

## LES MESURES BARRIÈRES

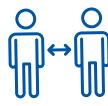
# SI JE SUIS PRATIQUANT-E...



Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade.



Je me lave les mains en arrivant, pendant la séance, et en quittant le lieu de pratique.



Je respecte les distances (1m lors des temps d'arrêt et avec port du masque, 2m lors de la pratique).



Si je ne me sens pas bien pendant l'entraînement, je le signale à l'encadrant-e.



Je ne touche pas mon visage pendant l'entraînement.



Je lave mes affaires en rentrant à la maison.

## LES MESURES BARRIÈRES

### SI JE SUIS ENCADRANT-E...



Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade.



Je me lave les mains en arrivant, et en quittant le lieu de pratique. Je désinfecte le matériel avant l'arrivée des sportifs-ves.



Je porte un masque pendant mes séances.



Je fais respecter les mesures de distanciation et le lavage des mains régulier des sportifs-ves. Je m'assure que ces derniers-ères ne portent pas les mains à la bouche.



J'intègre des activités en extérieur dès que possible : échauffement, étirement, ...



J'assure une reprise progressive.