



**ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΘΛΗΣΗ ΣΤΟ ΣΥΝΟΛΟ ΤΗΣ  
ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑΣ ΥΠΟ ΤΟ ΚΑΘΕΣΤΩΣ ΕΙΔΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΡΙΣΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ ΓΙΑ  
ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19**

Εκ μέρους της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, διευκρινίζονται τα εξής σε σχέση με τα περιοριστικά μέτρα που ισχύουν από 10/05/2021 με βάση την ΚΥΑ που εκδόθηκε στις 08/05/2021 με τίτλο:

«Έκτακτα μέτρα προστασίας της δημόσιας υγείας από τον κίνδυνο περαιτέρω διασποράς του κορωνοϊού COVID-19 στο σύνολο της Επικράτειας για το διάστημα από τη Δευτέρα, 10 Μαΐου 2021 και ώρα 6:00 έως και την Παρασκευή, 14 Μαΐου 2021 και ώρα 6:00.» (Β'1872).

Αναστολή της λειτουργίας και χρήσης οργανωμένων αθλητικών εγκαταστάσεων, **εξαιρουμένων** των ακόλουθων περιπτώσεων:

**1)** Λειτουργία ανοικτών αθλητικών εγκαταστάσεων, χωρίς χρήση αποδυτηρίων, αποκλειστικά και μόνο σε ομάδες **έως τριών (3) ατόμων**, συμπεριλαμβανομένου του προπονητή ή οικογένειες (συζύγους/συμβιούντες και τέκνα) και χωρίς την παρουσία θεατών, προς τον σκοπό άθλησης μέσω των εξής ατομικών αθλημάτων:

- στίβος (έως 80 άτομα, αθλητές και αθλούμενοι, συνολικά, εντός της ανοικτής αθλητικής εγκατάστασης. Η παρουσία προπονητή δεν είναι υποχρεωτική, αλλά αν υπάρχει προπονητής, μπορεί να προπονεί έως 2 αθλητές ή αθλούμενους).
- αντισφαίριση (έως 4 αθλητές ή αθλούμενοι στο γήπεδο. Η παρουσία προπονητή δεν είναι υποχρεωτική, αλλά αν υπάρχει προπονητής, μπορεί να προπονεί έως 2 αθλητές ή αθλούμενους).
- επιτραπέζια αντισφαίριση, σε ανοικτή αθλητική εγκατάσταση (έως 2 αθλητές ή αθλούμενοι ανά τραπέζι. Η παρουσία προπονητή δεν είναι υποχρεωτική, αλλά αν υπάρχει προπονητής, μπορεί να προπονεί έως 2 αθλητές ή αθλούμενους)
- υαλοσφαίριση (padel tennis), σε ανοικτή αθλητική εγκατάσταση (έως 4 αθλητές ή αθλούμενοι στο γήπεδο. Η παρουσία προπονητή δεν είναι υποχρεωτική, αλλά αν υπάρχει προπονητής, μπορεί να προπονεί έως 2 αθλητές ή αθλούμενους).
- σκοποβολή
- τοξοβολία
- ιστιοπλοΐα (έως διμελή πληρώματα, συμπεριλαμβανομένων και των σκαφών double handed ανοικτής θαλάσσης που ανήκουν σε ομίλους, χωρίς περιορισμό στον αριθμό των σκαφών, αρκεί να αποφεύγεται ο συνωστισμός κατά την είσοδο και έξοδο από το νερό)
- κωπηλασία (έως διμελή πληρώματα)

- κανόε καγιάκ (περιλαμβανομένων όρθιας σανιδοκωπηλασίας (SUP) και κυματολίσθησης με σανίδα (SURF), χωρίς περιορισμό στον αριθμό των σκαφών, αρκεί να αποφεύγεται ο συνωστισμός κατά την είσοδο και έξοδο από το νερό)
- θαλάσσιο σκι
- ποδηλασία
- γκολφ
- ιππασία (1 ζεύγος ιππεία/ίππου ανά 50 τμ)
- μηχανοκίνητος αθλητισμός (εγκαταστάσεις καρτ λειτουργούν με ηλεκτρονική κράτηση θέσης, με έναν εκπαιδευτή ανά δύο άτομα όπου απαιτείται και τη συνολική χωρητικότητα ανοικτής εγκατάστασης που αναφέρεται στον Πίνακα 1 της παρούσας).
- αγωνιστική αναρρίχηση
- αεραθλητισμός (σύμφωνα με τα προβλεπόμενα στο με αρ. πρωτ. Δ1/Δ/38077/09-11-20 έγγραφο της Υπηρεσίας Πολιτικής Αεροπορίας με θέμα «Υγειονομικά Πρωτόκολλα»)
- ξιφασκία (σε ανοικτή αθλητική εγκατάσταση)
- άρση βαρών (σε ανοικτή αθλητική εγκατάσταση)
- αθλητική αλιεία

Συστήνεται, όπου υπάρχει περιορισμός χωρητικότητας, ο χρόνος άσκησης να είναι έως μία (1) ώρα.

**Οι αθλούμενοι πολίτες μπορούν να μετακινούνται με τον κωδικό SMS 6 (πεζοί ή με ποδήλατο). Μόνο για τα σαββατοκύριακα επιτρέπεται η μετακίνηση και με αυτοκίνητο (εντός μιας περιφερειακής ενότητας ή εξαιρετικά στην περίπτωση της Αττικής εντός των ορίων της Περιφέρειας).**

**Οι αθλητές σωματείων μπορούν να μετακινούνται εντός μιας περιφερειακής ενότητας (ή εξαιρετικά στην περίπτωση της Αττικής εντός των ορίων της Περιφέρειας), από την κατοικία τους στον χώρο άθλησης. Πρέπει υποχρεωτικά για τον σκοπό αυτό να φέρουν:**

1. Βεβαίωση του σωματείου τους που θα αναγράφει:

- α. ονοματεπώνυμο αθλητή,
- β. άθλημα
- γ. αριθμό δελτίου αθλητή από την αντίστοιχη ομοσπονδία
- δ. μέρες και ώρες προπόνησης (μία προπόνηση την ημέρα)
- ε. τόπο κατοικίας του αθλητή
- στ. τόπο προπόνησης

2. Φωτοτυπία δελτίου αθλητή από την αντίστοιχη ομοσπονδία

**Για την πρόσβαση στις ανοικτές αθλητικές εγκαταστάσεις της παρούσας παραγράφου (1) δεν απαιτείται η διενέργεια προληπτικού ελέγχου COVID-19 με τεστ.**

**Για τις προπονήσεις των υποψηφίων ΤΕΦΑΑ και Στρατιωτικών Σχολών επιτρέπεται η κατ' εξαίρεση χρήση σφαιρών ρίψεως, στα πλαίσια προετοιμασίας τους, εφόσον αυτές απολυμαίνονται πριν και μετά τη χρήση. Επιτρέπεται επίσης η χρήση σκάμματος κατά την**

## προπόνησή τους.

2) Λειτουργία των αθλητικών εγκαταστάσεων για προπονήσεις ή/και αγώνες, χωρίς την παρουσία θεατών, των ομάδων που μετέχουν:

- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου της Α' εθνικής κατηγορίας ανδρών (SuperLeague),
- στο πρωτάθλημα καλαθοσφαίρισης Α' εθνικής ανδρών (Basket League),
- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου της Β' εθνικής κατηγορίας ανδρών (SuperLeague 2),
- στο πρωτάθλημα καλαθοσφαίρισης Α' εθνικής γυναικών
- στο πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης Α' εθνικής ανδρών
- στο πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης Α' εθνικής γυναικών
- στο πρωτάθλημα χειροσφαίρισης Α' εθνικής ανδρών
- στο πρωτάθλημα χειροσφαίρισης Α' εθνικής γυναικών
- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου της Football League
- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου Α' εθνικής γυναικών
- στο πρωτάθλημα καλαθοσφαίρισης Α2 εθνικής ανδρών
- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου σάλας Α' εθνικής ανδρών
- στο πρωτάθλημα ποδοσφαίρου Γ' εθνικής ανδρών
- στις ευρωπαϊκές διοργανώσεις, σύμφωνα με τα ειδικά πρωτόκολλα των οικείων διεθνών ομοσπονδιών.
- εθνικών ομάδων, ανδρών ή γυναικών, αθλημάτων που έχουν αγωνιστικές υποχρεώσεις στο συγκεκριμένο διάστημα.

Σε κάθε περίπτωση, η εφαρμογή της παρούσας παραγράφου είναι δυνατή **μόνο εφόσον οι ομάδες/αθλητές ακολουθούν υγειονομικό πρωτόκολλο που περιλαμβάνει υποχρεωτικό, εβδομαδιαίο προληπτικό έλεγχο των αθλητών για COVID-19 με τεστ αντιγόνου, από διαπιστευμένα εργαστήρια ή τον ΕΟΔΥ.\***

Μετά από πρόσφατη σύσταση της Επιτροπής Εμπειρογνομόνων του Υπουργείου Υγείας διευκρινίζεται ότι στην αγωνιστική περίοδο το εβδομαδιαίο τεστ αντιγόνου για COVID-19 συστήνεται να διενεργείται **24-48 ώρες πριν από ΚΑΘΕ αγώνα**. Ο έλεγχος πριν από τους αγώνες μπορεί να είναι **μοριακός (RT-PCR) 24-48 ώρες πριν τον αγώνα ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα**.

Για τους συντελεστές των αγώνων και τις ομάδες που πρέπει να μετακινηθούν εκτός περιφερειακής ενότητας, βεβαιώσεις μετακίνησης για τις ομάδες και τους συντελεστές αγώνα εκδίδει η οικεία Ομοσπονδία ή Διοργανώτρια Αρχή.

3) Χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων από όσους αναφέρονται σε ονομαστικές καταστάσεις

που εκδίδει η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, κατόπιν εισήγησης της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής και της Ελληνικής Παραολυμπιακής Επιτροπής, για την κάλυψη των αναγκών προετοιμασίας των εθνικών ομάδων για τους Ολυμπιακούς και Παραολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο το 2021. Η χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων από τους παραπάνω αθλητές γίνεται κατά προτεραιότητα σε αθλητικές εγκαταστάσεις που χρησιμοποιούνται από αθλούμενους ή άλλους αθλητές και ισχύουν περιορισμοί χωρητικότητας.

**Σε μέλη της Προολυμπιακής ομάδας συστήνεται η διενέργεια εβδομαδιαίου ελέγχου με test αντιγόνου για COVID-19, ειδικά αν προπονούνται σε κλειστές αθλητικές εγκαταστάσεις.\***

**4)** Χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων από όσους αναφέρονται σε ονομαστικές καταστάσεις των ομοσπονδιών κατόπιν έγκρισης της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, για την κάλυψη των αναγκών προετοιμασίας **των εθνικών ομάδων ανδρών-γυναικών** για τις διεθνείς διοργανώσεις. Η χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων από τους παραπάνω αθλητές γίνεται κατά προτεραιότητα σε αθλητικές εγκαταστάσεις που χρησιμοποιούνται από αθλούμενους ή άλλους αθλητές και ισχύουν περιορισμοί χωρητικότητας.

Σε κάθε περίπτωση, η εφαρμογή της παρούσας είναι δυνατή **μόνο εφόσον οι εθνικές ομάδες ακολουθούν υγειονομικό πρωτόκολλο που περιλαμβάνει υποχρεωτικό, εβδομαδιαίο προληπτικό έλεγχο των αθλητών για COVID-19 με τεστ αντιγόνου, από διαπιστευμένα εργαστήρια ή τον ΕΟΔΥ.\***

**5)** Η χρήση των κολυμβητηρίων (ανοικτών και κλειστών) γίνεται με τους περιορισμούς χωρητικότητας που φαίνονται στον Πίνακα 1 και συστήνεται η ακόλουθη σειρά προτεραιότητας:

α) αθλητές προολυμπιακής προετοιμασίας και εθνικών ομάδων.

β) αθλητές των αγωνιστικών και προαγωνιστικών τμημάτων των σωματείων που συμμετέχουν σε πρωταθλήματα κατηγοριών, καθώς και υποψήφιοι ΤΕΦΑΑ και Στρατιωτικών Σχολών.

γ) αθλητές αγωνιστικών τμημάτων σωματείων Master και αθλούμενοι πολίτες.

Προϋπόθεση χρήσης των κολυμβητηρίων **από αθλητές, είναι η διενέργεια τεστ αντιγόνου για COVID-19, από διαπιστευμένα εργαστήρια ή τον ΕΟΔΥ.**

Προϋπόθεση χρήσης των κολυμβητηρίων **από αθλούμενους πολίτες, είναι η διενέργεια εβδομαδιαίου τεστ για COVID-19 (self test ή rapid test ή PCR).** Κατ' εξαίρεση για τους **αθλούμενους** δεν απαιτείται η διενέργεια ελέγχου για COVID-19 για όσους έχουν **πιστοποιητικό εμβολιασμού** και έχουν περάσει 14 ημέρες από την ολοκλήρωση του εμβολιασμού.

Προϋπόθεση χρήσης των κολυμβητηρίων **από υποψηφίους σχολών, είναι η διενέργεια εβδομαδιαίου self τεστ για COVID-19.**

Συστήνεται οι ώρες για τους αθλούμενους πολίτες να μην συμπίπτουν με τις ώρες προπόνησης των αθλητών αγωνιστικών ομάδων.

Τα αποδυτήρια θα είναι κλειστά και οι αθλητές/αθλούμενοι θα αλλάζουν με αποστάσεις τουλάχιστον 2μ κατά προτίμηση σε στεγασμένο χώρο, με καρέκλες οι οποίες θα καθαρίζονται τακτικά με βάση τις οδηγίες του ΕΟΔΥ (<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>).

Στην περίπτωση της θεραπευτικής κολύμβησης από ΑμεΑ μπορεί να γίνεται και χρήση αποδυτηρίων, ενώ τα ΑμεΑ εξαιρούνται από την διενέργεια προληπτικού ελέγχου.

Συστήνεται, στην αρχή, λόγω των περιορισμών χωρητικότητας η διάρκεια προπόνησης να μην ξεπερνάει τα 75' και να υπάρχουν 15' μεταξύ των προγραμματισμένων προπονήσεων ώστε να μην συναντιούνται τα προπονητικά γκρουπ.

Συστήνεται επίσης, τα γκρουπ των αθλητών σε κάθε διαδρομή να είναι σταθερά και να μην εναλλάσσονται.

#### Τα σωματεία θα πρέπει:

- A) Να ορίσουν έναν υπεύθυνο COVID-19 και να τον γνωστοποιήσουν στην Ομοσπονδία με στοιχεία επικοινωνίας.
- B) Να προσκομίζουν την κατάσταση των αθλητών τους στο κολυμβητήριο με τα ωράρια προπόνησης.
- Γ) Να προσκομίζουν μια φορά την εβδομάδα στο κολυμβητήριο τα αποτελέσματα των τεστ COVID-19 για τους αθλητές που συμμετέχουν στις προπονήσεις.
- Δ) Να αποστέλλουν στην Ομοσπονδία τα συγκεντρωτικά αποτελέσματα των τεστ COVID-19 των αγωνιστικών τους τμημάτων.
- Ε) Σε περίπτωση κρούσματος να ενημερώνουν άμεσα την αθλητική εγκατάσταση και τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού στο [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr)

Κάθε εβδομάδα η Ομοσπονδία θα αποστέλλει στην Γενική Γραμματεία Αθλητισμού στη διεύθυνση [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr) το σύνολο των εβδομαδιαίων τεστ όλων των σωματείων με τη μορφή: Αριθμός τεστ, Αριθμός κρουσμάτων.

#### Οι υποψήφιοι ΤΕΦΑΑ και Στρατιωτικών Σχολών θα πρέπει:

- A) να προσκομίζουν στην εγκατάσταση αντίγραφο της Αίτησης - Δήλωσης για τη συμμετοχή στις Πανελλαδικές Εξετάσεις του 2021.
- B) να προσκομίζουν στην εγκατάσταση μια φορά την εβδομάδα αρνητικό αποτέλεσμα self τεστ για COVID-19

#### Οι αθλούμενοι πολίτες θα πρέπει:

- A) Να προσκομίζουν στην εγκατάσταση μια φορά την εβδομάδα αρνητικό αποτέλεσμα test COVID-19 (self test, rapid test ή PCR) ή πιστοποιητικό εμβολιασμού που πιστοποιεί ότι έχει ολοκληρωθεί ο εμβολιασμός τουλάχιστον 14 ημέρες πριν.

6) Η χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων για προπονήσεις αθλητών των κατηγοριών ατομικών και ομαδικών αθλημάτων που έχουν διοργανώσεις κατά την περίοδο Μαΐου – Σεπτεμβρίου 2021, συμπεριλαμβανομένων των ηλικιακών κατηγοριών (παιδων-κορασίδων, εφήβων-νεανίδων, νέων-νέων γυναικών) που έχουν μοριοδοτούμενα για τα ΑΕΙ πρωταθλήματα και που έως τώρα δεν επιτρεπόταν η χρήση τους.

Συστήνεται, στην αρχή, λόγω των περιορισμών χωρητικότητας η διάρκεια προπόνησης να μην ξεπερνάει τα 75' και να υπάρχουν 15' μεταξύ των προγραμματισμένων προπονήσεων ώστε να μην συναντιούνται τα προπονητικά γκρουπ.

Συστήνεται τα ομαδικά αθλήματα κλειστού χώρου να ξεκινήσουν τις πρώτες δύο εβδομάδες (10-23/05/2021) με ατομικές προπονήσεις χωρίς ομαδικό παιχνίδι και τα μαχητικά αθλήματα τις δύο πρώτες εβδομάδες (10-23/05/2021) να μην κάνουν προπονήσεις με επαφές.

Συστήνεται όπου είναι δυνατόν οι προπονήσεις να γίνονται σε εξωτερικούς χώρους.

Στις κλειστές αθλητικές εγκαταστάσεις πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του Υπουργείου Υγείας για εξαερισμό και κλιματισμό: <https://gga.gov.gr/images/iogeneis-loimokseis.pdf>

**Οι μέγιστες χωρητικότητες των αθλητικών εγκαταστάσεων καθορίζονται στον Πίνακα 1.**

**Το πρόγραμμα ελέγχων των αθλητών για COVID-19 καθορίζεται στον Πίνακα 2.** Ανάλογα με το επίπεδο επικινδυνότητας (χαμηλό- χαμηλό/μεσαίο-μεσαίο-υψηλό) του αθλήματος καθορίζεται ο βαθμός ελέγχου με τεστ αντιγόνου COVID-19 (το 25%-50%-100% των αθλητών του σωματείου ανά εβδομάδα).

**Ειδικά για την πρώτη εβδομάδα εφαρμογής του προγράμματος (10-15/5) όλοι οι αθλητές αθλημάτων χαμηλού-μεσαίου, μεσαίου και υψηλού ρίσκου θα πραγματοποιήσουν το εβδομαδιαίο τεστ COVID-19 (rapid test ή PCR) και από την επόμενη εβδομάδα θα ακολουθούν τα προβλεπόμενα ποσοστά ανάλογα με το επίπεδο επικινδυνότητας του αθλήματος που φαίνονται στην 4η στήλη.**

Τα σωματεία θα πρέπει:

- A) Να ορίσουν έναν υπεύθυνο COVID-19 και να τον γνωστοποιήσουν στην αντίστοιχη Ομοσπονδία με στοιχεία επικοινωνίας.
- B) Να προσκομίζουν την κατάσταση των αθλητών τους στην αθλητική εγκατάσταση με τα ωράρια προπόνησης.
- Γ) Να προσκομίζουν μια φορά την εβδομάδα στην αθλητική εγκατάσταση τα αποτελέσματα των τεστ COVID-19 για τους αθλητές που συμμετέχουν στις προπονήσεις.
- Δ) Να αποστέλλουν στην αντίστοιχη Ομοσπονδία σε εβδομαδιαία βάση, τα συγκεντρωτικά αποτελέσματα των τεστ COVID-19 των αγωνιστικών τους τμημάτων με τη μορφή:

|                               |
|-------------------------------|
| Ημερομηνία:                   |
| Όνομα σωματείου:              |
| Υπεύθυνος COVID:              |
| Άθλημα:                       |
| Κατηγορίες:                   |
| Αριθμός ελέγχων εβδομάδας:    |
| Αριθμός κρουσμάτων εβδομάδας: |

Ε) Σε περίπτωση κρούσματος να ενημερώνουν άμεσα την αθλητική εγκατάσταση και τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού στο [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr)

Κάθε εβδομάδα η Ομοσπονδία θα αποστέλλει στην Γενική Γραμματεία Αθλητισμού στη διεύθυνση [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr) το σύνολο των εβδομαδιαίων τεστ όλων των σωματείων με τη μορφή:

|                               |
|-------------------------------|
| Ημερομηνία:                   |
| Ομοσπονδία:                   |
| Αριθμός ελέγχων εβδομάδας:    |
| Αριθμός κρουσμάτων εβδομάδας: |

**7)** Λειτουργία αθλητικών εγκαταστάσεων για τη διεξαγωγή αγώνων που αποτελούν κριτήριο πρόκρισης ή στελέχωσης εθνικών ομάδων όλων των κατηγοριών σε επικείμενες διεθνείς διοργανώσεις (όπως π.χ. Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα, προολυμπιακά τουρνουά), χωρίς τη παρουσία θεατών. Στους αγώνες αυτούς μπορούν να συμμετέχουν αθλητές στους οποίους έχει ήδη επιτραπεί η προπόνηση με προηγούμενες ΚΥΑ. Για τη διεξαγωγή αυτών των αγώνων είναι υποχρεωτική η έγκριση σχετικού αιτήματος από την ΓΓΑ και η έγκριση του επικαιροποιημένου αγωνιστικού πρωτοκόλλου που καταθέτει η Ομοσπονδία από την Υγειονομική Επισημονική Επιτροπή της ΓΓΑ.

Μετά από πρόσφατη σύσταση της Επιτροπής Εμπειρογνομόνων του Υπουργείου Υγείας διευκρινίζεται ότι στην αγωνιστική περίοδο το εβδομαδιαίο τεστ αντιγόνου για COVID-19 συστήνεται να διενεργείται **24-48 ώρες πριν από ΚΑΘΕ αγώνα**. Ο έλεγχος πριν από τους αγώνες μπορεί να είναι **μοριακός (RT-PCR) 24-48 ώρες πριν τον αγώνα ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα**. Για τους συντελεστές των αγώνων και τις ομάδες που πρέπει να μετακινηθούν εκτός περιφερειακής ενότητας, βεβαιώσεις μετακίνησης για τις ομάδες και τους συντελεστές αγώνα εκδίδει η οικεία Ομοσπονδία ή Διοργανώτρια Αρχή.

**8)** Των αθλημάτων που διεξάγονται στο ύπαιθρο ή σε ελεύθερους χώρους, και εκτός οργανωμένων αθλητικών εγκαταστάσεων, όπως: **ορειβασία, αναρρίχηση βράχου, πεζοπορία, ορεινή ποδηλασία, ποδηλασία δρόμου, ορειβατικό σκι, βάδην, δρόμος αποστάσεων κτλ.**, με βάση τις ακόλουθες προϋποθέσεις :

- Τα προπονητικά γκρουπ να μην υπερβαίνουν τα 7 άτομα, τηρώντας αποστάσεις τουλάχιστον 2 μέτρων μεταξύ των αθλητών/αθλούμενων.
- Η παρουσία προπονητή δεν είναι υποχρεωτική αλλά εφόσον παρίσταται μπορεί να προπονήει έως 6 αθλητές/αθλούμενους.
- Οι μετακινήσεις των αθλητών/αθλούμενων προς και από τον χώρο προπόνησης να πραγματοποιούνται βάσει όσων προβλέπονται από τον ΕΟΔΥ για τις μεταφορές.
- **Οι αθλούμενοι πολίτες μπορούν να μετακινούνται με τον κωδικό SMS 6 (πεζοί ή με ποδήλατο). Μόνο για τα σαββατοκύριακα επιτρέπεται η μετακίνηση και με αυτοκίνητο (εντός μιας περιφερειακής ενότητας ή εξαιρετικά στην περίπτωση της Αττικής εντός των ορίων της Περιφέρειας).**

- **Οι αθλητές σωματείων μπορούν να μετακινούνται εντός μιας περιφερειακής ενότητας (ή εξαιρετικά στην περίπτωση της Αττικής εντός των ορίων της Περιφέρειας), από την κατοικία τους στον χώρο άθλησης. Πρέπει υποχρεωτικά για τον σκοπό αυτό να φέρουν:**
  1. Βεβαίωση του σωματείου τους που θα αναγράφει:
    - α. ονοματεπώνυμο αθλητή,
    - β. άθλημα
    - γ. αριθμό δελτίου αθλητή από την αντίστοιχη ομοσπονδία
    - δ. μέρες και ώρες προπόνησης (μία προπόνηση την ημέρα)
    - ε. τόπο κατοικίας του αθλητή
    - στ. τόπο προπόνησης
  2. Φωτοτυπία δελτίου αθλητή από την αντίστοιχη ομοσπονδία

**9) Λειτουργία και χρήση ανοικτών εγκαταστάσεων πετοσφαίρισης σε άμμο για προπονήσεις από αθλητές και αθλούμενους, με τις εξής προϋποθέσεις:**

- α) έως 4 άτομα ανά γήπεδο
- β) οι αθλητές/αθλούμενοι προσκομίζουν στην εγκατάσταση αρνητικό τεστ αντιγόνου για COVID-19, από διαπιστευμένα εργαστήρια ή τον ΕΟΔΥ με βάση τον Πίνακα 2.

Για τις μετακινήσεις προς και από τις εγκαταστάσεις πετοσφαίρισης σε άμμο, ισχύει ό,τι προβλέπεται και στην **παράγραφο 1**.

## **ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ**

**Η δυνατότητα χρήσης των self test και στον αθλητισμό καθώς και ο τρόπος διεξαγωγής τους θα οριστικοποιηθεί μετά από διαβούλευση με την επιτροπή εμπειρογνομόνων και πιθανώς έως τις 15/05/2021.**

Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική. Εξαιρούνται από τη χρήση μάσκας οι αθλητές/αθλούμενοι κατά τη διάρκεια της άσκησης. Στα πνευματικά αθλήματα (σκάκι, μπριτζ) η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική και κατά τη διάρκεια προπονήσεων.

Σε κλειστούς χώρους ή σε μεταφορικά μέσα συστήνεται η χρήση διπλής μάσκας. Για τις προπονήσεις ισχύουν οι οδηγίες και τα υγειονομικά πρωτόκολλα που είναι αναρτημένα στην ιστοσελίδα <https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>

Για την πρόληψη της διασποράς και την όσο το δυνατόν πιο έγκαιρη ανίχνευση συρροών επιβεβαιωμένων κρουσμάτων λοίμωξης COVID-19 στις αθλητικές ομάδες, η διαδικασία των ελέγχων και η διαχείριση κρούσματος στον αθλητισμό γίνεται με βάση τις επικαιροποιημένες **από 12/03/2021** οδηγίες: [https://gga.gov.gr/images/Updated\\_testing\\_and\\_positive\\_case\\_procedures\\_v2.pdf](https://gga.gov.gr/images/Updated_testing_and_positive_case_procedures_v2.pdf)

Τα περιοριστικά μέτρα θα επανεκτιμώνται και οι οδηγίες ασφαλούς άθλησης θα επικαιροποιούνται ανάλογα με τη γενικότερη επιδημιολογική εικόνα της χώρας. Στο πλαίσιο της διαδικασίας επανέναρξης του αθλητισμού, κρίνεται σκόπιμο στην παρούσα φάση από την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της Γ.Γ.Α. να υποβληθούν άμεσα επικαιροποιημένα προπονητικά και αγωνιστικά πρωτόκολλα από τις ομοσπονδίες που δεν έχουν μεριμνήσει για την ανανέωσή τους, περιλαμβάνοντας μεταξύ άλλων τις νεότερες οδηγίες της Γ.Γ.Α. και προκειμένου να εγκριθούν. Η



υποχρέωση αυτή ισχύει και για τα αθλήματα που δεν έχουν ξεκινήσει προπονήσεις ή αγώνες, καθώς ενδέχεται να ξεκινήσουν το επόμενο διάστημα.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Οι σύλλογοι και οι Ομοσπονδίες/Διοργανώτριες Αρχές των οποίων οι αθλητές υπόκεινται σε έλεγχο COVID-19 έχουν την υποχρέωση να διατηρούν στο αρχείο τους τις βεβαιώσεις των διαγνωστικών εργαστηρίων για τα τεστ αντιγόνου για COVID-19 που έχουν διενεργηθεί, για **τουλάχιστον τέσσερις (4) μήνες**, καθώς ενδέχεται να ζητηθεί η προσκόμισή τους στο πλαίσιο δειγματοληπτικών ελέγχων της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της Γ.Γ.Α. σε συνεργασία με τον ΕΟΔΥ.

*\*Από την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή συστήνεται, όταν υπάρχει η δυνατότητα, να διενεργείται μοριακό τεστ (PCR test) αντιγόνου COVID-19, καθώς έχει μεγαλύτερη ευαισθησία σε σχέση με το τεστ αντιγόνου ταχείας ανίχνευσης (rapid test).*

Πίνακας 1: Μέγιστη χωρητικότητα αθλητικών εγκαταστάσεων

| <b>ΓΗΠΕΔΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ</b>  |  |
|--|--|
| Γήπεδο για 11 X 11   | 50 άτομα κατ' ανώτατο όριο (εντός του γηπέδου και των ζωνών ασφαλείας)   |
| Γήπεδο για 7 X 7   | 30 άτομα κατ' ανώτατο όριο (εντός του γηπέδου και των ζωνών ασφαλείας)   |
| Γήπεδο για 5 X 5   | 20 άτομα κατ' ανώτατο όριο (εντός του γηπέδου και των ζωνών ασφαλείας)   |
| <b>ΛΟΙΠΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ</b>                                      |  |
| Στάδια στίβου  | 120 άτομα κατ' ανώτατο όριο (εντός του σταδίου)  |
| Ανοικτά γήπεδα καλαθοσφαίρισης/<br>πετοσφαίρισης/ χειροσφαίρισης | 20 άτομα κατ' ανώτατο όριο (εντός του γηπέδου και του περιβάλλοντος χώρου)   |
| Λοιπές ανοικτές αθλητικές εγκαταστάσεις                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 άτομο ανά 20 τ.μ. για τα πρώτα 600 τ.μ. και</li> <li>• 1 άτομο ανά 25 τ.μ. για τα άνω των 600 τ.μ.</li> </ul> |
| Κλειστά γήπεδα και γυμναστήρια                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 άτομο ανά 25 τ.μ. για τα πρώτα 400 τ.μ. και</li> <li>• 1 άτομο ανά 30 τ.μ. για τα άνω των 400 τ.μ.</li> </ul> |
| Γυμναστήρια με όργανα  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 άτομο ανά 15 τ.μ. για στατικές ασκήσεις</li> <li>• 1 άτομο ανά 20 τ.μ. για κινητικές ασκήσεις</li> </ul>      |
| <b>ΑΝΟΙΚΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΑ</b>                                      |  |
| Διαστάσεις πισίνας 50 X 25                                       | Έως 8 άτομα ανά διαδρομή ή 80 άτομα συνολικά   |
| Διαστάσεις πισίνας 50 X 20                                       | Έως 8 άτομα ανά διαδρομή ή 64 άτομα συνολικά   |
| Διαστάσεις πισίνας 33 X 25 ή 33 X 21                             | Έως 5 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 25μ.<br>Έως 6 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 33μ.<br>ή 60 άτομα συνολικά (χωρίς διαδρομές)                |
| Διαστάσεις πισίνας 25 X 15 ή 25 X 12                             | Έως 5 άτομα ανά διαδρομή ή 30 άτομα συνολικά   |
| Μικρότερες διαστάσεις  | 1 άτομο ανά 10 τ.μ. επιφάνειας νερού*  |
| <b>ΚΛΕΙΣΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΑ</b>                                      |  |
| Διαστάσεις πισίνας 50 X 25                                       | Έως 6 άτομα ανά διαδρομή ή 60 άτομα συνολικά   |
| Διαστάσεις πισίνας 50 X 20                                       | Έως 6 άτομα ανά διαδρομή ή 48 άτομα συνολικά   |
| Διαστάσεις πισίνας 33 X 25 ή 33 X 21                             | Έως 4 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 25μ.<br>Έως 5 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 33μ.<br>ή 50 άτομα συνολικά (χωρίς διαδρομές)                |
| Διαστάσεις πισίνας 25 X 15 ή 25 X 12                             | Έως 4 άτομα ανά διαδρομή ή 40 άτομα συνολικά   |
| Μικρότερες διαστάσεις  | 1 άτομο ανά 12 τ.μ. επιφάνειας νερού*  |

\*Στις πισίνες εκμάθησης, γονιός και νήπιο θεωρούνται ως ένα άτομο

Σημειώνεται ότι στις ανωτέρω εγκαταστάσεις η τήρηση καταλόγου εισερχομένων-εξερχομένων είναι υποχρεωτική:  
[Κατάλογος εισερχομένων-εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση \(από 06/04/2021\)](#)

Πίνακας 2: Επίπεδο επικινδυνότητας και πρόγραμμα ελέγχων ανά άθλημα

| Αθλημα                         | Επίπεδο επικινδυνότητας | Συνθήκες άθλησης   | Συνθήκες παρακολούθησης για COVID-19  |  |  |
|--------------------------------|-------------------------|--|---|--|--|
| <b>Ανοικτού χώρου/ατομικά</b>  |                         |  |   |  |  |
| Στίβος                         | Χαμηλό                  | Προπόνηση: με βάση τους περιορισμούς χωρητικότητας εγκαταστάσεων, εφαρμογή υγειονομικών πρωτοκόλλων ανά άθλημα. Αγώνες: από 15/5 | Προπόνηση: Ενεργητική επιτήρηση. Εβδομαδιαίο rapid test για πολυμελή -ανώ των 3- πληρώματα (κωπηλασία, ιστιοπλοία). Αγώνες: Rapid test 24h ή PCR 48h για όλους  |  |  |
| Ποδηλασία                      | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Κανόε Καγιάκ                   | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Τένις                          | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Γκολφ                          | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Ιπτασία                        | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Σκοποβολή                      | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Τοξοβολία                      | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Ιστιοπλοία                     | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Χειμερινά αθλήματα             | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Θαλάσσιο σκι                   | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Ορειβασία/Αναρρίχηση           | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Μηχανοκίνητος/Αεραθλητισμός    | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Υποβρύχια δραστηριότητα/αλιεία | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Κωπηλασία                      | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| <b>Πνευματικά</b>              |                         |  |   |  |  |
| Μπιριτζ                        | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| Σκάκι                          | Χαμηλό                  |  |   |  |  |
| <b>Σάλα</b>                    |                         |  |   |  |  |
| Γυμναστική                     | Χαμηλό-Μεσαίο           | Προπόνηση: με βάση τους περιορισμούς χωρητικότητας εγκαταστάσεων, εφαρμογή υγειονομικών πρωτοκόλλων ανά άθλημα. Αγώνες: από 15/5 | Προπόνηση: rapid test στο 25% κάθε εβδομάδα. Αγώνες: Rapid test 24h ή PCR 48h για όλους   |  |  |
| Παγοδρομίες/πατινάζ            | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| Αντιπτέρση                     | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| Άρση βαρών                     | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| Ξιφασκία                       | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| Πινγκ-πονγκ                    | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| <b>Κολυμβητήριο</b>            |                         |  |   |  |  |
| Κολύμβηση                      | Χαμηλό-Μεσαίο           | Προπόνηση: με βάση τους περιορισμούς χωρητικότητας εγκαταστάσεων, εφαρμογή υγειονομικών πρωτοκόλλων ανά άθλημα. Αγώνες: από 1/6  | Προπόνηση: rapid test στο 50% κάθε εβδομάδα. Αγώνες: Rapid test 24h ή PCR 48h για όλους   |  |  |
| Τεχνική κολύμβηση              | Χαμηλό-Μεσαίο           |  |   |  |  |
| Πόλο                           | Μεσαίο                  |  |   |  |  |
| Καλλιτεχνική κολύμβηση         | Μεσαίο                  | Προπόνηση: με βάση τους περιορισμούς χωρητικότητας εγκαταστάσεων, εφαρμογή υγειονομικών πρωτοκόλλων ανά άθλημα. Αγώνες: από 7/6  | Προπόνηση: rapid test σε όλους μια φορά την εβδομάδα αν οι προπονήσεις γίνονται σε κλειστο χώρο. rapid test στο 50% κάθε εβδομάδα, αν οι προπονήσεις γίνονται σε ανοικτό χώρο. Αγώνες: Rapid test 24h ή PCR 48h για όλους |  |  |
| <b>Ομαδικά/ανοικτού χώρου</b>  |                         |  |   |  |  |
| Ποδόσφαιρο                     | Μεσαίο                  |  |   |  |  |
| Κρίκετ/Χόκεϊ επί χόρτου        | Μεσαίο                  |  |   |  |  |
| Beach Volley                   | Μεσαίο                  |  |   |  |  |
| Beach Handball                 | Μεσαίο                  |  |   |  |  |
| Ράγκμπυ                        | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| <b>Ομαδικά/κλειστού χώρου</b>  |                         |  |   |  |  |
| Μπάσκετ                        | Υψηλό                   | Προπόνηση: με βάση τους περιορισμούς χωρητικότητας εγκαταστάσεων, εφαρμογή υγειονομικών πρωτοκόλλων ανά άθλημα. Αγώνες: από 7/6  | Προπόνηση: rapid test σε όλους μια φορά την εβδομάδα αν οι προπονήσεις γίνονται σε κλειστο χώρο. rapid test στο 50% κάθε εβδομάδα, αν οι προπονήσεις γίνονται σε ανοικτό χώρο. Αγώνες: Rapid test 24h ή PCR 48h για όλους |  |  |
| Βόλλευ                         | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Χάντμπολ                       | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Ποδόσφαιρο σάλας               | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Χόκεϊ επί πάγου                | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Τσιρλίντινγκ                   | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| <b>Μαχητικά</b>                |                         |  |   |  |  |
| Τάε Κβο Ντο                    | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Πυγμαχία                       | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Τζούντο                        | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Καράτε                         | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Γου Σου Κουνγκ Φου             | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Σαμπο, Κουρα, Τσιδαόμπα        | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Παγκράτιο                      | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Ζίου Ζίτσου                    | Υψηλό                   |  |   |  |  |
| Κικ Μπόξινγκ                   | Υψηλό                   |  |   |  |  |

\* Ειδικά για την πρώτη εβδομάδα εφαρμογής του προγράμματος (10-16/5), θα γίνει ο εβδομαδιαίος έλεγχος με rapid test ή PCR σε όλους τους αθλητές και η εφαρμογή των ποσοστών του προγράμματος ελέγχων ανάλογα με το επίπεδο επικινδυνότητας (4<sup>η</sup> στήλη) θα ακολουθηθεί από 17/5