

**SIGURNOSNE PREPORUKE TIJEKOM PRIPREMA NACIONALNIH REPREZENTACIJA
HRVATSKOG KARATE SAVEZA**

1. Na pripreme mogu doći : samo zdravi sportaši bez simptoma poput povišene tjelesne temperature (iznad 37,2);kašlja, želučanih tegoba ,opće slabosti i sl.
2. Prilikom dolaska na pripreme obavezno je **MJERENJE TEMPERATURE** (bez kontaktnim toplomjerom) što provodi osoba zadužena od saveza, provodi se dezinfekcija ruku i obavlja upis svakog sportaša s svim potrebnim podacima (telefon ,adresa boravišta i sl.)
3. **UPOZORAVAJU SE SVI SUDIONICI DA IZBJEGAVAJU FIZIČKI KONTAKT** (rukovanje ,grljenje, ljubljenje) i **ODRŽAVAJU PROPISANU DISTANCU**.
4. Sudionici se smještavaju u sobe te odlaze na prvi sastanak, po mogućnosti na otvorenom te im se usmeno objašnjava sva **VAŽNOST** pridržavanja **SIGURNOSNIH PREPORUKA**, kako bi svatko zaštitio sebe i svoje reprezentativne kolege.
5. **VAŽNO JE NA SVAKOM TRENINGU VODITI EVIDENCIJU PRISUTNIH**, kako sportaša, tako i trenera i pomoćnog osoblja (to provodi osoba zadužena od saveza)
6. Svaki **SIMPTOM** prehlade, kašlja, temperature i opće slabosti svatko je dužan momentalno prijaviti treneru, a trener osobi zaduženoj od Saveza . Takva osoba se momentalno udaljuje s treninga i priprema, i šalje u najbližu medicinsku ustanovu na obradu.
7. Tijekom priprema treba biti što više na otvorenom, a u zatvorenim prostorima potrebno je zadržavati se što je moguće kraće.
8. Sobu, dvorane i sl. treba što češće provjetravati i prozore držati **OTVORENIM**.
9. Sportašima je zabranjeno druženje po sobama i ulazak u tuđe sobe .
10. **HRANU** poslužuju konobari, švedski stol nije dozvoljen.
11. **VODU** treba piti iz originalno zatvorenih boca (ne iz slavine), a sportske napitke svatko osobno treba pripremiti u svojim bocama na kojima čitko piše ime i prezime sportaša !!!!
12. Poželjno je prije i nakon treninga dezinficirati ruke i zaštitnu opremu!!!
13. Za vrijeme boravka u dvorani potrebno je držati fizičku distancu od najmanje 2 m, osim tijekom sparinga.
14. Za vrijeme treninga potrebno je imati jednokratnu zaštitnu masku(koju Savez osigurava), iste se na izlasku, a prije dezinfekcije ruku odlažu, u za to predviđenu vreću, koja se zatvara i odlaže propisima za to određeno mjesto.
15. **DVORANA SE TIJEKOM TRENINGA TREBA PROZRAČITI ŠTO ČEŠĆE !**
16. Nakon treninga jedne grupe, a prije dolaska druge grupe potrebno je dezinficirati dvoranu, svlačionice, kao i sportsku zaštitinu opremu.
17. **DEZINFICIJENSI** i **MASKE** trebaju biti dostupni u dovoljnoj količini, a o tome brigu vodi Savez.

Ove propisane mjere razrađene su u dogovoru i prema naputku s Zdravstvenom komisijom Hrvatskog olimpijskog odbora, a u skladu sa preporukama Civilnog stožera RH i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo. Ove mjere, a na prijedlog NK HKS-a, usvojio je Upravni odbor HKS-a na svojoj elektronskoj Sjednici održanoj 22. srpnja 2020. godine.

OSTANIMO ODGOVORNI !



Za NK HKS-a:

Predsjednik

v.r. Marc Antonio Haberle