



## ΟΔΗΓΙΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΓΓΑ ΕΝΟΨΕΙ ΤΗΣ ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗΣ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

### 1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το παρόν καθορίζει τις απαραίτητες διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσουν οι αθλητές και οι ομάδες στην επανέναρξη της προετοιμασίας τους εν όψει των αθλητικών δραστηριοτήτων της νέας αγωνιστικής περιόδου.

### 2. ΠΑΡΑΔΟΧΕΣ

2.1. Το παρόν περιγράφει διαδικασίες, δίνει οδηγίες και περιγράφει μέτρα προστασίας που αφορούν στη διοργάνωση και πραγματοποίηση των αθλητικών δραστηριοτήτων, την προετοιμασία των αγωνιστικών χώρων, τις οργανωμένες κινήσεις των αθλητών και των ομάδων και τις ενέργειες επί θετικού κρούσματος.

2.2. Το παρόν βασίζεται στην εκτίμηση υγειονομικού κινδύνου από τον COVID-19 με τα διαθέσιμα, έως τα τέλη Αυγούστου 2020, εθνικά και διεθνή δεδομένα και συντάχθηκε σύμφωνα με τις οδηγίες της Υγειονομικής Επισημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ.

2.3. Τα δεδομένα μπορεί να μεταβληθούν στο πλαίσιο μίας νέας έξαρσης της επιδημίας και σε αυτή την περίπτωση το περιεχόμενο του παρόντος θα επικαιροποιείται ανάλογα με τις εξελίξεις, τα επιστημονικά ευρήματα και τις οδηγίες των αρμόδιων Εθνικών Αρχών.

2.4. Δεδομένου ότι όλοι οι εμπλεκόμενοι στον αθλητισμό συνεχίζουν να δραστηριοποιούνται κοινωνικά - σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες της Πολιτείας - η πιθανότητα μόλυνσης από δραστηριότητες εκτός των προβλεπόμενων από τις παρούσες οδηγίες παραμένει υψηλή. Για αυτό το λόγο θα πρέπει να τονίζεται διαρκώς, σε όλους τους εμπλεκόμενους, η σημασία της ατομικής ευθύνης για τη λήψη όλων των απαραίτητων μέτρων προστασίας και την αποφυγή κοινωνικών δραστηριοτήτων υψηλού κινδύνου.

2.5. Προκειμένου να περιοριστεί, στο μέτρο του δυνατού, η διασπορά του ιού στις οργανωμένες αθλητικές διοργανώσεις και ο κίνδυνος σαν ελάχιστο μέτρο επιδημιολογικής παρακολούθησης καθορίζονται τα ακόλουθα:

2.5.1. Υποχρεωτική αποχή για 7 ημέρες από οποιαδήποτε οργανωμένη αθλητική δραστηριότητα μετά την επιστροφή από καλοκαιρινές διακοπές.

2.5.2. Ο αθλητής, αυτό το διάστημα, θα πρέπει να είναι σε συνεχή επαφή με τον ιατρό του (προσωπικό, ομάδας ή ομοσπονδίας) για άμεση αναφορά οποιουδήποτε συμπτώματος.

2.5.3. Ο αθλητής, εφόσον δεν έχει οποιαδήποτε συμπτώματα, μπορεί στο διάστημα των 7 ημερών να αθλείται ατομικά, σε ανοικτό χώρο, για βελτίωση της φυσικής κατάστασης.

2.5.4. Αποτελεί ισχυρή σύσταση της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ, να γίνει η θεώρηση/ανανέωση της Κάρτας Υγείας για όλους τους αθλητές, πριν την επιστροφή στις οργανωμένες προπονήσεις (έστω και αν λήγει αργότερα η ισχύς της), έτσι ώστε να συνοδευθεί από τη σχετική ιατρική εξέταση. Στο πλαίσιο των εξετάσεων για την Κάρτα Υγείας, στο στάδιο της λήψης ιατρικού ιστορικού και προκειμένου να ληφθεί υπόψη η ιδιαιτερότητα της περιόδου λόγω της πανδημίας COVID-19, παρέχεται σχετικό βοηθητικό υπόδειγμα ιατρικού ιστορικού στον ιστότοπο της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού ([Έντυπο Προαγωνιστικού Ιατρικού Ιστορικού Αθλητών](#))

2.6 Ειδικά για αθλητές οι οποίοι έχουν βρεθεί θετικοί σε τεστ PCR Covid-19 ή είχαν ασθενήσει (ακόμη και με ήπια συμπτώματα βραχείας διάρκειας) τον τελευταίο μήνα πριν την έναρξη των προπονήσεων, θα πρέπει υποχρεωτικά να υποβληθούν σε εκτεταμένο κλινικό και εργαστηριακό καρδιολογικό έλεγχο.

2.7 Αποτελεί καλή πρακτική η πραγματοποίηση τεστ PCR Covid-19 στα αθλήματα με μεγαλύτερο κίνδυνο διασποράς, όπως είναι τα ομαδικά αθλήματα και τα αθλήματα επαφής. Η απόφαση για πραγματοποίηση των τεστ καθώς και η περιοδικότητά τους εναπόκειται στην εκτίμηση κινδύνου από τις Υγειονομικές Επιτροπές των Ομοσπονδιών που εισηγούνται τα πρωτόκολλα τους στην Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ, για έγκριση. Σύμφωνα με την υφιστάμενη βιβλιογραφία, σαν βέλτιστες πρακτικές προτείνονται τα ακόλουθα:

2.7.1. Πραγματοποίηση των PCR Covid-19 τεστ με ρινοφαρυγγικό επίχρισμα.

2.7.2. Ένα τεστ 48 ώρες πριν τη πρώτη ημέρα συγκέντρωσης των Αθλητών ή της Ομάδας για έναρξη προπονήσεων

2.7.3. Ένα τεστ 48 ώρες πριν τον πρώτο επίσημο αγώνα

2.7.4. Ένα τεστ κάθε 7 ημέρες μετά τον πρώτο επίσημο αγώνα

2.7.5. Ειδικά για τους αθλητές που επιστρέφουν από αγώνα στο εξωτερικό προτείνεται να πραγματοποιούν και ένα τεστ 48 ώρες μετά την επιστροφή στην Ελλάδα. Σε αυτό το διάστημα θα αθλούνται ατομικά.

2.7.6. Το πρώτο τεστ αν είναι δυνατόν να πραγματοποιείται σε όλο το προσωπικό του Σωματείου ή της Ομοσπονδίας που έρχεται σε στενή επαφή με τους αθλητές (ιατρικό, προπονητικό, τεχνικό).

2.8 Οι διαδικασίες σε περίπτωση θετικού κρούσματος περιγράφονται αναλυτικά στις σχετικές οδηγίες που υπάρχουν στον ιστότοπο της ΓΓΑ:

[https://gga.gov.gr/images/Instructions\\_EODY-GGA\\_positive\\_cases.pdf](https://gga.gov.gr/images/Instructions_EODY-GGA_positive_cases.pdf)

2.9 Σε κάθε περίπτωση, μοριακά τεστ PCR σε αθλητές όλων των αθλημάτων θα γίνονται κατόπιν ενδείξεων και σε δειγματοληπτικούς ελέγχους του ΕΟΔΥ στις οργανωμένες αθλητικές εγκαταστάσεις

2.10 Δεν είναι δυνατή από τις παρούσες Οδηγίες η απόλυτη και σε κάθε περίπτωση εξασφάλιση έναντι των συνεπειών του COVID-19 και αναγνωρίζεται ότι σε ορισμένες περιπτώσεις θα πρέπει να λαμβάνονται αποφάσεις στο πλαίσιο ενός συνδυασμού διαχείρισης υγειονομικού κινδύνου και οικονομικής δυνατότητας, λαμβάνοντας υπόψη τις οδηγίες της Πολιτείας, της ΓΓΑ, του ΕΟΔΥ, και των Διοργανωτριών Αρχών.

### 3. ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

3.1. Ισχύουν και εφαρμόζονται τα ειδικά πρωτόκολλα αθλημάτων, όπως αυτά επικαιροποιούνται και αναρτώνται στον ιστότοπο της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού <https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>. Γενικότερα, ισχύουν όλα τα μέτρα που αφορούν τη τήρηση αρχείου εισερχόμενων στην εγκατάσταση, της υγιεινής των χώρων, της τήρησης ασφαλών αποστάσεων και ατομικής υγιεινής και των διαδικασιών απολύμανσης εγκαταστάσεων και αθλητικού εξοπλισμού

([https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες\\_Γ\\_Φάσης\\_για\\_ασφαλή\\_άσκηση\\_01\\_06\\_2020c.pdf](https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες_Γ_Φάσης_για_ασφαλή_άσκηση_01_06_2020c.pdf)). Σε κάθε περίπτωση καινούργιες ειδικές οδηγίες από τη ΓΓΑ θα ενσωματώνονται σε νέες εκδόσεις των οδηγιών.

3.2. Εφαρμόζονται οι αποφάσεις της Πολιτείας αναφορικά με την παρουσία φιλάθλων στο γήπεδο. Σε περίπτωση που επιτραπεί η παρουσία φιλάθλων, θα επικαιροποιηθούν ανάλογα οι οδηγίες.

3.3. Εφαρμόζονται οι αποφάσεις της Πολιτείας και οι οδηγίες της Υγειονομικής Επισημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ αναφορικά με τις μεταβάσεις αθλητών και ομάδων στο εξωτερικό και την άφιξη Ελλήνων και Αλλοδαπών αθλητών στη χώρα μας αντίστοιχα, από χώρες με υψηλό κίνδυνο μετάδοσης του COVID-19.

([https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες\\_ΓΓΑ\\_για\\_αθλητικές\\_αποστολές\\_στο\\_εξωτερικό\\_v4-1.pdf](https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες_ΓΓΑ_για_αθλητικές_αποστολές_στο_εξωτερικό_v4-1.pdf))

και

([https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες\\_ΓΓΑ\\_για\\_αθλητικές\\_αποστολές\\_προς\\_την\\_Ελλάδα\\_v5\\_11.08.2020.pdf](https://gga.gov.gr/images/Οδηγίες_ΓΓΑ_για_αθλητικές_αποστολές_προς_την_Ελλάδα_v5_11.08.2020.pdf))

3.4. Διευκρινίζεται ότι η επιδημιολογική εικόνα είναι μεταβαλλόμενη και τα περιστατικά θα αντιμετωπίζονται κατά περίπτωση, σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες του ΕΟΔΥ.

3.5. Αρμόδιος για την επίβλεψη της εφαρμογής του Πρωτοκόλλου είναι ο Ιατρός κάθε Αθλητικού Συλλόγου ή της Ομοσπονδίας αν πρόκειται για εθνική ομάδα.

3.6. Ο Ιατρός του Συλλόγου ή της Ομάδας θα πρέπει να ενημερώνεται άμεσα, είτε τηλεφωνικά είτε μέσω εφαρμογής κινητού τηλεφώνου, για κάθε ύποπτο

σύμπτωμα (πχ πυρετό, κόπωση, βήχα, δύσπνοια, ανοσμία) αθλητή ή προσωπικού ή παράγοντα ή μέλους οικογένειας των προηγούμενων.

3.7. Ο Ιατρός θα πρέπει να έχει φροντίσει έγκαιρα ώστε να υπάρχει οργανωμένη διαδικασία λήψης δείγματος ρινοφαρυγγικού επιχρίσματος PCR Covid-19 σε συνεργασία με πιστοποιημένο εργαστήριο.

#### 4. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ

4.1. Το προσωπικό όλων των εμπλεκόμενων στη διοργάνωση των αθλητικών αγώνων ή δραστηριοτήτων θα πρέπει να περιορίζεται στο απολύτως απαραίτητο για την ομαλή διεξαγωγή, σύμφωνα και με τις εκάστοτε ισχύουσες οδηγίες της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ.

4.2. Κατά την είσοδο στην αθλητική εγκατάσταση θα γίνεται καταγραφή στον κατάλογο εισερχομένων – εξερχομένων που υπάρχει στην ιστοσελίδα της ΓΓΑ [https://gga.gov.gr/images/log\\_sheet\\_v8.pdf](https://gga.gov.gr/images/log_sheet_v8.pdf). Η θερμομέτρηση στην είσοδο είναι προαιρετική. Ο εισερχόμενος θα υπογράφει στον κατάλογο δηλώνοντας έτσι υπεύθυνα ότι τη συγκεκριμένη ημέρα δεν έχει κανένα από τα συμπτώματα του ιού. Ο κατάλογος θα αρχειοθετείται, καθημερινά, με μέριμνα του υπευθύνου της αθλητικής εγκατάστασης και θα φυλάσσεται για 14 ημέρες, προκειμένου να διευκολυνθεί πιθανή αναγκασία ιχνηλάτησης.

4.3. Σε περίπτωση που οποιοδήποτε άτομο αναφέρει συμπτώματα πυρετού, βήχα, δύσπνοιας, μυαλγίας, διάρροιας, πονόλαιμου, ανοσμίας ή υπέρμετρης κόπωσης, δε θα του επιτρέπεται η είσοδος στην αθλητική εγκατάσταση και θα του δίνονται συστάσεις επικοινωνίας με τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομάδας του ή με τον ΕΟΔΥ εφόσον αφορά άλλο προσωπικό.

4.4. Η είσοδος στην εγκατάσταση θα πρέπει να γίνεται από όλους **φορώντας μάσκα**. Προτείνεται να υπάρχουν στην εγκατάσταση διαθέσιμες μάσκες μιας χρήσης, για χορήγηση, σε περίπτωση που χρειαστεί.

#### 5. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

5.1. Με μέριμνα των υπευθύνων της εγκατάστασης όλοι οι χώροι θα πρέπει να έχουν καθαριστεί επιμελώς από συνεργείο καθαρισμού. Μετά από τον καθαρισμό με κοινό απορρυπαντικό γίνεται απολύμανση του αγωνιστικού χώρου, των αποδυτηρίων των τουαλετών, του κυλικείου και των προβλεπόμενων για χρήση γραφείων με κατάλληλο διάλυμα σύμφωνα με τις επικαιροποιημένες οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους (<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>).

5.2. Σε εμφανή σημεία των κοινόχρηστων χώρων θα πρέπει να υπάρχουν αναρτημένες ενημερωτικές αφίσες της ΓΓΑ με τα μέτρα προστασίας από τη μετάδοση του ιού της λοίμωξης COVID-19.

5.3. Σε όλους τους χώρους του γηπέδου, σε εμφανή σημεία (π.χ. είσοδο γηπέδου, είσοδο αποδυτηρίων, φυσούνα, κυλικείο κ.ο.κ.), θα πρέπει να υπάρχει διαθέσιμο αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (ή gel) 70% για απολύμανση χεριών.

5.4. Στις τουαλέτες και σε όλους τους νιπτήρες θα πρέπει να υπάρχει υγρό σαπούνι χεριών και χειροπετσέτες μιας χρήσης, ενώ στα αποχωρητήρια αναρτάται σύσταση για κλείσιμο της λεκάνης πριν το συνήθη καταιωνισμό νερού. Χρήσιμο είναι να υπάρχει σύστημα αυτόματης απελευθέρωσης χλωρίου ταυτόχρονα με τον καταιωνισμό νερού.

5.5. Στα αποδυτήρια θα πρέπει να ληφθεί μέριμνα ώστε να υπάρχει τουλάχιστον μία θέση κενή ανάμεσα στις θέσεις για τήρηση αποστάσεων, με κατάλληλη σήμανση (οδηγίες για τη χρήση αποδυτηρίων υπάρχουν εδώ: [Οδηγίες ασφαλούς άσκησης Γ' Φάσης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους από 01/06/2020](#))

5.6. Σε κάθε εγκατάσταση θα πρέπει να έχει προσδιοριστεί καλά αεριζόμενος απομονωμένος χώρος, για την προσωρινή φιλοξενία ατόμων με ύποπτα συμπτώματα (π.χ. πυρετός), έως ότου επιληφθεί το ιατρικό προσωπικό.

5.7 Η χωρητικότητα της κάθε εγκατάστασης προσδιορίζεται από την τελευταία σχετική Κοινή Υπουργική Απόφαση που έχει εκδοθεί π.χ. η τελευταία είναι: [https://gga.gov.gr/images/KYA\\_3165\\_31.07.2020.pdf](https://gga.gov.gr/images/KYA_3165_31.07.2020.pdf) και το σχετικό παράρτημα στη σελ. 71

## 6. ΜΕΤΡΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

6.1. Γενικώς, για την αποφυγή μετάδοσης του ιού COVID-19, ο ΕΟΔΥ και η ΓΓΑ προτείνουν τα ακόλουθα μέτρα τα οποία θα πρέπει να τηρούνται με αίσθημα ατομικής ευθύνης.

6.1.1. Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική σε όλες τις αθλητικές εγκαταστάσεις, εκτός από τους αθλητές και αθλούμενους την ώρα της άσκησης.

6.1.2. Αποφυγή συνθηκών συγχρωτισμού, χειραψιών και εναγκαλισμών. Τήρηση απόστασης 2 μέτρων από άλλα άτομα. Κατά τη διάρκεια της άσκησης προτείνεται η τήρηση των ακόλουθων αποστάσεων:

- Απόσταση 2 μέτρων μεταξύ αθλητών σε στάση
- Απόσταση 5 μέτρων από προπορευόμενο βαδιστή
- Απόσταση 10 μέτρων από προπορευόμενο δρομέα
- Απόσταση 20 μέτρων από προπορευόμενο ποδηλάτη

6.1.3. Συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 30 δευτερόλεπτα ή καθαρισμός τους με αντισηπτικό διάλυμα με βάση το οινόπνευμα.

6.1.4. Αποφυγή αγγίγματος του προσώπου (μύτη, στόμα, οφθαλμοί), ιδίως αν προηγουμένως υπήρξε επαφή με αντικείμενα που έχουν αγγίξει πολλά άλλα άτομα (π.χ. πόμολα, διακόπτες κ.λ.π. σε κοινόχρηστους χώρους).

6.1.5. Κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντηλο σε περίπτωση βήχα ή φταρνίσματος και απόρριψή του, άμεσα σε κάδο απορριμμάτων. Σε περίπτωση που δεν υπάρχει χαρτομάντηλο, χρήση του εσωτερικού των αγκώνων.

6.1.6. Σε περίπτωση που κάποιος εμφανίσει πυρετό ή άλλα συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη από ιό COVID-19 (δύσπνοια, έντονη κόπωση, βήχα) δεν θα προσέρχεται στην εγκατάσταση. Εφόσον πρόκειται για αθλητή, προπονητικό προσωπικό ή προσωπικό της ομάδας θα ενημερώνει άμεσα τηλεφωνικά τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομάδας. Εάν πρόκειται για άλλο άτομο (πχ γραμματεία, διαιτητές, δημοσιογράφοι κλπ) ισχύει ό,τι προβλέπεται από τις οδηγίες του ΕΟΔΥ αναφορικά με τη διαχείριση πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος.

## **7. ΘΕΑΤΕΣ - ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ**

7.1 Οι προπονήσεις και οι αγώνες γίνονται προς το παρόν χωρίς θεατές.

7.2 Αν υπάρχουν προσκεκλημένοι παράγοντες σε αγώνες, θα πρέπει να κάθονται στις εξέδρες με κενό είτε δύο καθισμάτων ή 2 μέτρων απόσταση μεταξύ τους, φορώντας προστατευτικές μάσκες. Ο μέγιστος αριθμός καθορίζεται από τα σχετικά αγωνιστικά πρωτόκολλα. Φίλαθλοι στις εξέδρες, μέχρι νεότερων οδηγιών, δεν επιτρέπονται.

## **8. ΚΥΛΙΚΕΙΑ**

8.1. Τα κυλικεία στις αθλητικές εγκαταστάσεις συστήνεται να εξυπηρετούν κυρίως σε μορφή “take away”, με τήρηση αποστάσεων στην αναμονή και οφείλουν να λειτουργούν με αυστηρή τήρηση των σχετικών διατάξεων.

## **9. ΜΕΤΡΑ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΘΕΤΙΚΟΥ ΣΤΟΝ COVID-19 ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ**

9.1. Η διαχείριση ενός ύποπτου ή επιβεβαιωμένου κρούσματος αποτελεί μία δύσκολη διαδικασία που φυσιολογικά θα δημιουργήσει αναστάτωση. Επισημαίνεται ότι δεν υπάρχει δυνατότητα απόλυτου περιορισμού της διασποράς του ιού ακόμη και αν εφαρμοστούν μοντέλα απομόνωσης όλων των ομάδων σε ένα ελεγχόμενο χώρο για όλη τη διάρκεια του πρωταθλήματος (πχ μοντέλα τύπου ‘bubble’ του NBA). Οι οδηγίες είναι βασισμένες στην τρέχουσα εκτίμηση της επιδημιολογικής εικόνας και στα υφιστάμενα πρωτόκολλα τα οποία μπορούν να τροποποιηθούν κατόπιν συστάσεων της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ και του ΕΟΔΥ επί το αυστηρότερο ή επί το πιο χαλαρό.

9.2. Στην περίπτωση ύποπτου κρούσματος ακολουθούνται οι οδηγίες που αναφέρονται στην ιστοσελίδα της ΓΓΑ [https://gga.gov.gr/images/Instructions\\_EODY-GGA\\_positive\\_cases.pdf](https://gga.gov.gr/images/Instructions_EODY-GGA_positive_cases.pdf)

## **10. ΜΕΤΡΑ ΑΥΞΗΜΕΝΗΣ ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΗΡΗΣΗΣ**

10.1. Οποτεδήποτε αποφασιστεί η πραγματοποίηση αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης ενός αθλητή ή μίας ομάδας, τότε λαμβάνονται τα ακόλουθα μέτρα:

10.1.1. Ενημερώνεται η Διοίκηση του Συλλόγου ή της Ομάδας για την αναβολή, για 7 ημέρες, όλων των προγραμματισμένων εξωαγωνιστικών

δραστηριοτήτων της Ομάδας (εκτός των προπονητικών και αγωνιστικών υποχρεώσεων).

10.1.2. Ενημερώνονται όλοι οι αθλητές και το υπόλοιπο επιτελείο για την ανάγκη περιορισμού των κοινωνικών επαφών τους και των μετακινήσεων εκτός από τις απολύτως απαραίτητες για την ομάδα.

10.1.3. Στο χώρο προπόνησης προσέρχονται μόνο οι απολύτως απαραίτητοι για αυτή.

10.1.4. Στην προπόνηση όλοι, εκτός των αθλητών την ώρα της άσκησης, φοράνε μάσκα.

10.1.5. Όλοι οι συμμετέχοντες στη προπόνηση (αθλητές, προπονητές, ιατρικό και τεχνικό επιτελείο) αποστέλλουν κάθε πρωί στον ιατρό της Ομάδας SMS ή μήνυμα σε εφαρμογή στο οποίο αναφέρουν συνοπτικά “OK”. Η χρήση της συντομογραφίας γίνεται για διευκόλυνση της διαδικασίας αλλά θα πρέπει να επισημανθεί ότι σημαίνει ότι είναι απύρετοι, δεν νιώθουν εξάντληση, δεν έχουν βήχα ή δύσπνοια ή συμπτώματα κρυολογήματος ή ανοσμία.

10.1.6. Όποιος έχει οποιοδήποτε ύποπτο σύμπτωμα παραμένει στην οικία του και ενημερώνει σχετικά τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομοσπονδίας για αξιολόγηση των ευρημάτων.

## 11. ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, σε συνεργασία με το Υπουργείο Υγείας, θα παρακολουθεί συνεχώς τη δυναμική της επιδημίας και θα προσαρμόζει τα μέτρα στις νέες καταστάσεις εκδίδοντας, όποτε κριθεί αναγκαίο, νέες οδηγίες που θα αναρτώνται στον σχετικό ιστότοπο της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού: <https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>

Για τυχόν ερωτήσεις και πληροφορίες, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στην ηλεκτρονική διεύθυνση: [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr)

**Η ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ  
ΤΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2020**