty międzyludzkie przed imprezą.

b. TRANSFERY Z LOTNISKA

Lokalne Komitety Organizacyjne zobowiązane są do odpowiedniego planowania, aby zminimalizować mieszanie się delegacji podczas transferów z lotniska. Jeśli to nie będzie możliwe, należy zapewnić wolne miejsca pomiędzy różnymi delegacjami.

Zaleca się, aby delegacje wysyłały jedynie niezbędnych członków drużyny i zredukowały ilość osób do absolutnego minimum.

c. TRANSFERY NA MIEJSCE IMPREZY

Lokalny Komitet Organizacyjny zapewni wszystkim osobom akredytowanym transport z miejsca zakwaterowania na miejsce imprezy.

Pojemność autobusów będzie ograniczona i wymagania dotyczące dystansu społecznego zostaną zachowane - dostępne będzie tylko jedno z dwóch miejsc w każdym pojeździe. Zastosowanie masek/zastłon na usta i nos jest obowiązkowe w autobusach dla wszystkich osób.

Dla drużyn / delegacji oraz dla Sędziów i obsługi będą dostępne oddzielne autobusy.

Rozkład jazdy autobusów będzie przygotowany w sposób naprzemienny, zgodnie z rozkładem konkurencji zawodów.

Należy przestrzegać wszystkich zasad bezpieczeństwa i stosować sanitarne środki zapobiegawcze, włączając mycie rąk, zachowanie dystansu, czyszczenie wyposażenia zawodów, toreb, karategi, itd.

Transport zawodników i drużyn będzie odbywał się według rygorystycznych ustalonych rozkładów, aby zapobiec gromadzeniu się tłumów w obszarze wyznaczonym do przeprowadzenia rozgrzewki i w strefie zawodów. Naprzemienne rozkłady przyjazdów na miejsce imprezy pozwolą również na badania przesiewowe wszystkich osób biorących udział w zawodach.

d. MIEJSCA TRENINGOWE

Możliwa jest wcześniejsza rezerwacja dostępnych tatami lub siłowni pod warunkiem, że lokalne władze udzielą zgody na ich wykorzystanie. Powierzchnie, pomieszczenia, tatami, itp. muszą być dokładnie czyszczone za pomocą środków dezynfekujących o działaniu wirusobójczym (np. rozcieńczony wybielacz) przed wejściem kolejnej delegacji.

Należy przestrzegać dystansu społecznego podczas korzystania z tych stref, zwłaszcza aby uniknąć kontaktu różnych delegacji przy wchodzeniu/wychodzeniu z danej strefy.

18. BRIFINGI ZAWODNIKÓW I TRENERÓW NA IMPREZACH ŚWIATOWEJ FEDERACJI KARATE

Wszystkie brifingi trenerów na imprezach Światowej Federacji Karate będą przeprowadzane online, jeśli będzie to możliwe technicznie.

Udział zawodników w brifingach nie jest obowiązkowy. Wszystkie informacje dotyczące imprezy muszą być przekazane zawodnikom online przez stronę imprezy i stronę Światowej Federacji Karate.

Szczególnie podczas wydarzeń sportowych wysokiego szczebla (takich jak Mistrzostwa Kontynentalne, Mistrzostwa Świata lub Premier League oraz zawody przedolimpijskie):

- należy zorganizować briefing online (na Zoom lub podobnych platformach)

- podczas dni i godzin ustalonych przez Komisje Światowej Federacji Karate
- uczestnicy będą mieli możliwość oglądać prezentację i będą mogli zadawać pytania i prosić o wyjaśnienia na tzw. "czacie"
 - prezynterzy z różnych Komisji Światowej Federacji Karate będą mieli możliwość udzielania wszelkich wyjaśnień podczas briefingu.

19. STREFA POMIARU WAGI

Sędziowie, oficjalni przedstawiciele oraz wolontariusze biorący udział w pomiarach będą nosić maski/zastłony na usta i nos. Zawodnicy również będą nosić maski/zastłony na usta i nos podczas ważenia. Zasada zachowania dystansu społecznego w strefie ważenia będzie zachowana.

Wszystkie procedury muszą być uproszczone i zminimalizowane tak, aby zawodnicy spędzali jak najmniej czasu w strefie pomiarów, a ilość osób zgromadzonych w strefie była jak najmniejsza.

Komitet Organizacyjny Światowej Federacji Karate oraz Lokalny Komitet Organizacyjny zobowiązany jest do ustalenia dokładnego czasu na rejestrację i ważenie, zgodnie z porządkiem zawodów i ilości osobokonurencji. Przedziały czasowe powinny zostać ustalone biorąc pod uwagę wielkość obszaru przeznaczonego na ważenie, ilość wag elektronicznych, ilość zawodników i osób z obsługi. Ilość zawodników wchodzących na obszar ważenia nie może przekroczyć 10 osób. Osoby wchodzące do strefy muszą rygorystycznie przestrzegać kolejności alfabetycznej, zgodnie z kategorią i krajem pochodzenia.

Strefa ważenia będzie wystarczająco duża i będzie posiadała oddzielne wejście i wyjście, aby zapobiec zetknięciu się zawodników wchodzących i wychodzących.

Należy cały czas zachowywać odległość 2m między zawodnikami w obszarze ważenia, jak również w obszarze wyznaczonym na oczekiwanie na pomiary. W strefie ważenia będzie do 10 krzeseł dla zawodników (np. na ubrania). Ważenie przeprowadza się w samej białźnie wśród zawodników posiadających ważną akredytację.

Wszystkie konieczne badania będą przeprowadzane wzrokowo, jeśli to będzie możliwe. Możliwe jest, że sędziowie/oficjalni przedstawiciele będą musieli przeprowadzić badanie fizyczne na niektórych zawodnikach. W takim wypadku, dla obu stron dostępne będą mokre chusteczki ze środkiem dezynfekującym do wytarcia po przeprowadzeniu badania.

Po zakończeniu ważenia każdej grupy, elementy użyte w strefie ważenia będą odkażane. Należy zapewnić dostęp do środków dezynfekujących dłonie na bazie alkoholu i chusteczek przy wejściu i wyjściu ze strefy ważenia.

20. KLASYFIKACJA ZAWODNIKÓW (PARA-KARATE)

a. ZASADY OGÓLNE

Należy zagwarantować elastyczny czas spotkań, aby umożliwić przewietrzenie pomieszczeń przeznaczonych do klasyfikacji zawodników. Pomieszczenia te muszą

mieć okna. Za każdym razem należy też wyczyścić i zdezynfekować użyte wyposażenie.

Ogólne zasady klasyfikacji będą z wyprzedzeniem znane Komisji Para-Karate oraz Lokalnemu Komitetowi Organizacyjnemu i będą zawierały ogólne zasady dotyczące środków służących do odkażania dłoni i dezynfekujących chusteczek stosowanych do odkażania sprzętu.

Miejsca oczekiwania na klasyfikację zawodników będą wyraźnie oznaczone zgodnie z zasadami dotyczącymi utrzymania dystansu społecznego. Ilość ludzi oprócz osób przeprowadzających klasyfikację, zawodników i przedstawicieli Krajowych Federacji będzie ograniczona do minimum. Zawodnikowi będzie mogła towarzyszyć tylko jedna osoba. W tym okresie nie zezwala się na udział żadnych osób obserwujących.

Przewodniczący Komisji Klasyfikacyjnej podejmie ostateczne decyzje dotyczące wymagań, aby zapewnić bezpieczeństwo środowiska.

Jednorazowe maski/zasłony na usta i nos oraz gumowe/jednorazowe rękawiczki powinny być udostępnione osobom przeprowadzającym klasyfikację na każdą sesję z zawodnikiem.

Zawodnikom zaleca się użycie masek/zasłon na usta i nos oraz częste mycie lub odkażanie rąk (niezależnie, czy zawodnik ma ubrane gumowe/jednorazowe rękawiczki) podczas procesu klasyfikacji.

Przedstawiciele Federacji Krajowych oraz zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania planu klasyfikacji, zgodnie z Zasadami Klasyfikacji Światowej Organizacji Karate.

b. NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI FIZYCZNE

Należy stosować metrową rolkę papieru, utylizowaną po każdym zawodniku, który użył ławeczki lub krzesła.

Zawodnicy będą mogli użyć własnych wózków inwalidzkich podczas procesu klasyfikacji. Konieczne będzie przeprowadzenie badania czynnościowego i do tego celu niezbędny jest obszar o wielkości przynajmniej 8x8 metrów bez przeszkód (filarów, kolumn, schodów, itd.).

Kontakt cielesny z osobą przeprowadzającą klasyfikację będzie zredukowany do minimum.

21. ZAWODY

a. STREFA PRZEZNACZONA NA ROZGRZEWKĘ

Strefa przeznaczona na rozgrzewkę będzie miała przynajmniej 9m² na zawodnika (i trenera).

Jeśli to możliwe, miejsce na tatami będzie oznaczone za pomocą odwróconych fragmentów tatami, na przemian w kolorze niebieskim i czerwonym, aby ułatwić zawodnikom pozostanie na wyznaczonym obszarze.

W strefie przeznaczonej na rozgrzewkę będzie mógł przebywać tylko jeden trener na jednego zawodnika. Fizjoterapeuci i lekarze danej drużyny nie będą mieli wstępu do strefy rozgrzewki. Dla zawodników wymagających leczenia będzie udostępnione

specjalnie do tego celu przeznaczone pomieszczenie. Żaden zawodnik ani trener, nie związany bezpośrednio z trwającymi konkurencjami nie będzie miał wstępu do strefy zawodów.

Po każdej konkurencji, grupa opuszcza obszar przeznaczony na rozgrzewkę i obszar ten jest dezynfekowany.

W strefie przeznaczonej na rozgrzewkę, każda osoba zobligowana jest do noszenia maski/zastony na usta i nos oraz zachowywania odpowiedniej odległości od innych osób. Środki dezynfekujące do rąk na bazie alkoholu oraz chusteczki powinny być dostępne przy wejściu i wyjściu do strefy rozgrzewki.

Droga do strefy przeznaczonej na rozgrzewkę będzie jednokierunkowa, a oznaczenie będzie widoczne na podłodze i będzie wskazywało właściwy kierunek poruszania się.

b. PRZEBIERALNIE I TOALETY

Liczba osób korzystających z przebieralni i toalet będzie ograniczona, a pomieszczenia te będą odkażane po każdym użyciu.

c. STREFA ZAWODÓW

Użycie masek bez zaworów jest obowiązkowe dla wszystkich osób zaangażowanych w przeprowadzenie zawodów. Obowiązek ten nie dotyczy zawodników. Zasady dotyczące dystansu społecznego muszą być cały czas zachowane.

Ruch zawodników i wszystkich pozostałych osób w strefie będzie jednokierunkowy, a oznaczenie będzie widoczne na podłodze i będzie wskazywało właściwy kierunek poruszania się.

Wyposażenie każdego zawodnika, napiętniki, nagolenniki i ochraniacze stóp będą odkażane przez członków zespołu organizatora przed każdą walką przy miejscu siedzącym w obszarze oczekiwania na każdej tatami.

Po każdej konkurencji, obszar tatami oraz stół sędziego punktowego będzie odkażany.

Środki do dezynfekcji dłoni na bazie alkoholu oraz chusteczki powinny być dostępne przy wejściu i wyjściu z każdego pola walki, a także na stolikach sędziowskich.

Dedykowana ekipa sprzątająca będzie dostępna w strefie zawodów, wyposażona w odpowiednie materiały do czyszczenia i odkażania.

22. CEREMONIE MEDALOWE

Maski typu FFP2 będą obowiązkowe dla zdobywców medali podczas ceremonii rozdania medali. Zdobywcy otrzymają maski przed ceremonią.

23. UWAGI KOŃCOWE

Ilość personelu sprzątającego, zaangażowanego w dokładne czyszczenie i odkażanie miejsca imprezy, będzie dostosowana do bieżących czynności, takich jak wstęp na imprezę, ważenie, rozgrzewka, zawody i ceremonie rozdania medali.

Oznaczenie na podłodze ułatwi przemieszczanie się zawodników do różnych obszarów na miejscu imprezy. Szczególna uwaga powinna zostać poświęcona na oznaczenie stref ważenia, rozgrzewki i zawodów.

Dostęp będzie przyznawany za pomocą kodu QR jedynie do tych obszarów, które mają być używane przez zawodników i trenerów - ważenia, rozgrzewki i zawodów.

Dedykowane pomieszczenie dla fizjoterapeutów i lekarzy będzie dostępne obok strefy przeznaczonej na rozgrzewkę, z indywidualnymi kabinami, które będą odkażane po każdym użyciu przez personel organizatora.

Ilość osób w każdym pomieszczeniu w miejscu imprezy będzie ograniczana do minimum, a karty akredytacyjne będą wręczane przy stałej kontroli limitów i stref, na które dają one możliwość wejścia.

Każdy zawodnik będzie miał prawo do obecności jednego trenera w strefie rozgrzewki i zawodów. Żadna inna osoba nie będzie mogła mu tam towarzyszyć.

ANEKS: REKOMENDACJE DLA TRENINGÓW KARATE

Światowa Federacja Karate (WKF) wydaje następujące rekomendacje, opierając się na stanie wiedzy na obecną chwilę (czerwiec 2020), przestrzegając wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), po weryfikacji przez Komisję Medyczną WKF oraz Komisje Organizacyjne. Zalecenia te należy wdrożyć podczas treningów karate tylko po zatwierdzeniu przez właściwe władze lokalne oraz odpowiednią Krajową Federację lub klub.

Zalecenia zdrowotne przed przybyciem na miejsce treningu

- weź prysznic i umyj włosy
- upewnij się, że wyposażenie, które bierzesz na trening (karategi i ochraniacze) zostały odpowiednio wyczyszczone i zdezynfekowane
- myj i odkażaj ręce przed treningiem
- jeśli musisz skorzystać z publicznego środka transportu, użyj maski/zasłony na usta i nos
- używaj maski/zasłony na usta i nos, zgodnie z zaleceniami i środkami ochrony zdrowia w danym miejscu

Rekomendacje sanitarne w miejscu treningu

- sala treningowa powinna posiadać zewnętrzną wentylację lub ewentualnie system wymiany powietrza
- sala treningowa powinna umożliwiać przestrzeganie zaleceń dotyczących utrzymania dystansu społecznego
- zaznacz obszary rekomendowane dla każdego ćwiczącego, zgodnie z zaleceniami dotyczącymi dystansu społecznego
- poproś o wypełnienie ankiety nt. stanu zdrowia przed wejściem na salę
- sprawdzaj temperaturę każdego ćwiczącego przed treningiem, wykluczając osoby z temperaturą równą lub wyższą 37 °C
- środki do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu powinny być dostępne dla każdego ćwiczącego
- przygotuj dedykowane pojemniki na zużyte środki higieny osobistej
- odkażaj salę po każdym treningu

Zalecenia zdrowotne dla treningu KATA

- jeśli to możliwe, treningi powinny odbywać się na zmianę i być przeprowadzane w grupie stanowiącej połowę normalnej pojemności sali treningowej
- należy używać masek/zasłon na usta i nos dla trenera i ćwiczących w przypadku treningów odbywających się wewnątrz. Nie ma to zastosowania dla treningów odbywających się na zewnątrz [są to zalecenia tymczasowe, ponieważ w niedługim czasie zalecenia dotyczące noszenia masek/zasłon ust i

nosa podczas treningu nie będą już miały zastosowania].

Zalecenie zdrowotne dla treningu KUMITE

- trening odbędzie się na powierzchni minimum 3m x 3m dla każdego ćwiczącego
- należy użyć kasku z przezroczystą maską oraz przymocowaną maską chirurgiczną na zewnątrz
- w przypadku treningu w grupach, nie należy zmieniać pary ćwiczących do końca treningu

ANKIETA DOTYCZĄCA ZDROWIA

ZAWODNIK

Imię i nazwisko:

Klub:

Data i czas treningu:

Trener:

Zgoda opiekuna prawnego*:

ZAWODNIK I TRENER

Czy miałeś któryś z poniższych symptomów w ciągu ostatnich 14 dni?

SYMPTOMY

- 1 Temperatura co najmniej 37,5°C
- 2 Suchy kaszel
- 3 Ból gardła
- 4 Trudności w oddychaniu
- 5 Nagła biegunka lub wymioty
- 6 Nagłe bóle mięśni lub ciała
- 7 Zmęczenie bez znanej przyczyny

TAK NIE

TAK	NIE

TRENER

Czy któryś z punktów dotyczy Ciebie?

- 8 Czy Ty lub członek Twojej rodziny miał kontakt w ciągu ostatniego miesiąca z osobą (przypuszczalnie) zarażoną COVID-19 lub z jakąkolwiek osobą mającą kontakt z osobą (przypuszczalnie) zarażoną COVID-19?
- 9 Czy ktoś w Twoim domu przebywa na kwarantannie lub jest objęty nadzorem epidemiologicznym?
- 10 Czy ktoś z Twojej rodziny należy do grupy podwyższonego ryzyka (ma powyżej 70 lat, ma choroby serca lub przewlekłą obturacyjną chorobę płuc)?

TAK NIE

TAK	NIE

Niniejszym potwierdzam, że:

- w przypadku zakażenia COVID-19 i hospitalizacji, przed wznowieniem treningów skonsultuję się z lekarzem.
- w przypadku wystąpienia jakichkolwiek symptomów COVID-19 (gorączka, dreszcze, kaszel, ból w klatce piersiowej, zmęczenie, utrata smaku lub węchu, biegunka, itp.) i w przypadku, gdy symptomy te pojawiły się wcześniej niż 24 dni temu i zakończyły się przynajmniej 48 godzin temu, będę musiał przedstawić negatywny wynik testu PCR na COVID-19, potwierdzony co najmniej dwoma próbkami pobranymi z co najmniej 24 godzinną przerwą po ustąpieniu ostrych objawów choroby.

.....
Podpis trener

.....
Podpis zawodnika / rodzica / opiekuna prawnego

**Zgoda opiekuna prawnego: ojca/matki lub opiekuna prawnego uprawnionego do podpisywania zgody w imieniu nieletniego.*

POLSKA UNIA KARATE
POLISH KARATE UNION
43-300 Bielsko-Biała, ul. Widok 12
Tel. +48 509 631 911, e-mail: biuro@karate-polska.pl
REGON: 36894033000000, NIP: 54721-89-065

