

PROTOCOLE SANITAIRE

- Ne pas avoir été en contact avec une personne atteinte ou suspectée d'être atteinte du COVID dans les 15 jours précédents l'activité
 - Si j'ai eu la COVID-19 ou j'ai les symptômes de la COVID-19 (*rhume, fièvre, ...*) je dois d'abord consulter un médecin
- Avoir du gel hydro-alcoolique, eau, mouchoirs jetables, zoori (*tongues, ...*) dans mon sac
- Pour arriver au lieu de pratique, je privilégie les déplacements individuels ; masque obligatoire si déplacement collectif.
- Masque obligatoire sur le lieu de pratique
- J'attends d'être invité à pénétrer dans le lieu de pratique
- Je me lave les mains (*gel hydro-alcoolique*) à l'entrée du lieu de pratique (*Salle de sports, Gymnase, ...*)
- Je respecte le parcours balisé de circulation au sein du lieu (*Salle de sports, Gymnase, ...*)
- Utilisation des vestiaires interdite.
- Je range mes affaires au bord du lieu de pratique
- A chaque entrée, sur le lieu de pratique :
 - je retire mon masque, mes chaussures,
 - je me lave les mains et les pieds avec du gel hydro-alcoolique
- A chaque sortie du lieu de pratique :
 - je me lave les mains et les pieds avec du gel hydro-alcoolique,
 - je mets mes chaussures et mon masque
- J'évite les toilettes publiques
- Je lave mon équipement (*keikogi, judogi, karatégi, etc...*) après chaque séance

En raison des contraintes qui nous sont imposées les cours commenceront 5 min après et se termineront 5 min avant l'horaire habituel.