



Protocole sanitaire au 18 Aout 2020 (vigilance modérée)

Le protocole sanitaire en vigueur dans le dojo et lors de la pratique est donné et recommandé par la FFJDA (Fédération Française Judo et Disciplines Associés). Il est essentiel de le respecter afin de pouvoir pratiquer une activité.

Les horaires des cours ont été adaptés afin d'éviter que les différents groupes se croisent. Il vous est ainsi demandé de respecter les horaires !

Les parents et accompagnants ne seront autorisés dans la salle que au début et à la fin des cours et masqués ! En aucun cas, pendant les cours !

L'accès au vestiaire n'est pas autorisé, il est demandé d'arriver habillé pour la pratique.

Préconisations spécifiques à la FFJDA

- Se doucher et avoir les cheveux lavés
- S'assurer que sa tenue de pratique ait bien été lavée (judogi, ...)
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- Être allé aux toilettes
- Mettre sa tenue de pratique (Judogi ou autres pour les disciplines associées) sous un survêtement (+une veste si nécessaire) pour ne pas la salir pendant le trajet vers le dojo.
- Prendre un sac (de moyen ou grand volume) à l'intérieur duquel doivent figurer des mouchoirs jetables non utilisés, une lotion hydro-alcoolique, des « zoori, tongs, claquettes, ... », une bouteille d'eau.
- Mettre un masque (11 ans et plus)

Mise en place de mesures sanitaires à l'accueil du dojo

- Lavage des mains à l'entrée du dojo.
- Enlever ses chaussures et les déposer à l'emplacement prévu.

Mise en place des mesures sanitaires depuis l'entrée au démarrage de la séance

- L'enseignant autorise le pratiquant à pénétrer dans la salle de pratique
- Le pratiquant dépose son sac à l'emplacement prévu et retire son survêtement en-dessous duquel il y a le judogi, le plie soigneusement et le dépose dans son sac, ainsi que sa veste.
- Il pose ses « zoori, tongs, claquettes, ... » au bord du tatami, sort sa gourde, son paquet de mouchoirs et son gel hydroalcoolique. Les autres effets personnels doivent rester dans le sac (téléphone, ...).
- Il s'assied sur le tatami, les jambes dirigées vers l'extérieur et se masse les pieds avec du gel hydroalcoolique.
- Il enlève et dépose le masque dans un sachet puis dans son sac (11 ans et plus)
- Il se retourne vers l'intérieur, se lève, salue le tatami et rejoint l'emplacement pour le salut commun de démarrage.

Mise en place des mesures sanitaires durant la séance

- Le salut commun de démarrage de la séance se fait en ligne comme traditionnellement.
- La séance se déroule de manière classique.
- En fin de séance, le salut commun se fait à nouveau en ligne puis l'enseignant libère les pratiquants.
- Chacun salue le tatami puis s'assied au bord du tatami, les jambes tournées vers l'extérieur.

Mise en place des mesures sanitaires de la fin de séance à la sortie du dojo

- Le pratiquant récupère et remet son masque (11 ans et plus)
- Il se masse les pieds avec du gel hydro-alcoolique, chausse ses « zoori, tongs, claquettes, ... », met son kit sanitaire et sa gourde dans son sac.
- Il revêt son survêtement au-dessus de son judogi
- Il remet ses chaussures laissées à l'accueil