

## **LES MESURES D'HYGIÈNE**

- Le port d'un masque jetable devient obligatoire pour les gymnastes de plus de 10 ans lors des déplacements dans le gymnase et dans les espaces communs (hall, sanitaires)
- Autosurveillance de la température ou de l'apparition de symptômes évocateurs du COVID-19: en cas de fièvre/sensation de fièvre ou de doute sur des symptômes, rester chez soi, appeler un médecin et avertir immédiatement son entraîneur
- Ne pas serrer la main, ni faire la bise
- Tousser et éternuer dans son coude
- Respecter la distance minimale d'1 mètre entre 2 personnes
- Si le masque jetable est porté en continu, le renouveler à la mi-journée ( 2 masques par jour )
- Utiliser des mouchoirs à usage unique. Puis, comme les masques, les jeter dans les poubelles prévues à cet effet
- Se laver les mains très régulièrement avec de l'eau et du savon ou du gel hydroalcoolique

## **LE NETTOYAGE ET LA DÉSINFECTION**

- Désinfection 2 fois par jour des points de contact (portes), et des espaces communs (sanitaires)
- Utilisation d'essuie-mains en papier à la place des chiffonnettes lavables à l'eau

## **LES MESURES BARRIÈRES DANS LE GYMNASSE**

- Un sens de circulation étant impossible, les entraîneurs ne font jamais se croiser les groupes
- Délimitation des espaces de pratique par des rubalises
- Agrès désinfectés à chaque changement d'agrès
- Utilisation d'une crème de magnésie pour éviter les particules en suspension
- Entraîneurs avec masques : si le masque jetable est porté en continu, le renouveler à la mi-journée ( 2 masques par jour )
- Favoriser les échanges avec les entraîneurs par voie numérique ou téléphonique

## **QUOTIDIEN DU GYMNASTE**

- Avoir son propre sac (Grande gourde / Mouchoirs en papier / Masque (si +11ans ) / Accessoires de gym, chouchou, maniques)
- Arrivée en tenue
- Arrivée en claquette au gymnase (qui seront entreposées dans le sac durant le cours )
- Port du masque obligatoire pour les plus de 11 ans lors des déplacements dans le gymnase et dans les espaces communs (hall, sanitaires)

## **QUOTIDIEN DES PARENTS**

- Pas d'attente dans le hall
- Port du masque aux abords des portes d'accès
- Respect des distanciations sociales
- Contact avec les des entraîneurs par mail ou téléphone
- Déposer les enfants aux différentes portes indiqué par le planning d'accès