



Prevenzione degli infortuni nella scherma

Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

I monitori G+S

- garantiscono, nel quadro delle loro attività, una sorveglianza adeguata al livello di sviluppo dei partecipanti.
- favoriscono nei partecipanti la percezione consapevole del rischio.
- padroneggiano le armi con professionalità e sono coscienti dei rischi impliciti.

Equipaggiamento personale di protezione

I monitori G+S

- hanno cura che la scherma sia praticata con un equipaggiamento completo e indossato correttamente (giacca, pantalone, calze, corazzetta, guanto, maschera e arma).

Misure di prevenzione nell'attività sportiva

I monitori G+S

- prima di ogni allenamento svolgono un riscaldamento muscolare funzionale e completo (articolazioni e muscoli) e mettono in pratica degli esercizi di stabilizzazione per l'articolazione del piede, del ginocchio, dell'anca e delle mani).
- si assicurano che le lame rotte non vengano riutilizzate.
- verificano che il bottone del fioretto sia intatto.
- vigilano a che le armi siano sempre rivolte con la punta verso il basso.
- garantiscono il rispetto delle regole e incoraggiano ad assumere un comportamento eticamente corretto in allenamento e in competizione.
- provvedono ad adeguare l'intensità dell'allenamento e delle competizioni, specialmente al rientro da una pausa d'allenamento (ad es. infortuni, malattia, ecc.).
- dopo una lesione articolare, propongono ai partecipanti di chiarire con un medico la necessità di indossare un'ortesi (per la stabilizzazione).

Particolarità per le competizioni di scherma

I monitori G+S

- non consentono a persone infortunate o ammalate di partecipare a competizioni finché non sono completamente ristabilite.