

MENU | CERCA

la Repubblica

R+ | Rep:
ABBONATI

ACCEDI

Cronaca

HOME POLITICA ECONOMIA SPORT SPETTACOLI TECNOLOGIA MOTORI TUTTE LE SEZIONI D REP TV



Coronavirus, riaprono palestre e piscine: come cambia lo sport a distanza



(fotogramma)

Domani la riapertura degli impianti sportivi, tranne che in Lombardia e Basilicata. Due mt di distanza durante l'attività fisica, 7 mq in piscina. Mascherine previste per gli istruttori, ma non per i clienti

ABBONATI A Rep:

24 maggio 2020



Scordatevi le corsie affollate, le chiacchiere nello spogliatoio e la coda al distributore dell'acqua. Domani riaprono palestre e piscine, ma con regole tutte nuove per fronteggiare l'emergenza Covid-19. Distanziamento fisico in primis: prima, durante e dopo l'allenamento. Gli impianti sportivi torneranno a regime, o quasi, dopo più di due mesi di chiusura forzata, fatta eccezione di Lombardia (31 maggio) e Basilicata (3 giugno). Mentre le piscine comunali di Bologna resteranno chiuse fino a fine maggio.

R



ALIMENTAZIONE E FITNESS

Coronavirus, palestre, controlli all'ingresso e igienizzanti: come allenarsi senza rischi

DI IRMA D'ARIA

Corsi e lezioni per evitare assembramenti

Le strutture si dovranno però attenere ai protocolli previsti dalle linee guida

OGGI SU Rep:

Scuola, un metro tra i banchi e obbligo di mascherina le regole per ripartire

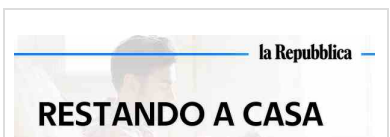
In Riviera l'estate è lontana: "Nei lidi ancora le ruspe, chi apre vince la lotteria"

"Prestiti, non regali". I falchi del Nord gelano l'Italia sul rilancio Ue

Effetto Covid sulla sorte dell'Europa

Feld: "I soldi arriveranno ma l'Italia non può illudersi Dovrà ridurre il suo debito"

Newsletter



aggiornate e approvate dalla Conferenza delle Regioni per l'**allenamento in sicurezza** di clienti e istruttori. Corsi e lezioni dovranno tener conto del distanziamento, per evitare il più possibile gli assembramenti e gestire meglio i nuovi obblighi di legge.

Fase 2, a Roma dal 25 maggio riaprono le palestre. Per le piscine servirà tempo: "Regole troppo complesse"



Fase 2, a Roma dal 25 maggio riaprono le palestre. Per le piscine servirà tempo: Regole troppo complesse

Condividi

Distanziamento: 2 mt in palestra, 7 mq in piscina

In particolare, le principali novità riguardano le distanze da tenere (almeno **2 metri** quando si fanno esercizi in palestra, almeno **7 metri quadrati** come superficie di acqua a persona nelle vasche, almeno 1 metro e mezzo per le persone sedute su sdraio e lettini se non sono conviventi); la **disinfezione degli attrezzi** dopo che ogni cliente li ha usati, altrimenti meglio non usarli (idem per galleggianti, sdraio e lettini in piscina); l'uso di **scarpe 'dedicate'** per chi va in palestra e il ricorso agli spogliatoi ridotto all'osso.

Mascherina: non per l'attività fisica

Spunteranno anche **gel disinfettanti** ed eventualmente **termoscanner** per misurare la temperatura corporea, con dati registrati e conservati per 14 giorni. All'interno si accede con la **mascherina**, che non va usata per l'attività fisica. Mentre gli **allenatori** dovranno indossare mascherina e guanti.

R



CRONACA

Fase 2, gli esperti avvertono: "Un metro non è sufficiente al chiuso e nelle regioni con più contagi"

DI ELENA DUSI

Facebook: i dubbi sulle mascherine

Mascherine sì, mascherine no. Se lo chiedono soprattutto titolari, personal

Una selezione di consigli per stare a casa ai tempi del Coronavirus

GIORNALIERA

Restando a casa

Una selezione di consigli per stare a casa ai tempi del Coronavirus con libri, film, serie tv, videogiochi e letture d'autore

Vedi esempio

Inserisci la tua email

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Cliccando su Iscriviti dichiari di aver letto l'**informativa sulla privacy** e accetti le **Condizioni Generali** dei servizi online del gruppo GEDI.

prodotto da **la Repubblica**

TOP VIDEO

Promosso



Le saune frequenti potrebbero ridurre il...
Sportello Cuore



Il tempismo dei cervi: attraversano la pista della base aerea tra i...

da Taboola

DAL WEB

Contenuti Sponsorizzati



Impara ad investire da casa. Inizia con solo...
Invest-offer



Siria ore cruciali: come aiutarli in questi giorni
UNHCR

da Taboola

la Repubblica

ILMIOLIBRO



Metti le tue passioni in un libro: pubblicalo!



Tractatus ignobis spiritus ac deprimentas ast...

Andrea Belgrado
SAGGISTICA

trainer, istruttori cercando risposte sul gruppo Facebook "Riapriamo le palestre". Se l'obbligo di indossarle è chiaro per i clienti, lo è meno per i professionisti. Nella sala pesi il personal trainer deve indossare la mascherina? C'è chi risponde di sì, chi dice di no, chi solo quando non ci si esercita e lo stesso sembra valere per gli utenti. Il gruppo conta quasi 1300 simpatizzanti che da nord a sud, negli ultimi giorni, hanno cercato di sciogliere i dubbi relativi alle nuove norme imposte dal Covid.

Sanificazione diventa la parola d'ordine, ma anche il cruccio di molti che polemicamente commentano di essere diventati un'impresa di pulizie, così tutti concordano che sarebbe impossibile sanificare le docce per ogni cliente, quindi meglio lasciare gli spogliatoi chiusi.

Abbonamenti, sconti e rimborsi

"Così chi approfittava della pausa pranzo per allenarsi, oggi si vedrà costretto a rinunciare" critica uno dei membri. La situazione è complessa e sul versante degli abbonamenti c'è chi propone una proroga di quelli annuali o uno sconto al prossimo rinnovo, o un consistente numero di gadget (borse, asciugamani) per chi nei prossimi giorni prenoterà l'allenamento in palestra, sfidando anche le scomodità legate alle nuove regole. In più, gli habitués delle sale pesi dovranno dire addio agli allenamenti infiniti, perché gli ingressi come le sedute di allenamento saranno contingentati, per consentire a un maggior numero di persone di poter svolgere l'attività sportiva.

Il tuo contributo è fondamentale per avere un'informazione di qualità. Sostieni il giornalismo di Repubblica.

ABBONATI A REP: 1 MESE A SOLO 1€

[coronavirus](#) [fase 2 coronavirus](#)

© Riproduzione riservata 24 maggio 2020

Taboola Feed



Offese a Bellanova sui social, la società sospende giocatore: ma la ministra lo perdona e lo fa reintegrare in squadra

la Repubblica

