



Praticare l'*Orienteering* al tempo del COVID-19, in sicurezza per noi e per gli altri

Ecco alcune semplici regole da osservare prima, durante e dopo la gara

1. Da casa all'arena di gara

Febbre o sintomi?
Resto a casa

Mi porto da casa **tutta l'acqua che mi serve**.
Non ci sono posti di ristoro

Viaggio seguendo la normativa vigente

Se uso il furgone di società deve essere stato sanificato

Parcheggio dove indicato dagli organizzatori

Indosso la **mascherina** prima e dopo la gara

Mantengo la **distanza di almeno 1 m** dalle altre persone

Riporto a casa ogni mio rifiuto, compresi fazzoletti e mascherine usati

2. Dall'arena di gara all'arrivo

Porto con me la descrizione dei punti (se disponibile) e una scorta d'acqua

Seguo le indicazioni degli organizzatori per avviarmi alla partenza

Indosso la **mascherina** fino alla partenza

Mantengo la **distanza di almeno 2 m** dalle altre persone

Pulisco le mani con il **gel igienizzante** all'ingresso nei box di partenza

Entro nel box di partenza quando è uscito il concorrente che mi precede

Alla partenza tolgo e porto con me la **mascherina**

In gara mantengo la **distanza di almeno 5 m** dagli altri concorrenti

Dopo aver punzonato mi allontano di **almeno 5 m** per studiare la rotta verso il prossimo punto

All'arrivo rispetto la **distanza di almeno 5 m** dal concorrente che mi precede

3. Dopo l'arrivo

Mi allontano rapidamente dalla stazione Finish

Pulisco le mani e la SI Card con il **gel igienizzante**

Indosso la **mascherina**

Seguo le indicazioni verso lo scarico della SI Card; mantengo la **distanza di almeno 1 m** dalle altre persone

Torno all'auto o al furgone o mantengo una distanza adeguata dalle altre persone per cambiarmi

Leggo le classifiche via web o WiFi. Non mi fermo a confrontare i percorsi con gli altri concorrenti

Torno a casa non appena possibile

N.B. Questa infografica non sostituisce la lettura e la conoscenza del "Protocollo per lo svolgimento di attività agonistiche di Orienteering" pubblicato sul sito web FISO