

CONSIGNES PRATIQUANTS

Etape 1 - à partir du 2 juin



J'adopte les bonnes attitudes pour une pratique en toute sécurité

1 LES REGLES GENERALES



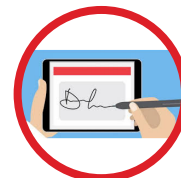
RESPECTER
LES GESTES BARRIÈRES.



RESPECTER LES
DISTANCES PHYSIQUES.
*Conserver une distance minimale
de 1,5m entre chacun.*



RESPECTER LES HORAIRES
D'ARRIVÉE ET DE DÉPART.



SIGNER LE LISTING
DE PRESENCE
*Prévoir un stylo
Les listes seront mises à disposition
des services sanitaires en cas de
demande à visée
épidémiologique.*

2 MON EQUIPEMENT

Tous les équipements (dobok, chaussures, chaussettes, serviette, gourde, protection et matériel) seront nettoyés obligatoirement après chaque entraînement.



VENIR EN DOBOK
ET/OU TENUE DE SPORT
ET LES LAVER APRÈS
L'ENTRAÎNEMENT.
Vestiaires fermés.



PRATIQUE PIEDS NUS
DECONSEILLÉE
*Prévoir des chaussures spécifiques,
chaussettes ou se désinfecter les pieds
en rentrant sur le tapis.*



PRÉVOIR SES AFFAIRES
PERSONNELLES
*(Gourde, serviette,
gel hydro-alcoolique)*



UTILISER UNIQUEMENT
SON MATÉRIEL
ET NE PAS LE PRÊTER.

3 LORS DE L'ENTRAÎNEMENT



FAIRE LE SALUT
POUR DIRE BONJOUR.
*Ne vous serrer pas la main,
arrêtez les embrassades.*



RESPECTER LES SENS
DE CIRCULATION,
LES MARQUAGES
ET LES ZONES INTERDITES



RESPECTER LES CONSIGNES
DE L'ENSEIGNANT