



MANTENERE UNA DISTANZA
DI ALMENO 2 METRI
(MEGLIO 5 METRI) RISPETTO
AI NOSTRI COMPAGNI

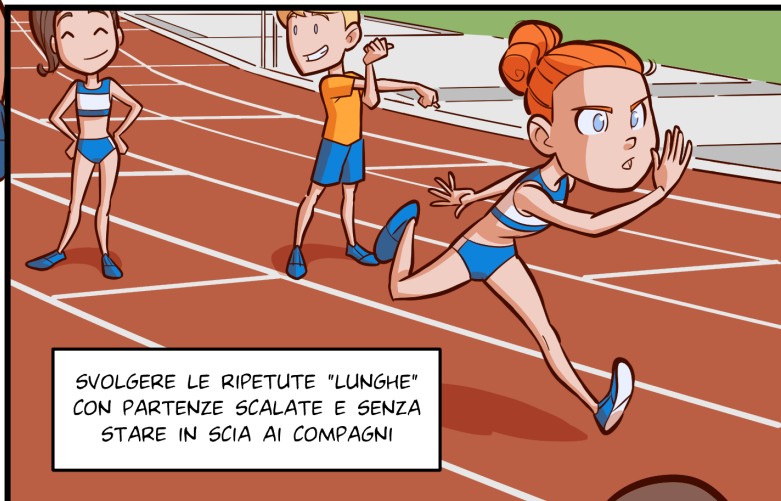
www.svevagerevini.com



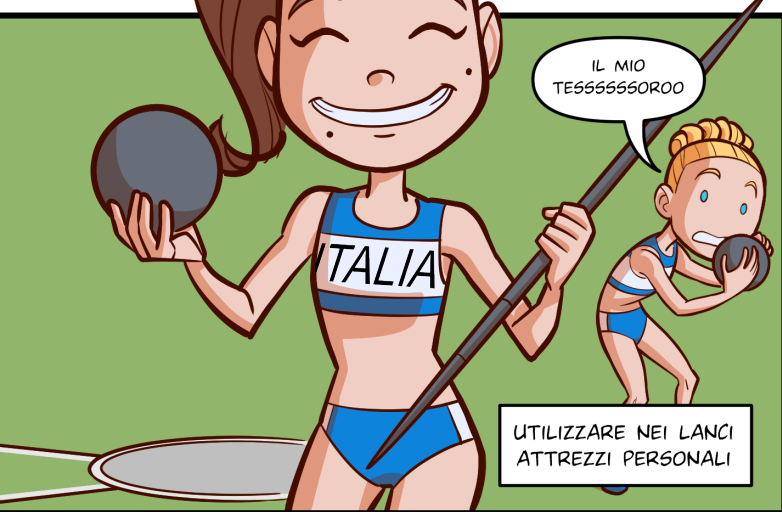
LAVARE SPESSO LE
MANI CON SOLUZIONE
ALCOLICA E NON
PORTARE LE MANI
SU NASO E BOCCA



SVOLGERE LE RIPETUTE
PER VELOCITA' E OSTACOLI
CORRENDO IN CORSIE
ALTERNATE (CORSIE 1, 3, 5)
O CON PARTENZE SCALATE



SVOLGERE LE RIPETUTE "LUNGHE"
CON PARTENZE SCALATE E SENZA
STARE IN SCIA AI COMPAGNI



UTILIZZARE NEI LANCI
ATTREZZI PERSONALI



UTILIZZARE PER LE PARTENZE
BLOCCHI PERSONALI O SEMPRE
IGIENIZZATI PRIMA DELL'USO



RIVOLTARE LA SABBIA
DOPO OGNI SALTO NEL
LUNGO E NEL TRIPLO



RICOPRIRE LA ZONA DI CADUTA
DELL'ALTO E DELL'ASTA CON UN
PROPRIO TELO IN CELLOPHANE O
ALTRO MATERIALE