

METZ JUDO

RÈGLEMENT SANITAIRE COVID-19 (version du 02/09/2020)

**Ce règlement est basé sur les règlements sanitaires de la FFJDA et des Arènes de Metz.
Il sera mis à jour en fonction de l'évolution des règlements de référence.**

AVANT DE VENIR A L'ENTRAÎNEMENT

Je ne viens pas à l'entraînement si

- Je suis dans un foyer ayant eu un cas de COVID-19 depuis moins de 24 jours.
 - Si j'ai eu le COVID-19 ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées...), **je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise.**
- Je suis propre, j'ai les cheveux lavés, les ongles propres et coupés, je suis allé(e) aux toilettes.
 - Je m'assure que mon judogi est propre.
 - Je mets mon judogi sous un survêtement ou une veste pour ne pas le salir.
 - Je prends un sac « sanitaire » avec mouchoirs jetables, lotion hydroalcoolique, au moins un masque, mes zooris (sandales), une bouteille d'eau ou une gourde identifiée à mon nom.
 - Pour les mineurs : Je mets la fiche contact dans mon sac.

Afin d'assurer la traçabilité
merci de prévenir coach@metzjudo.com si vous développez le COVID-19

RÈGLES GÉNÉRALES

- Le port du masque est obligatoire dans Les Arènes et le dojo (hors tatami) pour les plus de 11 ans.
- Les règles de distanciation et les gestes barrières doivent être respectés.
- **Ponctualité** : les retardataires à un cours ne pourront pas entrer dans Les Arènes. A la fin des cours, il est demandé aux parents d'être présents à l'heure pour récupérer leurs enfants, tout retard entraînant une désorganisation des cours suivants.

EN ARRIVANT AUX ARÈNES

- J'arrive aux Arènes 5 à 10 minutes avant l'heure de l'entraînement et j'attends à l'extérieur en veillant à ne pas salir mon judogi (attention au bas du pantalon).
- J'attends qu'un membre du club se présente à l'entrée des Arènes avec la liste de présence.
- Je coche mon nom sur la liste de présence et j'attends que le groupe soit conduit au dojo.

EN ARRIVANT DANS LE DOJO

- Je me lave les mains à l'entrée du dojo.
- J'enlève mes chaussures et ma veste dans le vestiaire en respectant les règles de distanciation.
- Je pose mon sac sanitaire (mouchoirs, lotion et masque) et ma bouteille (gourde) le long du tatami.
- Je m'assieds sur le tatami, pieds à l'extérieur du tatami, j'enlève mes zooris et je me frotte les pieds avec la lotion hydroalcoolique.
- J'enlève mon masque et je le range avec mes affaires.
- Je me mets en place pour le salut en ligne.

PENDANT LA SÉANCE

- Si je dois quitter le tatami pendant la séance, je mets mon masque et je me nettoie les pieds et les mains en sortant et en entrant du tatami.
- Les zooris (sandales) sont obligatoires dès que je sors du tatami.

À LA FIN DE LA SÉANCE, APRÈS LE SALUT

- Je m'assieds sur le tatami, pieds à l'extérieur du tatami, je me frotte les pieds avec la lotion hydroalcoolique, je remets mes zooris et mon masque.
- Je remets mes chaussures et ma veste dans le vestiaire en respectant les règles de distanciation.
- J'attends qu'un membre du club accompagne le groupe à la sortie.

POUR LES PARENTS ACCOMPAGNANTS (ÉVEILS ET MINI-POUSSINS)

- Vous devez être inscrits sur la liste d'émargement pour pouvoir entrer. Un seul parent est admis.
- Vous devez sortir des Arènes dès que votre enfant est sur le tatami.
- A la fin du cours, vous devez vous présenter à la porte des Arènes 5 à 10 minutes avant la fin du cours. Un membre du club viendra vous chercher pour vous conduire aux vestiaires.