

Reprise possible des activités

Version du 12 septembre

Nous pouvons reprendre nos activités avec un certain nombre de contraintes et d'adaptations.

Semaine du 14 septembre 2020

- Reprise pour tous : anciens et nouveaux adhérents.
- Tests d'entrée Ecole Natation Artistique :
 - * nés en 2012 et après : lundi 14 septembre 17h30-18h30 (créneaux habituels ENA annulés)
 - * nés en 2011 et avant : lundi 14 septembre 19h00-20h30 (créneaux habituels NA annulés)
- Tests d'entrée Ecole de Natation ou Socle :
 - * mercredi 16 septembre 12h-14h (créneaux habituels EN et Socle annulés)
- Gym Aquatique :
 - * créneau du lundi : rotations de 3 groupes pour faire 2 séances sur 3. Les adhérents ne s'étant pas présentés sur la journée d'inscriptions vont être rappelés pour finir de caler les groupes.
 - * créneaux du mercredi et jeudi : inscriptions limitées à 35



A lire

attentivement
en entier avant
de reprendre les
entraînements

Respect des protocoles et recommandations sanitaires

Un ensemble de règles ont été définies afin de pouvoir réaliser cette reprise, nous vous demandons de les lire attentivement (avec vos enfants) et de les respecter. Ces règles visent à limiter les croisements entre les groupes ou associations et à pouvoir effectuer des désinfections régulières entre les groupes.

Nous comptons sur votre compréhension si sur certains créneaux l'entrée au bassin et donc l'eau se retrouve retardée à cause de la désinfection. Ces protocoles pourront évoluer pour s'adapter au mieux au fonctionnement de la piscine et à la situation sanitaire.

Etabli d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

Règles générales à respecter pour la reprise des cours

Version du 12 septembre

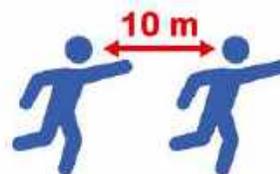


PARTICIPANTS LIMITÉS

9 nageurs par ligne d'eau

35 personnes en Gym Aquatique sur bassin complet

Si + de 9 par ligne, alternance dans la séance renfo à sec et natation



RESPECT DE LA DISTANCIATION

1m hors activités, 10m en courant

2m² par personne en renfo

Gardez vos distances au bord du bassin et en bout de ligne



MATÉRIEL PERSONNEL

Uniquement les ceintures, planches

et frites seront prêtées

Sinon chacun sa gourde et son matériel



RESPECT DES HORAIRES

Respect strict début / fin pour

accéder au vestiaire puis accès

au bassin lorsque l'éduc l'autorise



PORT DU MASQUE 11 ANS ET +

A l'arrivée Jusqu'à la douche puis

pour ressortir des vestiaires



LAVAGE DES MAINS À L'ARRIVÉE

Du gel hydroalcoolique sera disponible



DOUCHE OBLIGATOIRE

Douche savonnée obligatoire

à l'arrivée, douche rapide à la sortie
pour permettre une désinfection le soir



ATTENTE EXTÉRIEURE

Les parents ne doivent pas entrer

dans la piscine ou le gymnase

mais doivent attendre dehors



RESPECT DES AUTRES GESTES BARRIÈRES

Pas d'embrassade ni de serrage de main

Tousser, éternuer dans son coude ou un mouchoir

Eviter de se toucher le visage



AUCUN SYMPTÔME

Chacun est invité à s'astreindre avant chaque séance

à l'auto-questionnaire joint et ne doit pas se rendre à
la séance au moindre symptôme.

Etabli d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

Organisation vestiaires et bassin

Version du 12 septembre



Respecter le sens de circulation et la signalisation

- entrée par la porte extérieure de droite avec masque puis lavage de main
- enlevez bien vos chaussures dans le couloir AVANT de rentrer dans les vestiaires et remettez les dans ce même couloir quand vous sortez des vestiaires
- sortie par la porte intérieure droite



1 côté des vestiaires est réservé au CNMG

- les filles / femmes dans le vestiaire collectif (au fond)
 - les garçons / hommes dans le vestiaire public (sans utiliser les cabines)
- Prévoyez donc de pouvoir vous changer le plus facilement et rapidement possible.

Respectez la distanciation dans le vestiaire tout en conservant au maximum votre masque.



Une installation au bord du bassin pour limiter les croisements et permettre les désinfections

- pour les enfants de l'école de natation, les affaires pourront rester dans les vestiaires
- pour les autres, les affaires devront être emmenées, pour l'instant, au bord du bassin, prévoyez donc un sac suffisamment grand
- pour chaque créneau, un côté du bassin est défini pour s'installer et éviter les croisements avec les groupes précédents / suivants

Veillez à ne pas gêner, avec vos sacs, les issues de secours, les accès au local pédagogique, aux vestiaires ou aux affaires du public lorsqu'il est présent.



Des règles pour le créneau en salle au gymnase

- aucun vestiaire accessible (arrivez donc en tenue ou vous vous changerez directement dans la salle)
- lavage de mains en début et fin de séance
- port du masque jusque dans la salle et à remettre avant de ressortir de la salle
- vous pouvez apporter votre tapis si vous en disposez d'un

Établ d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

QUESTIONNAIRE préalable à l'entraînement

(A conserver par le nageur)

NOM :

Date :

PRENOM :

Prise de température : °C

Fréquence cardiaque de repos (le matin avant de se lever) :/mn

Durant ces dernières 24 h, je présente :

- De la fièvre > ou = à 38° OUI NON
- Une toux OUI NON
- Un essoufflement OUI NON
- Une perte de goût et/ou de l'odorat OUI NON
- Des céphalées OUI NON
- Des courbatures inhabituelles OUI NON
- Une grosse fatigue OUI NON
- Un syndrome diarrhéique de plus de 3 selles quotidiennes OUI NON
- Des douleurs thoraciques (à type de brûlures) OUI NON
- Des signes cutanés des mains ou des pieds (type engelure) OUI
NON

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions, vous n'êtes pas en mesure de suivre l'entraînement. Merci de :

- Contacter votre entraîneur pour l'avertir de votre absence
- Consulter votre médecin traitant
- Tenir informé votre médecin de pole et votre médecin d'équipe des conclusions de la consultation

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement
les mains ou utiliser une
solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir



Se moucher dans
un mouchoir à usage unique
puis le jeter



Éviter
de se toucher
le visage



Respecter une distance
d'au moins un mètre
avec les autres



Saluer
sans serrer la main
et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque
quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000
(appel gratuit)

PORTER UN MASQUE, POUR MIEUX NOUS PROTÉGER



Se laver les mains **avant** de
mettre son masque
et **après** l'avoir retiré



Mettre et enlever
le masque en le prenant par
les lanières



Couvrir le nez
et la bouche



Une fois posé,
ne plus le toucher



Après utilisation, le mettre
dans un sac plastique et le jeter
ou s'il est en tissu, le laver
à 60° pendant 30 min

Le masque est un moyen de protection complémentaire
qui ne remplace pas les gestes barrières



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000
(appel gratuit)