

Protocole sanitaire COVID19 Rentrée 2020/2021 KARATE et IAIDO

Dates de reprise : Mardi 15/09/2020.

1- AVANT LA REPRISE (Préparation)

- Désinfection des tatamis, sanitaires, lavabos, portes, chaises, bancs, bureau, et matériel pédagogique
- Mise en place d'étiquetage et sens de circulation : Entrée par la grande porte et sortie par l'issue de secours.
- Douches et vestiaires interdits
- Aération du dojo
- Public interdit
- Ne pas être dans un foyer ayant un cas de COVID 19 déclaré depuis moins de 24 jours.
- **Ne pas venir au dojo si vous avez de la fièvre ou autres symptômes faisant suspecter une infection COVID 19**, avertir par téléphone ou email, le référent covid K C R : Le président ou tous autres membre du bureau KCR.

Coronavirus : il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



2- A LA MAISON AVANT LA SEANCE

- Je mets mon karaté-gi (kimono) propre et je le recouvre totalement avec d'autres vêtements (Sweat, veste de sport...)
- Je prends mon sac de sport avec dedans : une paire de chaussette propre (lavée) à utiliser uniquement pour le tatami, un flacon de gel hydroalcoolique, une bouteille d'eau et mes chaussants (tongs, claquettes) et un paquet de mouchoirs à usage unique.
- Je mets un masque






3- EN ARRIVANT AU GYMNASSE

- J'attends dehors devant l'entrée du gymnase que l'activité précédente sorte afin de pouvoir rentrer dans le hall et éviter de croiser le groupe précédent.
- Je garde mon masque et j'essaie de respecter au mieux la distance de 1 mètre avec les autres.
- L'accompagnant doit arriver au dojo 5 minutes avant la fin de la séance et attendre à l'extérieure en prenant soin des distances de sécurité avec les autres accompagnants.



4- DANS LE DOJO

- Je n'entre dans le dojo que sur consigne d'un enseignant.
- Je me désinfecte soigneusement les mains avec le gel hydroalcoolique mis à disposition par le club à l'entrée du Dojo. 
- Je me fais contrôler ma température par un responsable du club à l'aide d'un thermomètre infra-rouge.
- Je dépose mes affaires (sac de sport) sur les banquettes dans les vestiaires en essayant de garder la distance de 1 mètre avec les autres.
- J'enlève les habits mis par-dessus mon karaté-gi et je les range dans mon sac de sport et je ferme ensuite. Je mets mes chaussons (tongs, claquettes), dès que j'ai enlevé mes chaussures je mets mes chaussettes propre. **Je ne dois jamais me déplacer pieds-nu en dehors du tatami (ni avec les chaussettes), utiliser les tangles et claquettes.** 
- Je me désinfecte à nouveau les mains. 
- Je garde mon masque le temps de me préparer et je ne l'enlève qu'au moment de monter sur le tatami.

5- QUAND JE SORS DU TATAMI

- Lorsque je sors des tatamis, je mets mes chaussons (tongs, claquettes) aux pieds (je les ai donc laissés au bord du tatami lorsque je suis monté dessus).
- Si je vais aux toilettes, je me lave les mains avant et après et je mets mon masque.
- Si je vais boire ou prendre quelque chose dans mon sac, je me désinfecte les mains avec le gel hydroalcoolique avant de retourner sur le tatami.



6- A LA FIN DU COURS

- Je mets mes chaussons (tongs, claquettes) en sortant du tatami.
- Je vais récupérer mon sac, je remets mes vêtements par-dessus mon karaté-gi.
- Je mets mon masque.
- Je me lave les mains en sortant du gymnase et je respecte la distance de 1 mètre avec les autres.



7- DE RETOUR A LA MAISON

- Je prende une douche
- Je lave mon karaté-gi, mes chaussettes et mon masque (tissu).
- Je désinfecte mes protections personnelles et mes chaussons (tongs, claquettes).
- Je pense à vérifier que j'ai encore du gel hydroalcoolique dans mon flacon et si nécessaire je fais le complément.

Fait à Rouillac, le 28/08/2020

Comité directeur & direction technique

Karaté club de Rouillac,



Le référent covid 19 KCR,

Le président,

Ahmed LAOUARI

alaouari@yahoo.fr

06 58 49 59 22