

## 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 m<sup>2</sup> 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