

PLAN DE REPRISE DES ACTIVITES ET GUIDE DE PRECONISATIONS DE SECURITE SANITAIRE

Lieux de pratique :
Salle des Sports (intérieur) – Avenue P. Barre
Ecole Maternelle Bel Air – Avenue de l'Europe

Le protocole ci-après est uniquement à l'usage des pratiquantes et pratiquants, encadrantes et encadrants participant à des activités de gymnastique dans un cadre fédéral et licenciés de l'AS AMBARES GYMNASTIQUE.

Le club respectera les préconisations gouvernementales et fédérales dans la mise en œuvre des activités.

Le présent protocole ne pourra être mis en œuvre qu'en cas d'accord préalable de l'utilisation de l'espace public par la collectivité territoriale, propriétaire des équipements sportifs (Ville).

1. Mesures à prendre avant d'arriver sur le lieu de d'activité :

1.1. S'assurer de son état de santé :

Avant de se rendre sur son lieu d'activité :

- Vérifier l'absence de symptômes : fièvre, toux, fatigue, maux de tête, perte brutale de l'odorat sans obstruction nasale, disparition totale du goût, maux de gorge, courbatures, difficultés respiratoires, sensation d'essoufflement, parfois diarrhées ;
- Au moindre symptôme, ne prendre aucun risque, rester chez soi, informer la direction de l'association et contacter un médecin (le 15 si signes de gravité).

1.2. Commencer à appliquer les gestes barrières :

Dès son domicile, il convient d'appliquer les gestes barrières, à savoir :

- Se laver les mains avant le départ de son domicile,
- Se munir des moyens de protection journalier nécessaire selon la nature du déplacement (masques, gel hydroalcoolique...).



**Se laver
très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**



**Saluer sans se serrer
la main, éviter
les embrassades**

2. Mesures à prendre sur le lieu d'activité :

2.1. Accès à l'équipement sportif et à l'activité :

- Port du masque pour les 11 ans et plus en dehors de la pratique, dans les espaces administratifs et de circulation, plus largement pour tous les déplacements en intérieur comme en extérieur.
- Les adhérents devront respecter le plan de circulation établi par la collectivité territoriale pour chaque équipement sportif.
- Chaque participant devra signer une « charte de reprise d'activité » où il s'engage à respecter toutes directives imposées dans sa pratique (cette charte devra être imprimée par le participant, signée et ramenée lors du premier entraînement). Si tel n'était pas le cas, l'adhérent se verra refuser l'accès au cours.
- Tous les encadrants seront informés des nouvelles mesures sanitaires. Ils devront rappeler les consignes à chaque début de créneau.
- Le parent accompagnera l'adhérent(e) jusqu'à la zone d'accueil prévue par l'encadrement en respectant la distanciation physique en vigueur.
- Aucune possibilité ne sera donnée pour qu'un accompagnateur assiste à la séance, sauf pour les groupes de baby-gym composés d'enfants de moins de 5 ans (un seul parent autorisé).

2.2. Avant le début de l'activité :

- Les encadrants effectueront l'installation et le nettoyage du matériel, la préparation du matériel collectif et individuel.
- Les présences seront renseignées sur une fiche de présence (possibilité de refus d'un adhérent si l'encadrant constate des symptômes chez les pratiquants)
- L'accès aux vestiaires est autorisé dans le respect des gestes barrières (port du masque et respect des distanciations) avec un contrôle du flux des pratiquants. Les effets personnels doivent être maintenus dans un sac de sport fermé et déposés selon le marquage défini.
- Les toilettes seront accessibles mais il conviendra de respecter le protocole prévu par la ville avec la désinfection après utilisation et le suivi des passages.
- Les adhérent(e)s devront apporter leur propre bouteille, avec leur nom inscrit dessus.
- Les adhérent(e)s devront se désinfecter les mains et les pieds au moyen d'une solution hydroalcoolique ou savon.
- Chaque adhérent(e) qui arrive, ira rejoindre son entraîneur, (si possibilité, faire l'échauffement dehors), sinon chaque adhérent(e) sera placé(e) suivant les recommandations de distance avec son tapis préalablement désinfecté.

2.3. Pendant l'activité :

- Si utilisation de la magnésie se laver les mains avant l'application de la magnésie.
Un sac de magnésie strictement personnel sera donné au pratiquant.
- Les adhérent(e)s ne porteront pas de masque pendant l'activité. Le masque devra être déposé dans une poche hermétique (style poche congélation) et déposé en un lieu dédié.
- Les encadrants devront porter le masque durant toute la séance, ainsi que les parents qui participeront à la baby gym.
- Les adhérent(e)s d'un groupe restent dans la zone qui leur est dédiée (c'est l'entraîneur qui apporte le matériel si nécessaire).
- Aucun échange de matériel possible sauf si désinfection.
- Privilégier les situations en autonomie tout en s'assurant que les conditions physiques individuelles des adhérent(e)s sont adaptées au travail demandé.
- L'entraîneur est le seul à pouvoir utiliser la sono, matériel médical ou autre...
- Si besoin de parade : port du masque obligatoire, désinfection des mains avant et après.
- Les activités se déroulent dans des conditions de nature à permettre le respect d'une distanciation physique de 2 mètres, sauf lorsque, par sa nature même, l'activité sportive ne le permet pas.

2.4. Après l'activité :

- Les gymnastes récupèrent leur petit matériel et le ramène à leur domicile. (Compétition)
- Les gymnastes devront se nettoyer les mains au gel hydroalcoolique ou savon avant de quitter les lieux.
- Attention : en cas d'oubli de bouteille d'eau, chaussettes, poignets : ceux-ci seront mis dans un sac plastique puis jetés à la poubelle.
- Dès la fin de la séance, chaque entraîneur accompagnera son groupe à la sortie de la salle selon le plan de circulation défini avec la ville.
- Les arrivées et départ de groupes seront échelonnées pour éviter les rassemblements (15 minutes de battement entre les séances).
- Les parents devront attendre leurs enfants à l'extérieur puis partir immédiatement.
- Il n'y aura pas de possibilité de garder des enfants à la fin de la séance.
- L'encadrant désinfectera la zone de pratique avant d'accueillir un autre groupe ou avant de ranger le matériel (fin des activités).
- En cas d'oubli d'affaires personnelles, il ne sera pas possible de revenir sur le lieu d'activité (contacter l'entraîneur).

2.5. Règles générales :

- Une déclaration de choix éclairé du gymnaste ou de ses représentants légaux (pour les mineurs) de vouloir reprendre les entraînements en connaissance du risque faible mais non nul, (compte tenu du manque de sensibilité des tests et de la notion de porteurs asymptomatiques) sera demandée avant la reprise.

- Le gymnaste s'engagera à déclarer le plus précocement possible tout symptôme lié au Covid-19 ou tout contact proche avec un malade touché par le Covid-19 au médecin et à ne pas se présenter à l'entraînement dans ce cas. L'encadrement signera le même type de déclaration. Le document est téléchargeable sur le site fédéral : www.ffgym.fr
- Les horaires et les lieux de rendez-vous seront annoncés. Les horaires seront suffisamment espacés entre 2 groupes afin d'éviter les croisements.
- Il sera exigé une tenue par entraînement, en se présentant idéalement directement en tenue sur le site.
- Les affaires personnelles sur le site (survêtement, serviette, petit matériel, engins, gourde) devront être rangées dans un sac de sport personnel fermé et mis en attente durant toute la pratique de l'activité dans un espace dédié dans les vestiaires. Le prêt des affaires personnelles est prohibé, le matériel est identifié individuellement.
- Pendant leurs entraînements, il n'est pas envisagé de faire porter un masque aux gymnastes. Le port du masque est recommandé pour les entraîneurs. En dehors des entraînements, les gymnastes suivront les préconisations réglementaires concernant le port du masque.
- Le bio nettoyage du matériel individuel nominatif (rouleaux, élastiques, petit matériel de musculation ...) à la fin de chaque entraînement est recommandé.
- Il apparaît important de définir précisément les groupes, l'encadrement et les horaires d'entraînement (espacés entre chaque séquence) afin de limiter le nombre de personnes sur le site.
- En complément des séances proposées, ou dans le cas où une association ne serait pas en mesure de proposer une activité en extérieur, les adhérents pourraient se voir proposer :
 - des séances à distance (Rendez-vous hebdomadaire avec l'éducateur)
 - des conseils personnalisés pour entretenir leur condition physique ou travailler une motricité globale

Pour toutes questions concernant l'organisation de la pratique, merci de contacter votre référent COVID-19 : Lucie FLORENTY au 06 59 91 19 56 – gymnastique@asambares.fr

Ce protocole est amené à évoluer en fonction de l'état de l'épidémie et des mesures gouvernementales.