

# RÈGLES ESSENTIELLES À SUIVRE POUR LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

Extraits du [protocole de reprise des activités et de la formation FSGT](#) mis régulièrement à jour sur [une page web dédiée](#) sur le site de la FSGT

## Recommandation d'organisation des espaces :

- Affichage du rappel des gestes barrières
- Port du masque obligatoire **sauf pendant le temps de pratique sportive**
- Distanciation physique en tout temps **sauf pendant le temps de pratique sportive**
- Mise à disposition de vos pratiquant e s de solution hydroalcoolique ou d'espace pour se laver les mains avec serviette à usage unique
- Limiter le temps passé dans les vestiaires collectifs au strict nécessaire et favoriser la venue directement en tenue
- Nettoyage et désinfection réguliers du matériel et des points de contacts
- Aérer régulièrement (15 minutes au moins après chaque utilisation) et être vigilant concernant les lieux sans fenêtre.

## Recommandation d'organisation des pratiques :

- Reprise progressive et adaptée et s'appuyer sur les [10 règles d'or édictées par la FSGT](#)
- Masque obligatoire pour les animateurs et animatrices
- Tenue vestimentaire propre à chaque temps de pratique, cheveux attachés
- Ne pas échanger son matériel individuel ;
- Si possible, échauffement en extérieur pour réduire encore le temps d'activité à haut volume respiratoire dans un même espace.

## Recommandation d'organisation au sein des associations :

- Respecter la distanciation physique pour toute réunion ainsi que le port du masque
- Nommer un e référent e Covid en charge de vérifier le respect des consignes sanitaires et des gestes barrière dans le cadre de l'activité de l'association ;
- Tenir un registre de l'ensemble des personnes présentes à chaque événement de l'association (réunion, entraînement, compétition, etc.) pour faciliter le suivi en cas de contamination d'un ou plusieurs membres (ce registre doit être détruit 3 semaines après chaque évènement conformément à la législation en vigueur)
- Diffuser ce document et / ou en adapter un à l'usage de l'association afin d'informer les membres.