



**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 30/01/2021 με βάση την ΚΥΑ που εκδόθηκε στις 29/01/2021 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 το **Σάββατο, 30 Ιανουαρίου 2021 και ώρα 6:00 έως και τη Δευτέρα, 8 Φεβρουαρίου 2021 και ώρα 6:00**».

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

**Σε περιοχές που είναι σε Επίπεδο Επιτήρησης (κίτρινο)**

- 1) Λειτουργία ανοικτών αθλητικών εγκαταστάσεων, χωρίς χρήση αποδυτηρίων, αποκλειστικά και μόνο σε ομάδες **έως τριών (3) ατόμων**, συμπεριλαμβανομένου του προπονητή 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, 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 κυματολίσθηση με σανίδα (SURF))
- θαλάσσιο σκι
- ποδηλασία
- γκολφ
- ιππασία (1 ζεύγος ιππεία/ίππου ανά 50 τμ)
- μηχανοκίνητος αθλητισμός
- 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.

Μέχρι νεότερης ενημέρωσης από τη Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας, ισχύει η μετακίνηση για ατομική άθληση (SMS με τον κωδικό «6») ώστε να μεταβαίνουν οι αθλούμενοι σε γειτονικές αθλητικές εγκαταστάσεις, εντός του Δήμου κατοικίας τους.

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 προπόνησης του σωματείου τους αρκεί 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

**2)** Λειτουργία των αθλητικών εγκαταστάσεων για προπονήσεις 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), με τους αγώνες να επιτρέπονται από **16/1/2021**
- στο πρωτάθλημα πετοσφαίρισης Α' εθνικής ανδρών (Volley league), με τους αγώνες να επιτρέπονται από **16/1/2021**
- στο πρωτάθλημα πετοσφαίρισης Α' εθνικής γυναικών (Volley league γυναικών), με τους αγώνες να επιτρέπονται από **01/2/2021**
- στις ευρωπαϊκές διοργανώσεις, σύμφωνα με τα ειδικά πρωτόκολλα των οικείων διεθνών ομοσπονδιών.
- εθνικών ομάδων, ανδρών ή γυναικών, ομαδικών αθλημάτων που έχουν αγωνιστικές υποχρεώσεις στο συγκεκριμένο διάστημα.

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

**3)** Λειτουργία των αθλητικών εγκαταστάσεων για προπονήσεις, χωρίς την παρουσία θεατών, των ομάδων που μετέχουν:

- στο πρωτάθλημα της Α' κατηγορίας καλαθοσφαίρισης γυναικών,
- στο πρωτάθλημα της Α' κατηγορίας υδατοσφαίρισης ανδρών-γυναικών,
- στο πρωτάθλημα της Α' κατηγορίας χειροσφαίρισης ανδρών-γυναικών,

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

**4)** 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 COVID19, ειδικά αν προπονούνται σε κλειστές αθλητικές εγκαταστάσεις.**

**5)** 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 ατομικών αθλημάτων** για τις

διεθνείς διοργανώσεις του πρώτου εξαμήνου του 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 κάθε περίπτωση, η εφαρμογή της παρούσας περίπτωσης 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.\***

**6)** Λειτουργία και χρήση των κολυμβητηρίων (ανοικτών/κλειστών) για θεραπευτική άσκηση από άτομα με αναπηρίες, καθώς και από τους συνοδούς τους, εφόσον

- έχει συνταγογραφηθεί η κολύμβηση ως μέθοδος θεραπείας και
- προσκομίζεται πρόσφατη ιατρική βεβαίωση που επιτρέπει τη συγκεκριμένη θεραπευτική μέθοδο κατά την τρέχουσα χρονική περίοδο.

Στην περίπτωση της θεραπευτικής κολύμβησης μπορεί να γίνεται χρήση αποδυτηρίων.

**7)** Για τις προπονήσεις των παραπάνω κατηγοριών τηρούνται οι μέγιστες χωρητικότητες του παρακάτω πίνακα ανά είδος αθλητικής εγκατάστασης:

<b>ΣΤΑΔΙΑ - ΓΗΠΕΔΑ</b>	
Στάδια	80 άτομα κατ' ανώτατο όριο εντός του σταδίου
Γήπεδα ποδοσφαίρου 11x11	50 άτομα κατ' ανώτατο όριο εντός αγωνιστικού 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 επιπλέον 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 επιπλέον των 400 τ.μ.</li></ul>
<b>ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΑ *</b>	
Διαστάσεις πισίνας 50 X 25	Έως 5 άτομα ανά διαδρομή ή 50 άτομα συνολικά
Διαστάσεις πισίνας 50 X 20	Έως 5 άτομα ανά διαδρομή ή 40 άτομα συνολικά
Διαστάσεις πισίνας 33 X 25 ή 33 X 21	Έως 3 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 25μ. Έως 4 άτομα ανά διαδρομή στη διάσταση των 33μ. ή 40 άτομα συνολικά (χωρίς διαδρομές)
Διαστάσεις πισίνας 25 X 15 ή 25 X 12	Έως 3 άτομα ανά διαδρομή ή 18 άτομα συνολικά
Μικρότερες διαστάσεις	1 άτομο ανά 15 τ.μ. επιφάνειας νερού

**\*Τα κολυμβητήρια μπορούν να λειτουργούν μόνο για τις ανάγκες της προετοιμασίας των εθνικών ομάδων, ομάδων υδατοσφαίρισης Α' εθνικής και για θεραπευτική κολύμβηση ΑμεΑ**

Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική. Εξαιρούνται από τη χρήση μάσκας οι αθλητές/αθλούμενοι κατά τη διάρκεια της άσκησης.

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>

**Σε περιοχές που είναι σε Επίπεδο Αυξημένου Κινδύνου (κόκκινο)**

Ισχύουν τα παραπάνω, με τη διαφορά ότι στην Παράγραφο 1 οι αθλητές σωματείων μπορούν να

μετακινούνται **μόνο εντός των ορίων του Δήμου τους.**

*\*Από την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή συστήνεται όταν υπάρχει η δυνατότητα να διενεργείται μοριακό τεστ (PCR test) αντιγόνου covid19, καθώς έχει μεγαλύτερη ευαισθησία σε σχέση με το τεστ ταχείας ανίχνευσης (rapid test).*

**Τα περιοριστικά μέτρα θα επανεκτιμώνται και οι οδηγίες ασφαλούς άθλησης θα επικαιροποιούνται ανάλογα με τη γενικότερη επιδημιολογική εικόνα της χώρας.**

**ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**