



# Protocole des mesures de protection COVID-19 et programme d'entraînement du CICER 22/05/2020

Centre d'Initiation à la Canne, à l'Escrime, à la boxe française et aux techniques de Rue.

*Ce document a été rédigé par le CICER. Il est basé sur le « concept des mesures de protection COVID-19 sur les bases fournit par le ministère de la Santé et le ministère de la Jeunesse et Sports.*

## I. Programme hebdomadaire d'entraînement

Le respect des mesures de protection liées au COVID-19 nécessite la mise en place de nouvelles plages horaires pour les entraînements.

- Entraînements les lundis, mercredis et vendredis selon les horaires d'ouverture du centre.
- Horaires à l'article X du protocole.

Les cours se feront à l'extérieur.

## II. Participants

- Les entraînements sont organisés sur la base du concept de protection rédigé par le CICER et en respect des recommandations et protocoles ministériels.
- Les membres qui désirent participer aux entraînements doivent impérativement accepter et respecter les règles mentionnées dans le présent document.
- Les membres doivent s'inscrire à l'avance et indiquer leurs disponibilités sur les liens informatiques créés à cet effet.
- Les groupes d'entraînement sont constitués par les entraîneurs selon le procédé d'inscription proposé sur le site.
- Compte tenu des directives, nous proposons un type de séance :
  - 1 entraîneur et 9 athlètes sur la séance en extérieur en prépa physique ou renfo musculaire.

## III. Déroulement d'un entraînement

- Avant l'heure du rendez-vous, les athlètes convoqués pour la séance attendent l'entraîneur, à l'entrée du parking du complexe sportif en respectant la distance sociale. Ils seront en tenue adaptée à la pratique sportive. (Aucun accès aux vestiaires)
- À l'heure du rendez-vous, l'entraîneur concerné vient chercher les athlètes à l'entrée du parking. Ces derniers utiliseront le gel hydro-alcoolique en leur possession (non fourni par le club). Voir l'article IX pour plus de précisions.
- Les athlètes se rendent ensuite au lieu de pratique extérieure en respectant la distanciation sociale.
- Veuillez prendre vos précautions, aucun sanitaire (vestiaire / WC) ne sera accessible.

## IV. Programme

- Arrivée des athlètes et rappel des règles par l'entraîneur et utilisation du gel hydroalcoolique = 5mn.
- Entraînement de 50 mn.
- Temps maximum pour le départ des athlètes = 5 mn.

## V. Accès aux locaux

- Interdiction totale d'accéder aux locaux.



## Protocole des mesures de protection COVID-19 et programme d'entraînement du CICER 22/05/2020

Centre d'Initiation à la Canne, à l'Escrime, à la boxe française et aux techniques de Rue.

### VI. Préparation des infrastructures

- L'utilisation du matériel du club est interdite. Chaque athlète doit utiliser son propre matériel et le ramener chez lui à la fin de chaque entraînement.
- Le matériel pédagogique du club est déposé dans un local inaccessible, le temps que les restrictions s'assouplissent.

### VII. Informations générales

- Le comité du CICER envoie les informations, via le site internet, aux membres pour les informer des mesures de protection prises par le club ainsi que de leur impact sur le déroulement des activités.
- Les listes des participants aux entraînements sont conservées pour permettre le traçage des contacts en cas d'apparition des symptômes.
- Les membres ou les entraîneurs qui présentent des symptômes du COVID-19 ne sont pas autorisés à participer à l'entraînement. Ils doivent contacter le comité du CICER dès l'apparition des symptômes.
- Si les mesures de protection ne sont pas respectées par un membre, celui-ci pourra être exclu des entraînements du CICER pendant une période indéterminée.

### VIII. Responsabilité

Les athlètes participent aux entraînements sous leur propre responsabilité. Le CICER décline toute responsabilité en cas d'apparition de symptômes de maladie. Voir article XII pour plus de précisions.

### IX. Protocole sanitaire

- Maintien de la distanciation physique distance :
  - À l'arrivée au moins 1 mètre.
  - 10 mètres lors de la pratique et le départ.
- Application des gestes barrières :
  - Lavage des mains avec gel hydro-alcoolique (non fourni par le club) à votre arrivée.
  - Tousser ou éternuer dans son coude ou un mouchoir.
  - Saluer sans contact physique.
  - Port du masque obligatoire avant, pendant et après le cours (non fourni par le club).
  - Prise de température (frontal et sans contact).
    - Toute personne présentant de la fièvre (plus de 37.8°) seront refusées.
  - Aucun croisement avec le groupe suivant ou précédent.

### X. Horaires

Les cours commenceront à partir du mercredi 03 juin 2020 et se feront les lundis, mercredis et vendredis.

Les horaires sont :

Lundi : 18h00 à 19h00 / 19h00 à 20h00

Mercredi : 18h00 à 19h00 / 19h00 à 20h00

Vendredi : 18h00 à 19h00 / 19h00 à 20h00



## Protocole des mesures de protection COVID-19 et programme d'entraînement du CICER 22/05/2020

Centre d'Initiation à la Canne, à l'Escrime, à la boxe française et aux techniques de Rue.

### XI. Inscriptions via les liens proposés sur le site

Sur notre site internet et seulement via le site internet, les liens vous permettant de vous inscrire au cours.

Un athlète ne peut pas participer à deux cours sur la même journée.

Votre nom et prénom doivent figurer sur l'inscription du cours.

Si vous n'êtes pas membre du CICER votre inscription est caduque.

Si vous vous inscrivez et que vous ne venez pas aux cours, vos prochaines inscriptions ne seront pas propriétaires.

### XII. En cas d'inscription aux cours

Le fait de vous inscrire aux cours fait état d'acceptation de votre part pour les conditions suivantes :

Les points suivants définissent les conditions auxquelles le participant peut accéder à la pratique de son club à l'extérieur conformément à la Doctrine Sanitaire de l'Etat.

Le contexte actuel ne permet pas les contacts et à ce titre les pratiquants s'engagent à respecter la distanciation physique.

Cette possibilité d'accès et les engagements pris par le ou la participant(e) de ce protocole sont exclusivement réservés aux membres du club titulaires d'une licence en cours de validité à l'exclusion de toute autre personne.

**Par la présente :**

- **Il engage sa propre responsabilité et reconnaît que malgré la mise en œuvre de ces moyens de protection, le Club ne peut lui garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19.**
- **Il atteste avoir été informé que le Club s'est engagé à respecter les mesures édictées par le gouvernement pour freiner la diffusion du Covid-19 tout au long de la crise sanitaire actuelle.**
- **Il s'engage à prendre toutes les précautions nécessaires à la protection de sa santé et de celle des autres personnes présentes dans l'espace de pratique extérieur et en dehors, notamment en respectant les gestes barrières.**
- **Il s'engage à respecter les mesures de protection obligatoires ainsi que les mesures de protection préconisées par le gouvernement et en particulier celles édictées par le ministère des sports.**
- **Il s'engage également à respecter les obligations édictées par le CICER pour aménager la pratique des disciplines proposées ainsi que toutes les modalités mises en place pour organiser son activité au cours de la crise sanitaire actuelle.**
- **Ces obligations sont consignées dans le « PROTOCOLE DES MESURES DE PROTECTION COVID-19 ET PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT DU CICER » édité par le CICER.**
- **Il s'engage à informer le club de son état de santé ou s'il a été en contact avec une personne malade.**
- **Il s'engage à respecter les gestes barrières.**



## Protocole des mesures de protection COVID-19 et programme d'entraînement du CICER 22/05/2020

Centre d'Initiation à la Canne, à l'Escrime, à la boxe française et aux techniques de Rue.

### XIII. Personnes en charge des activités

Entraîneurs : Cédric Deloison / Jonathan Besin / Guy Demassieux / Rodolphe Ferry

### XIV. Contact :

Mail : [info@cicer.fr](mailto:info@cicer.fr)

Page facebook : <https://www.facebook.com/AssociationCICER/>

Site internet : <https://www.cicer.fr>



## Protocole des mesures de protection COVID-19 et programme d'entraînement du CICER 22/05/2020

Centre d'Initiation à la Canne, à l'Escrime, à la boxe française et aux techniques de Rue.



Prendre connaissance du protocole du CICER.



Respecter les horaires des cours assurant la sécurité des membres.



Avoir son propre matériel et être déjà en tenue sportive à votre arrivé.



Respecter la distanciation sociale.



Aucun accompagnateur n'est autorisé. Seuls les pratiquants doivent être présents.

# Bonjour

Pour saluer, aucun contact, vous pouvez faire le salut de votre discipline.



Prendre vos produits désinfectants personnels pour nettoyer vos mains et les équipements utilisés.



Prenez votre douche à la maison et faites une lessive avec les 60° recommandée.