



# Consignes liées à la Covid-19

## ➤ Obligatoire avant d'accéder au cours

**Tout le dossier** doit être rendu **au complet** (voir ci-dessous) **avant de monter sur le tapis**. Si ce n'est pas le cas, la personne ne sera pas admise en cours.

Pour les nouveaux inscrits, le dossier doit également être rendu complet : il sera mis en suspens pendant les deux séances d'essai et sera rendu en cas de non-inscription.

## ➤ Consignes générales

On ne vient au dojo que si les conditions suivantes sont réunies :

- Je ne suis pas dans un foyer ayant un cas de Covid-19 déclaré depuis moins de 24 jours
- Je ne vis pas avec une personne fragile
- Si j'ai eu le covid-19 et ai été hospitalisé, j'ai consulté un médecin avant ma reprise d'activité
- Si j'ai eu des symptômes faisant suspecter une infection covid-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhée, ...), ces symptômes ont débuté depuis plus de 24 jours et ont pris fin depuis 48h minimum
- Je respecte les consignes d'hygiène habituelles du judo : je me suis douché et lavé les cheveux, ma tenue a été lavée, j'ai les mains propres et les ongles correctement coupés, je suis allé aux toilettes avant le cours
- Je respecte les consignes données ci-après

## ➤ Horaires de cours et accès aux locaux

### ✓ Horaires

Pour éviter les gros rassemblements qui peuvent avoir lieu aux changements de cours, et également avoir un temps pour nettoyer le tatami entre deux cours, les horaires indiqués seront légèrement modifiés : ils se termineront 5 minutes plus tôt.

Nous demandons aux familles, dans l'intérêt général, de respecter ces horaires en évitant d'arriver trop tôt ou en retard. En attendant la sortie des enfants, les parents respecteront les distances entre eux.

### ✓ Accès à la salle

Les parents et pratiquants de plus de 11 ans devront se déplacer avec un masque dans les locaux, hors tatami, que ce soit en arrivant ou pour aller aux toilettes.

Pour les mineurs, les parents déposeront sur le bureau un bon de présence à chaque cours (celui-ci sera fourni par le club). Ce bon sera utile, si un cas de covid-19 est détecté, pour contacter les familles des personnes ayant pu être en contact avec le malade.

## ➤ **Équipement**

### ✓ **Équipement judo**

Nous ne pouvons plus, jusqu'à nouvel ordre, prêter un judogi pour les séances d'essai. Pour ces séances, le judoka s'habillera avec un pantalon de jogging et un sweat.

Le judogi peut, par contre, toujours être loué pour l'année (5 € de location + 1 chèque de caution de 15 €).

Pour les judokas, la tenue devra être lavée entre deux entraînements.

Pour les plus de 11 ans, il faudra donc avoir un masque.

Il faudra également avoir un flacon de gel hydroalcoolique pour le passer sur les pieds et les mains avant et après le cours.

### ✓ **Équipement taïso**

Pour le taïso, les bandes élastiques ne seront pas remises dans l'armoire à chaque cours car il est difficile de les nettoyer. Chaque pratiquant en emmènera chez lui et les ramènera à chaque cours. Un chèque de caution de 15 € sera ajouté au dossier en échange.

Pour le reste du matériel, il faudra le nettoyer à la fin du cours avec des lingettes désinfectantes (fournies par le club).

Il faut avoir un masque à porter en dehors du tatami.

Il faudra également avoir un flacon de gel hydroalcoolique pour le passer sur les pieds et les mains avant et après le cours.

## ➤ **Vestiaires**

Les vestiaires ne pourront être utilisés par les enfants. Ils devront arriver déjà en tenue (en prenant soin de ne pas la salir en route). Les parents récupéreront le manteau : dans le dojo, près du tapis, il ne doit y avoir que les chaussures (ou zoori, claquettes...), le gel hydroalcoolique, les mouchoirs et la gourde ou bouteille d'eau. Pour les adultes, les vestiaires seront accessibles, dans le respect de la distanciation et du port du masque.