



PROTOCOLE A RESPECTER

Selon Ministère des sports (Juillet 2020)

Dans les salles de sport,



1/ **PORTER** son masque *pour entrer, circuler et sortir.*

2/ **RETIRER** son masque *au moment de faire du sport*

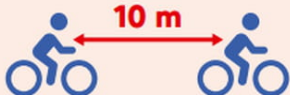
PROTOCOLE A RESPECTER

Selon Ministère des sports (Juillet 2020)


Dans les salles de sport,

Les bons réflexes à adopter

Respecter les **règles de distanciation**



10 m
Vélo, footing...




2 m
Entre chaque pratiquant en dynamique




4 m²
Par pratiquant en statique


Éviter tout **contact corporel**




Respecter les **règles barrières**




Se changer et se doucher **à domicile**




Renoncer (pour l'heure) aux compétitions




Commencer par des **activités extérieures**



Renoncer aux manifestations
comme les fêtes et les assemblées générales



Limiter à **10 personnes maximum** les rassemblements



PENDANT L'EFFORT... respecter les gestes barrières et en particulier la « Distanciation » physique.



PROTOCOLE A RESPECTER

Selon Ministère des sports (Juillet 2020)

Chers adhérents, pour votre bien être et votre santé

- 1. Se laver les mains avec du gel hydro-alcoolique avant de pénétrer dans la salle de sport et à chaque sortie de cours.**
- 2. Les cours sont autorisés en petits groupes (moins de 10) avec des espaces délimités.**
- 3. N'utiliser que des chaussures « propres dédiées spécifiquement » à la salle.**
- 4. Le matériel et les machines sont régulièrement désinfectés. Aider nous en y participant avant et après le cours. Des bouteilles de solution désinfectante pour nettoyer les appareils de sport avant et après chaque utilisation sont disponibles.**
- 5. Les adhérents doivent maintenir une distanciation physique d'au moins un mètre entre eux (couloir, vestiaires, salle)**
- 6. Respecter un sens de circulation dans le club pour éviter les croisements entre adhérents.**
- 7. Avant/après une séance, éviter les vestiaires (limités à 6 personnes à la fois), maintenir les affaires dans un sac de stockage pour vos effets, lavage des mains en insistant sur les zones sensibles avec essuies tout et savon comme à l'accoutumée, WC à éviter au maximum.**