ИНСТРУКЦИЯ № 34 ЗА ХИГИЕНАТА НА СПОРТНИТЕ ОБЕКТИ И ЕКИПИРОВКА

Издадена от министъра на народното здраве, обн., ДВ, бр. 82 от 24.10.1975 г., в сила от 24.10.1975 г., изм. и доп., бр. 18 от 2.03.1984 г., изм., **бр. 25 от 8.03.2002 г., в сила от 9.09.2003 г.**

Раздел I
Общи положения

Чл. 1. (1) Обект на тази инструкция са местата и съоръженията, където се провеждат спортни състезания и тренировки. В нея някои видове спорт (колоездене на шосе, мотоциклетизъм, парашутизъм, алпинизъм, гребане и др.), предвид особения характер на учебно-тренировъчната и състезателната дейност са по-слабо или почти не са засегнати.
(2) Спортните обекти и съоръжения биват закрити и открити. Те се строят самостоятелно или в състава на спортни комплекси - стадиони и др.

Чл. 2. (1) Предварителният и текущият санитарен контрол над спортните обекти и съоръжения се извършват в съответствие с нормативните актове за държавния санитарен контрол.
(2) Проектирането, строителството и експлоатацията на спортните обекти и съоръжения задължително се съобразява с тази инструкция.

Чл. 3. (1) При проектирането и строителството на населените места задължително се предвиждат терени за строителство на необходимите спортни обекти и съоръжения. Размерите на терените се съобразяват със строителните и хигиенните норми.
(2) Откритите спортни обекти и съоръжения се изграждат на отдалечени от замърсяващи и шумни производствени дейности места, по възможност всред зелени площи. Подпочвените води на терена не трябва да бъдат по-високи от 0,7 м под повърхността. При по-високи подпочвени води това ниво се осигурява чрез технически мероприятия.
(3) Спортните обекти, явяващи се като източници на значителен шум - мотостадиони, стрелбища, хиподруми, големи стадиони и др., се изграждат най-малко на 500 м отстояние от жилищните квартали на населените места.
(4) В близост със спортните обекти се осигуряват необходимите паркинги за превозните средства съобразно строителните норми и правила за изграждането им.

Чл. 4. (1) За нуждите на спортистите и зрителите се осигурява достатъчно количество питейна вода, отговаряща на БДС 2823-67 (ДВ, бр. 21 от 1967 г.), както и вода за поддържане на зелените площи и терените.
(2) Канализацията на обектите се заустява в селищната канализация. При липса на такава канализация се устройват необходимите локални пречиствателни съоръжения.

Чл. 5. Всички спортни обекти и съоръжения задължително трябва да имат:
1. правилник за вътрешния ред, който се съгласува с лекаря по медицински надзор към съответното лечебно-профилактично заведение и се одобрява от организацията, на която принадлежи базата (БСФС, БПС, ДКМС, КМС, БТС), и ХЕИ. Правилникът се поставя на

достъпно място за спортистите, обслужващия персонал и администрацията. Контрол за изпълнението му се провежда от домакина на обекта;
2. осигурено медицинско обслужване по време на тренировки и състезания. За целта:
а) на всички спортни бази и комплекси се организират бази за функционално изследване и възстановяване на спортистите;
б) на футболните стадиони, колодрумите, хиподрумите, мотопистите, закритите спортни зали, пързалките, ски-базите се организира медицински кабинет;
в) на останалите спортни обекти задължително трябва да има място за оказване на първа медицинска помощ;
г) устройството и обзавеждането на медицинските кабинети трябва да отговарят на съответните хигиенни норми и изисквания;
3. съблекални за спортуващите - отделно за мъже и за жени, обзаведени с достатъчно лични шкафчета или закачалки (според броя на максимално занимаващите се едновременно лица);
4. помещения с душове с осигурена топла и студена вода (по 1 душ на 3 - 4 спортуващи - при максимално едновременно натоварване). При наличие на бойлери те следва да се разполагат извън душовите помещения. Душовите помещения се устройват във връзка със съблекалните и при спазване на хигиенните норми и изисквания за подобни обекти;
5. сауни, които се устройват по квадратура и кубатура в зависимост от мощността на нагревателя. Задължително се осигуряват достъп на пресен въздух със специален ръкав под нагревателя и отдушник в противоположния край под седалките. Облицовката на помещенията трябва да е от чамова ламперия с азбестова изолация под нея;
6. чешми или други съоръжения за измиване - на площадките и игрищата за тренировки с малък капацитет и използуваемост;
7. тоалетни - по 1 клетка и 1 писоар за 50 мъже и по 1 клетка за 20 жени. Изграждането им се извършва в съответствие с хигиенните норми и изисквания за обществени тоалетни;
8. помещения за съхраняване и раздаване на спортния инвентар;
9. складове за инвентар и пособия (към обектите, където е необходимо). В залите се поставя инвентарът, необходим за провеждане на непосредствените занимания;
10. технически работилници (устройват се към някои видове спортни обекти - мотостадиони, колодруми и др., и към спортните комплекси). Изграждането им се извършва в съответствие с хигиенните изисквания за подобни обекти;
11. помещения за администрацията и обслужващия персонал;
12. помещения за измиване и съхраняване на средства за почистване;
13. помещения за съхраняване на съдовете за смет.

Чл. 6. За нуждите на зрителите се осигуряват:
1. обществен транспорт за превозването им и спокоен достъп до трибуните чрез осигуряване на достатъчно входове съгласно противопожарните норми и изисквания;
2. номерирано място за сядане на трибуните на спортния обект за всеки посетител. За целта:
а) трибуните се разчитат с площ най-малко по 0,5 м2 на едно зрително място и се разделят на секции. Секциите трябва да имат самостоятелни входове-изходи. При брой на редовете до 14 е целесъобразно броят на местата на отделен ред да е до 50, а при брой на редовете над 14 - до 40 на ред;
б) местата за сядане се устройват с височина 45 см, широчина 40 - 45 см и дълбочина 30 - 35 см;
в) широчината на прохода между редовете е 45 см, а общата широчина на зрителния ред - 75 - 80 см;
г) трибуните трябва да осигуряват добри условия за наблюдаване на цялото състезателно поле;
3. тоалетни и чешми, правилно разпределени към секторите на трибуните, като устройството и капацитетът им се съобразяват със строителните и хигиенните норми и изисквания. Желателно е

тоалетните да се устройват с отделни входове и изходи за осигуряване поточност при използването им от зрителите;
4. бюфети за търговски услуги на зрителите - устроени и обзаведени в съответствие с хигиенните норми и изисквания за подобни обекти;
5. гардероби и места за пушене за зрителите (в закритите спортни зали) съгласно изискванията;
6. съдове за отпадъци (равномерно разположени на подходящи места).

Чл. 7. (1) Закритите спортни съоръжения се отоплявят с централно водно или лъчисто отопление.
(2) Оптималната температура на въздуха за залите за спортуване в закритите обекти е 14 - 16°C при относителна влажност 30 - 60% и движение на въздуха 0,3 - 0,4 м/сек. (За отделните видове спорт и за отделните спортуващи групи тези стойности варират в зависимост от интензивността на натоварването, тренираността, възрастта и др. Преценката им се извършва конкретно от контролните органи.)
(3) Оптималната температура на въздуха в спомагателните помещения е: за гардероби за външни дрехи и вестибюли на зрители - 16°C, съблекални - 20°C, душови помещения - 25°C, умивални - 25°C, лекарски кабинети - 20°C, административно-стопански канцеларии и помещения - 18°C, тоалетни - 16°C, помещения за съхраняване на спортен инвентар - 14°C.
(4) Оптималната температура на въздуха за закрити плувни басейни е с 1 - 2° над тази на водата (24 - 27°C) при движение на въздуха 0,1 - 0,2 м/сек и повишена относителна влажност. Температурата на водата за възрастни се движи между 23 и 26°C, а за децата не бива да е по-ниска от 26°C. В басейните за скокове във вода оптималната температура е 26 - 28°C.

Чл. 8. (1) Спортните състезания и тренировки се провеждат при осигуряване необходимото естествено или изкуствено осветление.
(2) В закритите спортни обекти трябва да се осигури естествено осветление при светлинен коефициент 1 : 4 до 1 : 6, а за спомагателните помещения: гардероби за външни дрехи и вестибюл - 1 : 10, съблекални - 1 : 7 - 1 : 8, душови помещения, умивални, тоалетни, складове за съхраняване на спортен инвентар - 1 : 10, лекарски кабинети и помещения за масажи - 1 : 5 - 1 : 6, административно-стопански помещения - 1 : 7 - 1 : 8.
(3) Изкуственото осветление трябва да е равномерно по цялата повърхност на състезателното поле и да осигурява осветеност при тренировки не по-малко от 100 лукса, при състезания - не по-малко от 200 лукса (за гимнастика, борба, бокс), а за спортни игри - 200 - 250 лукса. Използват се светлинни източници с разсеяна или отразена светлина, защитени при необходимост с мрежи.
(4) В закритите плувни басейни осветлението на повърхността на водата трябва да е не по-малко от 150 лукса. В зоната на скоковете по цялата височина изкуственото осветление трябва да е не по-малко от 100 лукса, а в подготвителната зала - 200 лукса.
(5) При провеждане на състезания на открито вечерно време се осигурява изкуствено осветление: за футболно поле - не по-малко от 100 лукса, писти за бягане - 100 лукса, скокове на височина и овчарски скок - 100 лукса, в секторите за хвърляне - 75 лукса, в останалите лекоатлетически сектори - 50 лукса, пързалка за бягане - 100 лукса, пързалка за фигурно пързаляне - 150 лукса, свободна пързалка - 75 лукса, за спортни игри (волейбол, баскетбол, хандбал) - 150 - 200 лукса, открит плувен басейн - 100 лукса.
(6) При използване на луминесцентно осветление стойностите се увеличават два пъти. Коефициентът на пулсациите при него трябва да бъде не повече от 10%.

Чл. 9. В закритите спортни обекти се осигурява ефективна вентилация, осигуряваща трикратен въздухообмен на помещенията в час и подаване на 80 куб. м чист въздух на спортист и 25 куб. м на зрител.

Раздел II
Закрити спортни обекти

Чл. 10. Закритите спортни зали могат да бъдат комбинирани или тясно специализирани с размери според изискванията на различните видове спорт.

Чл. 11. (1) При комбинираните закрити спортни зали очертанията за отделните видове спорт се извършват с различни цветове.
(2) Броят на едновременно занимаващи се в залите се определя от размерите на игралното поле така, че да бъде осигурено по 4 м2 площ от пода и кубатура не по-малко от 30 куб. м на всеки спортуващ.
(3) Стените на залата трябва да бъдат гладки, без издатини и украшения по тях. Долната им част на височина до 1,75 м се покрива с подходящи материали, позволяващи влажното им почистване.
(4) Подът трябва да бъде равен, без грапавини - дървен или от подходящ синтетичен материал.
(5) Прозорците се разполагат според архитектурната композиция при задължително спазване норматива за естествено осветление. При необходимост (спортни игри) те се защищават с мрежа. Желателно е да бъдат разположени към южната или югоизточната страна на помещенията.

Чл. 12. Разполагането и състоянието на спортните уреди и оборудването на залите за гимнастика не трябва да допускат замърсяване на въздуха и причиняване на травми при използването им от спортуващите.

Чл. 13. (1) Залите за спортни игри (волейбол, баскетбол, тенис) имат размери според спортно-техническите изисквания.
(2) Разстоянието от крайната линия на игрищата до стената трябва да бъде най-малко 2 м. Носещите устройства на таблата и мрежите трябва да отстоят също най-малко на 2 м от очертанията на терена. Обтегачът извън мрежата и обтегачите на стълбовете се изолират с мека материя (непозволяваща причиняване на травми при контакт на спортуващите с тях). Столчето на съдията по волейбол се монтира на носещото устройство на мрежата.

Чл. 14. Залата за тежка атлетика се устройва с размери: дължина - 24 м, широчина - 12 м и височина - най-малко 4,5 м, с капацитет за едновременни занимания на 20 души. Подиумите в залата трябва да бъдат сухи, чисти, нехлъзгави, непоемащи прах и удобни за почистване. Правят се от дъски с широчина 5 - 8 см и дебелина 10 см, закрепени върху самостоятелна бетонна основа. На местата за приземяване на щангите се поставят пластове от гума. Щангите се съхраняват на специални пирамиди с гнезда за дисковете, гирите - на добре укрепено място, а магнезиевият прах - в специално сандъче на поставка.

Чл. 15. Залата за борба се строи с размери: дължина - 24 м, широчина - 12 м, и височина - 4,5 м. Основното й оборудване е с мек тепих с размери 6/6 м и дебелина 15 см, отдалечен от стената най-малко на 2 м (ако залата е с намалени размери, стените се покриват на височина 1,5 м с дюшеци или други материали, непозволяващи травми на спортуващите при контакт със стената). Дюшеците, от които е съставен тепихът, трябва да имат повърхност без издатини и пълнежът им да е от материя, несъздаваща прах. Тепихът се поставя в специална дървена рамка, върху дървена решетъчна основа. Покрива се със стегнато покривало без груб шев, върху което се опъва тънка покривка от мека материя. Около тепиха се поставят пътеки с широчина не по-малко от 1 м и с дебелина над 5 см.

Чл. 16. (1) Залата за бокс се устройва с размери: дължина - 24 м, широчина - 12 м и височина - 4,5 м. В нея се разполага ринг с размери 6/6 м.
(2) Подът на ринга трябва да бъде равен, с мека настилка от кече с дебелина най-малко 2 см, върху която се обтяга брезент. Настилката и брезентът трябва да излизат на 5 см извън границите на ринга, като настилката излиза на 30 см извън линията на въжетата.
(3) Рингът е обграден със силно обтегнати въжета, обвити с памучна материя и дебели най-малко 2,5 см. Металните прътове в ъглите на ринга се покриват с възглавнички, облечени в сменяеми калъфки.
(4) Краят на ринга отстои най-малко на 1,5 м от стени и предмети.

Чл. 17. Залата за фехтовка се строи с размери: дължина - 24 м, широчина - 12 м, и височина - 4,5 м, или 18/15/4 м. В нея се поставят фехтовални пътеки от гума или линолеум с размери 1,8 - 2/14 м, като разстоянието между тях трябва да бъде най-малко 2,5 - 3 м, а от крайната линия до стената - 2 м. В тези пространства не се допуска наличие на непредназначени за целта предмети. Към обзавеждането на фехтовалните зали спада и огледало с размери 1,5/3 м. Местата за зрителите се устройват на разстояние най-малко 6 м от границите на най-близката фехтовална пътека.

Чл. 18. (1) (Изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) Плувните басейни имат размери 12,5 - 15/25 м и 21 - 25/50 м. Максималният брой на едновременно плуващите в басейните се определя на база 5 м2 площ от повърхността на водата за един умеещ да плува и по 4 м2 за начинаещи. Броят се контролира от лицата, работещи като спасители.
(2) (Изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) Водата в плувните басейни при спокойно състояние трябва да позволява във всяка точка на дъното на басейна видимост на бял диск с диаметър 15 см върху черен фон. Цветността й не трябва да е повече от 35°. Количеството на неразтворените вещества не трябва да надминава 10 мг/л. Интензивността на мириса на водата независимо от температурата й не трябва да е повече от 3 бала.
(3) (Изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) По химичен състав водата на плувните басейни трябва да има следните качества: активна реакция (pH) от 6,5 до 8,5; окисляемост (перманганатна) в мг/куб. дм кислород не повече от 3,0; да не съдържа амоняк и нитрити; желязо и манган в мг/куб. дм не повече от 0,1 поотделно; да не съдържа токсични вещества повече от два пъти от нормите, предвидени за вода за пиене; по радиологичните показатели да отговаря на нормите за питейна вода; остатъчен активен хлор - сумарен (свързан + свободен) в мг/куб. дм от 0,2 до 0,6, и свободен в мг/куб. дм от 0,2 до 0,5.
(4) (Изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) Водата на плувните басейни трябва да показва микробиологични качества, осигуряващи епидемиологичната й безопасност и ефективност на обеззаразяването: Ешерихия коли-титър и общ коли-титър - повече от 100 мл, микробно число - до 100 колонии, стафилококов титър - повече от 10 мл, и ентерококов титър - повече от 50 мл.
(5) За състезания температурата на водата се определя съгласно действуващите международни правилници.
(6) По цялата обиколка на плувните басейни на дълбочина 1 - 1,5 м се устройва стъпало за използуване при нужда от плуващите. Стълбите за излизане се поставят в ниши.
(7) Стартовите блокчета и местата за скокове се застилат с гума или друга нехлъзгава материя. Платформите за скокове се ограждат с дървени бариери. Всяко по-високо място за скачане се издава с един метър по-напред от намиращото се под него.
(8) Душовете към плувните басейни се разчитат по 1 на всеки 5 - 6 места от капацитета им. Разположението им трябва да осигурява задължителното преминаване през тях преди влизане в басейна.
(9) На изхода на съблекалните се поставят устройства за изсушаване на косата.

(10) Около откритите плувни басейни се устройват водни пътечки с ширина най-малко 1,5 м.
(11) При наличие на трибуни за зрители към плувните басейни входът за тях трябва да бъде отделен от входа за спортистите. Трибуните се разполагат на височина най-малко 1 - 1,20 м над пътечките, ограждащи плувните басейни.

Чл. 19. (1) (Нова - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) Водата на плувни басейни, изградени за спортно-тренировъчни нужди или за отдих без пречиствателни съоръжения, трябва да отговаря на условията, предвидени в чл. 18, алинеи 2, 3 и 4 , с изключение на показателите: температура - не се нормира, прозрачност по Снелен - повече от 25 см, неразтворени вещества в мг/куб. дм - не повече от 30,0, окисляемост (перманганатна) в мг/куб. дм - не повече от 3,5, амоняк - не повече от 0,05, и Ешерихия коли-титър - повече от 30,0 мл. Обеззаразяването на водата в такива басейни се извършва всекидневно по указание на здравните органи. Изграждането на пречиствателни съоръжения за тях се планира и осъществява в срок, определен от хигиенно-епидемиологичната инспекция. В тези басейни се забраняват състезания.
(2) (Предишен текст на чл. 19, изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г., бр. 25 от 2002 г.) Места за плуване на повърхностни водни обекти могат да се устройват само в утвърдена със заповед зона за къпане по реда на Наредбата за водите за къпане и при спазване изискванията на Наредбата за водноспасителната дейност и обезопасяването на водните площи (ДВ, бр. 65 от 1996 г.). В определеното място за плуване не трябва да има подводни течения и водовъртежи, като скоростта на водното течение може да бъде до 1,5 м/сек. Дъното му се покрива с плаваща решетъчна конструкция. С такава конструкция се очертава и самото място, определено за плуване. Означават се дълбочините, като се посочва предназначението им - за добре плуващи и начинаещи.

Раздел III
Открити спортни обекти и съоръжения

Чл. 20. (1) В зависимост от предназначението им се устройват затревени или с безпрашни настилки (естествени и изкуствени) открити спортни обекти и съоръжения. Използуваните за настилка синтетични материи трябва да отговарят на съответните хигиенни изисквания и да бъдат разрешени от органите на държавния санитарен контрол.
(2) Районът на спортния обект се благоустроява и подходящо се озеленява (най-малко 30% от площта му).
(3) Спортните терени трябва да бъдат равни - без издатини и ями. Върху тях не следва да се разполагат предмети и съоръжения, непредназначени за съответния вид спорт.
(4) Наторяването на затревените спортни терени се извършва с изкуствени торове в почивния период и само след съгласуване с органите на държавния санитарен контрол. Абсолютно се забранява наторяването им с оборски тор.

Чл. 21. (1) Футболното поле се покрива с ниска трева или с подходяща синтетична материя.
(2) За да може теренът на футболното поле да се използува и за тренировки и състезания по ръгби, зад двете врати се устройва допълнителна затревена площ на разстояние 10 м.
(3) Странични предмети (реклами и др.) без връзка с футболната игра се поставят най-малко на 4 м от границите на игралното поле.

Чл. 22. Пистите за бягане на стадионите се правят с твърди, добре дренирани основи. Повърхностният им слой трябва да бъде еластичен, плътен, неронлив и устойчив на атмосферни

влияния. Откъм страната на зрителите се оставя 1,5 м охранителна зона, озеленена с ниска растителност.

Чл. 23. (1) Траповете за скачане на височина, дължина и овчарски скок (местата за приземяване) са с размери: за висок скок - 3,50/6,00 м, за дълъг скок - 3/6 м, и за овчарски скок - 5/5 м. Местата за приземяване трябва да имат следното устройство: трапът за дълъг скок: дълбочина - 0,40 м, като се пълни със сух речен ситен пясък; трапът за висок или овчарски скок - с подвижна платформа с височина 40 - 50 см над терена, с дюшеци от гъбеста материя с дебелина около 60 см. В най-горната му повърхност трапът за висок скок може да има размери 3/5 м.
(2) За защита от валежи траповете се покриват с брезент или друга материя.

Чл. 24. Секторите за копие, диск, чук, гюлле се устройват на нивелирана повърхност, покрита с пясъчно-сгурна настилка или затревена. В зоната на попаденията на уредите теренът трябва да бъде еластичен и да се изключи възможността хвърлените уреди да попаднат в други площадки или сред наблюдаващите (чрез предпазни мрежи и др.). За гюллето се осигуряват приспособления за механичното му връщане.

Чл. 25. Площадките за баскетбол, волейбол, тенис се устройват със специален дренаж и се покриват със смес от смлени тухли, която се трамбова плътно. Стълбовете и другите предмети се поставят на разстояние най-малко 2 м от границите на игралното поле.

Чл. 26. (1) Изкуствените пързалки и хокейните игрища се устройват и поддържат с гладки, равни, без издатини, вдлъбнатини и пукнатини повърхности, далече от замърсяващи производствени дейности (за избягване замърсяването на леда и неблагоприятно въздействие върху спортуващите). Дебелината на леда при изкуствените пързалки трябва да бъде най-малко 7 - 10 см (а при естествените - 15 см).
(2) Игралното поле за хокей на лед задължително се огражда с дървена бариера с височина не по-малко от 1,22 м, прозрачна или бяло оцветена с гладка повърхност.
(3) Към пързалките се устройват поне: помещение за почивка (температурата в него и в съблекалните трябва да бъде не по-ниска от 17 - 18°С), помещение за даване под наем обувки и помещения за сушене на дрехи, обувки и ръкавици.

Чл. 27. (1) Всички помещения на ски-базата трябва да бъдат в една сграда, като по изключение помещението за ски и столовата може да са разположени в отделна сграда.
(2) При входа на ски-базата се устройва приспособление за почистване на ските и обувките.
(3) В преддверието се уреждат специално място за поставяне на ските и гардероб за дрехи и обувки (с рафтове за багаж и обувки).
(4) В близост до гардероба се устройват помещения за сушене на дрехи и обувки (с температура на въздуха не по-малко от 15°С) и за мазане на ски.
(5) Медицинският пункт към ски-базата трябва задължително да бъде обзаведен с шини за първа медицинска помощ, с носилка и шейна за спешно транспортиране. Ски-базата задължително трябва да има телефонна връзка с най-близко разположеното населено място. При бази, обслужващи над 500 скиори, се организира постоянно медицинско дежурство в почивни дни и при състезания.
(6) Останалите подобекти на ски-базата - спални, санитарни възли, столова и др., трябва да отговарят на хигиенните изисквания за подобни обекти.
(7) Пред ски-базата задължително се поставя дъска за обозначаване температурата на въздуха (три пъти дневно), за лавини и други опасни места в района на базата и между нея и съседната база.

Чл. 28. (1) Ски-пистите и шанците се почистват грижливо от камъни, скални парчета, дънери и други препятствия за създаване необходимите условия за безопасно спускане. Не се допуска по тях наличие на ръбове, дупки и вълнообразни места. На местата, където се преминава с големи и средни скорости при спускането, не се допускат стеснявания на пистите. На външната страна на завоите се подсигуряват почистени свободни пространства за избягване наранявания на състезатели. При преминаване на пистите през горист терен минималната им ширина не следва да бъде под 20 метра.
(2) От двете страни по посоката на спускане се поставят ограничителни флагчета: от лявата страна - червени, а от дясната - зелени. При лоша видимост се поставят допълнително и големи количества зелени борови клонки.
(3) При състезания по спускане състезателите носят на главите си задължително предпазни каски.

Раздел IV
Експлоатация на спортните обекти и съоръжения

Чл. 29. (1) Тренировъчната и състезателната дейност в откритите и закритите спортни обекти и съоръжения се извършват само в съответното спортно облекло.
(2) Използването на закритите спортни обекти за други, неспортни цели (събрания, концерти, вечеринки и др.) става само в изключителни случаи с разрешение на съответните органи на държавния санитарен контрол.

Чл. 30. (1) Залите за спортуване без специални отоплително-вентилационни инсталации трябва да се проветряват добре преди започване и през време на провеждане на заниманията, без да се създават условия за въздушни течения.
(2) Радиаторите за отопление, разположени в ниши под прозорците, трябва да бъдат обезопасени с дървени решетки, поставени на една плоскост със стената.
(3) Мрежите на прозорците и осветителните уреди трябва - да бъдат подвижни и редовно да се почистват.

Чл. 31. (1) В помещенията на спортните обекти и съоръжения трябва да се поддържа непрекъснато добра текуща хигиена.
(2) Почистването на помещенията се извършва всекидневно без запрашване преди започване на занятията, а през деня - според замърсяването, в прекъсванията между заниманията и след тях. Помещенията се почистват с прахосмукачки или се забърсват с влажна кърпа. Спортният инвентар се избърсва със суха кърпа два-три пъти. Основно почистване на помещенията се извършва не по-рядко от веднъж в седмицата.
(3) Трибуните на големите стадиони се почистват след състезания и по възможност механизирано.
(4) Почистването и дезинфекцията на санитарните възли, съблекалните, душовите помещения, медицинските кабинети и др. се извършват минимум два пъти дневно.

Чл. 32. (1) Гимнастическите уреди се изтриват след всяка спортуваща група.
(2) Подиумът в залата за тежка атлетика се почиства след всяка тренировка.
(3) Покривките на тепиха в залата за борба и на ринга в залата за бокс и пътеките за фехтовка задължително се почистват с прахосмукачки и периодично се изпират. Посипването им с колофон не се разрешава. В близост до ринга се поставят плоски сандъчета с колофон за натриване на подметките.

(4) Наблюдателите, контролните и други лица влизат в игралните терени на спортните зали само със специални терлици или спортни обувки.

Чл. 33. (Изм. - ДВ, бр. 18 от 1984 г.) (1) Водата в плувните басейни се използува до 45 дни, ако рециркулира през изправни пречиствателни съоръжения и редовно се обеззаразява. Ако няма такива съоръжения или съществуващите не са изправни, водата се сменя изцяло всяка седмица и редовно се обеззаразява. При всяко сменяне на водата се извършват механично почистване и дезинфекциране на стените и дъното на басейна.
(2) Използуването на басейните се спира веднага и се извършват задължително сменяне на водата, измиване и дезинфекциране на стените, дъното и съоръженията, когато:
1. в него има патогенна микрофлора;
2. басейнът е ползуван от болен от инфекциозен хепатит, коремен тиф, дизентерия или други опасни заразни заболявания;
3. дъното и стените са с налепи и обраствания.
(3) Използуването на басейна се спира временно, без задължително сменяне на водата до отстраняване на неблагополучията, когато:
1. водата не отговаря на изискванията за микробиологичните качества;
2. се установяват нитрити и амоняк над 0,05 мг/л;
3. не се установява остатъчен хлор.
(4) Ведомствата, експлоатиращи басейните, извършват контрол върху качествата на водата:
1. при избор на водоизточник за басейна - по всички показатели, предвидени в чл. 18 ;
2. всекидневно по показателите Ешерихия коли-титър, микробно число и остатъчен хлор (резултатите се регистрират в дневник);
3. при влошаване на резултатите от всекидневния контрол - по всички показатели, предвидени в чл. 18 .
(5) Здравните органи извършват контрола по ал. 4, като по т. 2 вместо всекидневно - 2 - 3 поредни дни в началото, в средата и в края на експлоатационния период.
(6) Плувните басейни могат да се ползуват само:
1. от лица, преминали профилактичен преглед;
2. при задължително обозначаване на дълбочините;
3. при осигуряване на необходимия брой спасители;
4. след измиване на тялото със сапун.
(7) Местата за скокове се използуват организирано в присъствието на треньор след отстраняване на всички плуващи.

Чл. 34. (1) Преди започване на тренировка или състезание на скокове дължина трапът се почиства, пясъкът в него се обръща с лопата и се изравнява с трапа. Това се извършва и след всеки скок.
(2) При състезания и тренировки на хвърляне диск, чук, копие и гюлле се забранява мятането от един участник срещу друг. От дясната страна на хвъргача не се допуска наличие на хора.

Чл. 35. (1) Ски-инвентарът, даван под наем, трябва да бъде без повреди, а обувките за ски и кънки и кънките - здрави и чисти.
(2) Не се разрешава даването под наем на бански костюми, джапанки, налъми, вълнени шалчета, кърпи и чорапи.

Чл. 36. Пушенето в закрити спортни обекти - зали, плувни басейни, пързалки и др., е забранено.

Чл. 37. Към всички спортни обекти трябва да има задължително санитарен журнал, който да се намира при лицето, отговорно за хигиенното състояние на обекта и за спазване на

правилника за вътрешния ред. Констатациите и препоръките на санитарните инспектори при проверките се отразяват в него.

Раздел V
Хигиенни изисквания за екипировката

Чл. 38. (1) Облеклото и обувките, които се ползуват от спортиста, са обикновени, екипни и спортни.
(2) Обикновените облекла и обувки са предназначени за носене в спортната база извън състезания и тренировки и за пътуване до спортната площадка.
(3) Спортните облекла и обувки се ползуват само при тренировки и състезания.
(4) Облеклото и частите на обувките, които са в непосредствен контакт с крака, се изработват от меки, гъвкави, недразнещи кожата и неотделящи токсични вещества тъкани или материали.

Чл. 39. (1) Облеклото може да се изработва от тъкани, съдържащи естествени влакна (памучни, вълнени, ленени) или смесени с изкуствени влакна, но чието съдържание да не е повече от 67%.
(2) Тъканите и материалите, предназначени за спортно облекло, трябва да имат следните хигиенни качества:
1. въздухопроницаемост - не по-малко от 0,750 куб.м/м2/сек при воден стълб 10 мм;
2. хигроскопичност - над 10% при относителна влажност на въздуха 95%;
3. водопоглъщаемост - над 80%;
4. топлопроницаемост - с коефициент на проницаемост над 0,003;
5. устойчивост на багрилото на пот - не по-малко от 4, измерено по петобалната система.

Чл. 40. (1) Облеклото и обувките трябва да бъдат удобни за бързо обличане и събличане (обуване и събуване), като се използуват прости прикрепващи устройства.
(2) При използуване на пластично пристягане на облеклото не трябва да се получават непоносим натиск и притискане на кръвоносни съдове.
(3) Облеклото и обувките не трябва да имат дебели и груби, пристягащи ръбове на местата на съединителните шевове.

Чл. 41. Облеклото следва да стои свободно при покой и движение. Кройката на спортното облекло не трябва да води до опъване и стягане при различните движения в следните случаи:
1. при ходене - в бедрата и колената;
2. при клякане - в бедрата, подбедриците, коленете и ханшовете;
3. при вдигане на ръцете - в раменета, мишниците и гръдния кош;
4. при навеждане на тялото - в кръста и ханшовете;
5. при свиване в лакътната става - в мишницата и предмишницата.

Чл. 42. (1) Спортните обувки трябва да бъдат удобни за тренировки и състезания, както следва:
1. да не създават неприятно усещане на натиск, триене, стягане и да не предизвикват нарушаване на кръвообращението на стъпалото;
2. да осигуряват стабилно фиксиране на стъпалото;
3. да не ограничават нормалните движения и да не предизвикват физиологични изменения във формата на стъпалото;
4. да осигуряват правилно разпределение на теглото между пръстите и петата съобразно характерната спортна поза;

5. да намаляват силата на удара при стъпване и скачане;
6. да не създават патологични деформации и да не засилват съществуващи.
(2) На етикетите към облеклата и обувките е необходимо да са указани номерът и ръстът им.

Чл. 43. (1) Облеклата и обувките се подбират в зависимост от годишния сезон, условията и вида на спорта.
(2) Спортните облекла и обувки следва да се използуват индивидуално, като се зачисляват след изпробване от спортиста.
(3) Нови обувки, които се обуват за пръв път, могат да се използуват за тренировки, но не и за състезания.
(4) Кецовете се носят с мека хигроскопична стелка и вълнени чорапи.
(5) Спортните облекла след всяко състезание се изпират.
(6) Обувките след употреба, когато е необходимо, се подсушават (на сухо място не по-малко от 12 часа), след което се почистват.

Чл. 44. (1) Даваните под наем облекла и обувки след ползуване се дезинфекцират.
(2) Ремонтът на облеклата и обувките не трябва да влошава качествата и естетичният им вид.
(3) Облеклата и обувките се съхраняват в гардероби или шкафове.

ЗАКЛЮЧИТЕЛНИ РАЗПОРЕДБИ

Параграф единствен. Тази инструкция се издава на основание чл. 20 от Закона за народното здраве (ДВ, бр. 88 от 1973 г.), отменя Санитарните правила за устройството и поддържането на местата за занимания по физическа култура и спорт (Изв., бр. 50 от 1952 г.) и влиза в сила от деня на обнародването й в Държавен вестник.