

### **REGOLAMENTO PER LE ATTIVITA' IN PALESTRA**

Art. 1. E' vietata l'attività motoria a coloro che non indossano calzature idonee.

Art. 2 La palestra è un ambiente potenzialmente pericoloso per quanto riguarda gli infortuni, quindi sono assolutamente vietate le spinte e gli sgambetti.

Art. 3 E' vietato salire o utilizzare qualsiasi attrezzo se non su richiesta ed in presenza dell'insegnante o dell'istruttore. Al termine delle attività, gli attrezzi dovranno essere rimessi al loro posto.

Art. 4 E' vietato usare in modo improprio, cioè in modo difforme dalle istruzioni ricevute, gli attrezzi ginnici (clavette, corde, bastoni, cerchi ecc.).

Art. 5 In spogliatoio rispettare le regole igieniche. Disporre in modo ordinato abiti e scarpe. Dopo l'uso riporre le scarpe ed eventuali magliette in sacchetti di nylon chiusi.

Art. 6 Durante le partite di squadra con palla occorre osservare le seguenti regole:

- nelle partite di calcetto, basket e pallavolo vi deve essere un solo pallone in gioco;
- chi non gioca deve sistemarsi il più lontano possibile dall'area di gioco
- è vietato colpire il pallone con i piedi quando il gioco non lo preveda.

**Il presente regolamento è stato adottato dal Consiglio d'Istituto Andrea Palladio di Caorle con  
DELIBERE n. 5 e 6 del 21/12/2021**

