



PROTOCOLE SANITAIRE DE RENTREE ASL KARATE LOUVECIENNES

Entrée en vigueur : 10 septembre

L'objectif du présent protocole est de permettre une reprise encadrée et sécurisée des activités Karaté de loisir et répond à un niveau de vigilance et des règles plus stricts que celles fixées par le gouvernement ou celles indiquées dans le protocole de la fédération.

<https://www.ffkarate.fr/protocole-sanitaire-de-rentree-des-clubs/>

L'ASL KARATE va privilégier les entrainements de plein air tant que possible et notamment esplanade du gymnase Jacques Tassin. (cet espace pourra être partagé avec d'autres pratiques comme par exemple le Taïchi)

L'ASL KARATE va limiter les contacts et les exercices à plusieurs :

- Pas de kumité (Jiu Kumité, Jiu Ippon Kumité), pas de randori, pas de bunkai, pas de sac de frappe.

Le travail à deux se fait dans des couloirs délimités par des cônes ou gobelets

- Soit à distance (déplacement simultané dans la même direction)
- Soit avec des pao ou raquettes (désinfectés avant chaque changement de partenaire)

Chacun doit porter une attention particulière au respect des gestes barrières Covid-19 :

- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir,
- Utiliser des mouchoirs à usage unique,
- Saluer sans se serrer la main : le salut japonais est tout à fait adapté,
- Se laver les mains régulièrement,
- Proscrire tout échange de matériel personnel (habits, karaté-gi, gourdes, protection...)
- Je veille à limiter au maximum les croisements avec d'autres personnes et les points de rassemblement



REFERENT PROTOCOLE

Le protocole est mis en œuvre et surveillé par un référent.

Le non-respect du protocole sanitaire pourra engendrer l'exclusion car ils présentent un risque pour les autres pratiquants.

Le référent du club en charge d'expliquer et de faire respecter le protocole est **Jerome FAIVRE**.

REFERENT REGISTRE

Afin de pouvoir suivre les potentiels contacts et les personnes présentes, un registre détaillé de présence doit être tenu.

Le responsable du club en charge du registre détaillé des présences est l'instructeur **Darco GELLERT**.

JE SUIS PRATIQUANT

AVANT DE ME RENDRE A L'ENTRAINEMENT :

- J'ai un bon état de santé général, si je suis fiévreux ou que je tousse, je ne viens pas m'entraîner.
- J'arrive propre, douché, cheveux lavés, les mains propres et avec des vêtements propres.
- J'arrive déjà en tenue (pas de vestiaire) :
 - pour **les entraînement plein air** : jogging et chaussure type tennis (pour ne pas me tordre les chevilles)
 - pour **les entraînements au dojo** : jogging ou KarateGi et chaussures. (j'enlèverai mes chaussures en rentrant dans le Dojo)

Je veille à apporter mes propres effets personnels : un ou plusieurs masques (pour les > 11ans), du gel hydro-alcoolique, des mouchoirs jetables, une bouteille ou gourde pour m'hydrater (que je ne prêterai pas).

A MON ENTREE DANS LE DOJO/TERRAIN PLEIN AIR :

- Je porte un masque (sauf < 11 ans).
- Je pose mon sac au bord du tapis / bordure du terrain.
- Je respecte des distances (mini 1m) entre mes voisins/partenaires. (couloir délimités ou imaginaires)

PENDANT LA SEANCE PLEIN AIR:

- La séance se déroule de manière classique, sans masque mais en gardant des distances et limitant les contacts.

PENDANT LA SEANCE EN DOJO:

- A chaque entrée sur le tatami, je peux enlever mon masque, je le range avec mes autres effets personnels dans mon sac, me désinfecte les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.
- La séance se déroule de manière classique, sans masque mais en gardant des distances et limitant les contacts.
- A chaque sortie du tatami, je remets mon masque, me lave les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.

APRES LA SEANCE PLEIN AIR:

- je remets mon masque, me lave les mains à l'aide de gel hydro-alcoolique.
- Je prends tous mes effets personnels
- Je sors en respectant les consignes de sortie afin de limiter les croisements.

APRES LA SEANCE EN DOJO:

- je remets mon masque, me lave les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.
- Je remets mes chaussures et prends tous mes effets personnels
- Je sors en respectant les consignes de sortie afin de limiter les croisements.

Contacts :

Jérôme – 06 61 97 58 60