



REGLES DE LA PRATIQUE SPORTIVE ET DU RESPECT DES RECOMMANDATIONS SANITAIRES DU COVID-19



J'AVERTIS LA DIRECTION DU CLUB DU MOINDRE SYMPTÔME DE MALADIE : FIEVRE, FRISSONS, SENSATION DE CHAUD/FROID, TOUX, DOULEUR OU GÊNE A LA GORGE, DIFFICULTE RESPIRATOIRE AU REPOS, DOULEUR OU GÊNE THORACIQUE, ELEVATION DE LA FREQUENCE CARDIAQUE, ORTEILS OU DOIGTS VIOLACES TYPE ENGELURE, DIARRHEE, MAUX DE TÊTE, COURBATURES, FATIGUE, PERTE DU GOÛT/ODORAT, ETC...

- **Avant l'entraînement :**

Je porte un masque si j'ai 6 ans ou + quand je rentre dans le complexe ET pour me déplacer aux vestiaires ou aux toilettes

Je me lave les mains après mon entrée avec du savon dans le lavabo des vestiaires ou des toilettes

Je circule dans les locaux en respectant une distance d'au moins 2 mètres entre les autres personnes

J'arrive en tenue sportive et dans mon sac avec une gourde ou une bouteille d'eau, un petit sac pour mettre mon masque et mon propre petit matériel (pour éviter le passage au vestiaire).

- **Pendant l'entraînement :**

Je me lave les mains avec du savon dès que mes mains rentrent en contact avec ma bouche, mon nez ou mes yeux ET entre chaque phase d'entraînement (échauffement, 1^{er} agrès, 2^{ème} agrès, etc...)

Je respecte une distance de 2 mètres minimum avec toutes les personnes présentes dans la salle

Je désinfecte l'ensemble du matériel dont je me suis servi pendant la séance

Je mets mon masque pour tout déplacement aux vestiaires ou aux toilettes si j'ai plus de 6 ans

- **Après l'entraînement :**

Je récupère l'ensemble de mes affaires d'entraînement. **Les mesures sanitaires imposent de jeter les objets oubliés dans la salle ou dans les vestiaires**

Je rentre dans le vestiaire dans la limite de 5 personnes maximum en même temps dans le vestiaire

Si mes parents viennent me chercher, ils doivent m'attendre dans le hall d'entrée, espacés de 2 mètres, ou à l'extérieur du complexe.

AVIS AUX PARENTS DES ENFANTS INSCRITS A L'ASUL SPORTS LOISIRS REGLES DE LA REPRISSE DES COURS ET DU RESPECT DES RECOMMANDATIONS SANITAIRES DU COVID-19

- **J'atteste en tant que parent(s) :**

Avoir pris connaissance des modalités de la reprise de l'activité ci-dessus

Être volontaire pour une reprise des activités de mon ou mes enfants en dépit de la crise sanitaire

Reconnaître que malgré la mise en œuvre de conditions particulières, le club ne peut me garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par la COVID 19

Que je ne présente aucun symptôme du COVID 19 et que je n'ai pas été en contact avec une personne touchée par la COVID 19.