

Plan de Protection Covid

Merci de respecter scrupuleusement **tous** les points ci-dessous.

- Arriver maximum 10 min à l'avance
- 30 pers max (plus max 5 entraîneurs/staff) par séance.
- Lavage / désinfection des mains à l'arrivée
- Signer la feuille de présence (Et la décharge si pas encore fait)
- Pas de vestiaires. Venir en tenue de sport. Dépose des sacs aux endroits indiqués
- Matériel personnel uniquement (Aucun prêt de matériel)
- Serviette/linge obligatoire
- Pas de sparring
- Pas d'exercice à 2 avec contact
- Désinfection des mains après les exercices au sol (pompe, gainage, ...)
- Garder ses distances
- Positionnement opposé sur les sacs
- Nettoyer son sac de frappe après l'entraînement

En cas de symptôme, pas d'entraînement !!
(Toux, fièvre, essoufflement, perte de l'odorat et du goût)

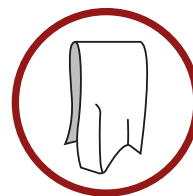
Personne responsable : Samir Hotic – Directeur Sportif



Lavage des mains



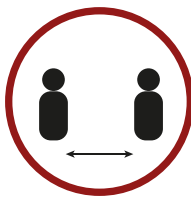
Signer la liste



Serviette obligatoire



Pas de sparring ni travail à 2



Garder les distances



Position extérieure des sacs



Nettoyer les sacs de frappe