



Fédération  
Suisse de  
Gymnastique  
1040 Echallens

Présidente :  
Marie Carvalhais  
T : 076.545.63.77  
[presidence@gymechallens.ch](mailto:presidence@gymechallens.ch)  
Version : 28.08.2020  
Auteur : Marie Carvalhais

## MESURES DE PROTECTIONS POUR LES ENTRAÎNEMENTS DES LE 31 AOÛT 2020

### NOUVELLES CONDITIONS CADRES :

Depuis le 6 juin 2020, les entraînements sont à nouveau autorisés dans tous les sports, sous réserve du respect des concepts de protection propres à chaque club. Le 22 juin, de nouvelles modifications sont entrées en vigueur. Pour les activités sportives, nécessitant un contact physique étroit et constant, il est recommandé d'organiser l'entraînement par groupes fixes. On parle de contact étroit lorsque des personnes restent longtemps (plus de 15 minutes), ou de manière répétée, à une distance de moins de 1,5 mètre les unes des autres, sans mesures de protection.

Les points ci-dessous doivent être respectés lors des entraînements :

### 1. HORAIRES / HABILLEMENT

Les gymnastes accèdent tous à la même heure à l'enceinte d'entraînement. L'heure est protocolée. Les gymnastes n'arrivent pas plus de 5 min. en avance par rapport à l'heure de début du cours.

Les gymnastes arrivent prêts en tenue de sport. Il est interdit de s'entraîner à torse nu et/ou à pieds nus.

## 2. PAS DE SYMPTÔMES A L'ENTRAÎNEMENT

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin.

## 3. ACCES ET DISTANCES

Lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, lors des discussions, après l'entraînements et lors du trajet retour - dans ces situations ou d'autres similaires, gardez encore une distance de 1.5 mètre avec les autres personnes et renoncez aux poignées de mains ou « high five ». Lorsque la distance ne peut être garantie, il est nécessaire de porter un masque. Les contacts corporels sont seulement autorisés, dans tous les sports, au moment de l'entraînements à proprement parler.

Seuls les gymnastes et les moniteurs ont accès à l'entraînement. Aucun parent ne peut y accéder. (Sauf les groupes parents-enfants).

Si l'infrastructure le permet, l'entrée et la sortie se feront à des endroits différents. Sinon le groupe suivant attendra dehors, le temps que le groupe d'avant soit sorti au complet.

Les parents attendent à l'extérieure de l'infrastructure en respectant la distance de 1,5 m.

Les moniteurs ont la charge du maintien des règles en vigueur concernant la distanciation sociale et la désinfection.

## 4. SE LAVER SOIGNEUSEMENT LES MAINS

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon ou gel hydroalcoolique, avant, pendant l'entraînement 1x et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage.

## 5. ETABLIR UNE LISTE DE PRESENCE

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient des listes de présence pour tous les entraînements (utiliser le document donné par le comité). La personne responsable de l'entraînement est chargée de tenir une liste exhaustive et exacte, ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 6).

## 6. DESIGNER UNE PERSONNE RESPONSABLE AU SEIN DU CLUB

Chaque organisation qui prévoit de reprendre les entraînements, doit nommer un(e) responsable du plan coronavirus. Cette personne est chargée de veiller à ce que le règlement soit respecté. Dans notre club, il s'agit de **Marie Carvalhais**. Si vous avez des questions, veuillez la contacter directement (tél : 076.545.63.77 ou [presidence@gymechallens.ch](mailto:presidence@gymechallens.ch)).

## 7. PRESCRIPTIONS SPECIFIQUES

Entre chaque bloc qui accède à l'enceinte, une période de 15 minutes doit être instaurée afin de permettre au premier groupe de quitter l'enceinte avant l'entrée du second groupe. Ceci, afin d'éviter les croisements et de pouvoir désinfecter le matériel. Des sprays désinfectant pour le matériel et les mains seront fournis par la société en suffisance.

Si le contact physique est indispensable entre le moniteur et le gymnaste (afin d'assurer l'élève sur un engin ou lors d'un porté par exemple), nous recommandons à l'entraîneur de porter un masque. Des masques seront fournis par la société en suffisance.

Jusqu'à nouvel avis, les vestiaires et douches ne sont pas accessibles. Les gymnastes viendront au cours en tenue de sport et déposeront leurs chaussures d'extérieur et leurs affaires à l'entrée de la salle.

Si un accompagnant (parents, proches, etc.) doit entrer dans le bâtiment, par exemple pour s'entretenir avec le/la moniteur/trice, il doit impérativement porter un masque (directives de la direction générale de l'enseignement obligatoire du Canton de Vaud).

Echallens, 25.08.2020

FSG Echallens

Mesures de protection pour les entraînements de la FSG Echallens