

Règles générales à respecter

L'engagement de l'association

Le respect des règles sanitaires reste essentiel, avant, pendant et après la pratique. Ces règles sanitaires sont définies par l'État en fonction de l'évolution de la pandémie.

Rappels :

- ✓ Respect des gestes barrières :
 - Port du masque selon les directives.
 - Lavage fréquent des mains et désinfection au gel hydroalcoolique (GHA) : systématiquement avant et après la séance et chaque fois que nécessaire pendant la séance.
 - Éviter de porter ses mains sur le visage (bouche, nez, yeux).
 - Respect de la distanciation physique : 4 m² par personne et 2 m de distance en permanence.
 - Vestiaires collectifs utilisables (avec matérialisation des espaces individuels, aération, nettoyage) mais à éviter (encourager l'arrivée et le départ en tenue de sport, et la douche à domicile).
 - Une tenue vestimentaire propre à chaque entraînement, la plus couvrante possible (pas de travail torse nu), cheveux attachés.
 - Avoir son matériel individuel (bouteille d'eau, serviette, GHA, maniques, cerceau...) et ne pas l'échanger.
 - Public limité aux accompagnants dans les tribunes ou espaces annexes dans le respect des gestes barrières (avec masque), de la distanciation physique et des règles locales éventuellement en vigueur.

« Nom et prénom du/de la président.e » :

de « nom de l'association » :

atteste respecter et faire appliquer les protocoles de sécurité de ma fédération de tutelle respectueux des règles sanitaires édictées par le gouvernement.

Signature et tampon de l'association

Face au Coronavirus, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades



Porter un masque quand on est malade