

PROTOCOLE SANITAIRE COVID-19



GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Version du document : 1.1

Mis à jour le : 24 Août 2021

SOMMAIRE

TABLEAU DES VERSIONS.....	3
PREAMBULE.....	4
CONSEILS D'ORGANISATION ENTRE LE CLUB ET LA COMMUNAUTE DE COMMUNES - MESURES COMMUNES -	4
1) Jours précédents la reprise	4
2) Pendant la séance (Club).....	5
3) Accueil des pratiquants	5
4) Après la séance.....	5
5) Reprise Physique Fin Août/Début septembre.....	5
6) TYPE DE PRODUITS NECESSAIRES.....	6
INFORMATION GENERALE ET FONCTIONNEMENT.....	7
1) Pour les parents.....	7
2) Pour les Gymnastes	8
3) Pour les entraineurs	8
4) Déroulement de la séance.....	9
MESURES RELATIVES AU NETTOYAGE DU MATERIEL COMMUN	10
1) INFORMATION :	10
NETTOYAGE AUX AGRES.....	10
1) SAUT :	10
2) BARRES :	10
3) POUTRE.....	11
4) SOL.....	11
ANNEXES.....	12
1) GESTES BARRIERES	12
2) PLAN DE CIRCULATION	13
3) Formulaire de reprise d'activité Pour les mineurs	14
4) Formulaire de reprise d'activité pour les majeurs	15
5) CADRE GENERAL D'UNE SEANCE DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	16
6) GUIDE D'ORGANISATION DE LA SEANCE DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	17

PREAMBULE

En accord avec le protocole du Ministère des Sports, de la FFGYM et de l'UFOLEP, et afin de limiter tout risque de propagation de la COVID-19, voici les mesures prises par le club de gymnastique de la SGABLERE pour l'utilisation de la salle de gymnastique des Aigremonts mise à disposition par la CCBVC (Communauté de Communes Bléré Val de Cher).

Suite aux dernières nouvelles directives sanitaires applicables aux complexes sportifs à compter du 9 août 2021 et après accord de la commission de la Communauté de Communes de Val de Cher, propriétaire du complexe des Aigremonts, le protocole version 1.1 a été validé pour une reprise des activités dans la salle en application stricte du protocole pouvant évoluer selon la situation sanitaire de déconfinement.

CONSEILS D'ORGANISATION ENTRE LE CLUB ET LA COMMUNAUTE DE COMMUNES - MESURES COMMUNES -

1) Jours précédents la reprise

1. Nettoyage général de l'installation (CCBVC)
2. Préparation de la salle de pratique : matériel de désinfection, poubelles, gel, masque, marquage des zones de circulation et de pratique (Club et CCBVC)
3. Evolution du planning hebdomadaire des séances pour privilégier l'accueil du plus grand nombre (club)
4. Optimisation des temps d'utilisation de la salle spécialisée,
5. Proposition sur des créneaux tardifs ou en week-end si possible
6. Listing et fiche de présence par séance des gymnastes (club) qui sera fournis à la CCBVC.
7. Inscription obligatoire des gymnastes 48H avant afin de respecter le nombre maximum de participants. (Club) pour la préparation physique.
8. Engagement des adultes ou des parents si mineurs / déclaration de bonne santé + acceptation du risque (conseils de prudence pour les personnes vulnérables) (club)
9. Communication de l'ensemble des informations aux adhérents avant la reprise (club)
10. Préparation des séances par les entraîneurs, animateurs (club)
11. Information sur la tenue, effets et matériels individuels (club)
12. Affichage ou remise en main propre d'un document recensant les mesures relatives au nettoyage du matériel commun(club)
13. Mise en place de la signalétique pour la gestion des flux, sens de circulation, matérialisation des zones (Club et CCBVC)

2) Pendant la séance (Club)

1. Préparation du matériel collectif et individuel
2. Encadrant : lavage des mains et port du masque dès lors que la distanciation (moins de 2m) ne peut pas être respectée pour son intervention pédagogique (parade).
3. Gymnastes : Pas de port de masques pendant l'activité. Désinfection des mains en début et fin de séance.

3) Accueil des pratiquants

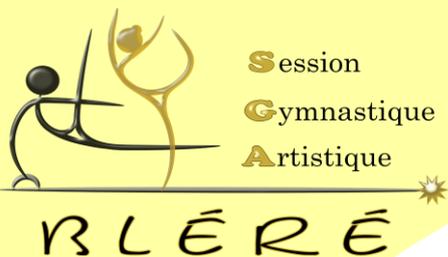
1. Présentation des règles de fonctionnement via le protocole sanitaire envoyé par mail et explication en début de séance (zone de placement, circulation, accès aux toilettes...)
2. Renseignement de la fiche de présence (possibilité de refus de participation d'un adhérent si l'encadrant constate un problème de santé)
3. Circulation (Entrée couloir, puis accès au hall d'accueil, entrée dans la salle de gymnastique et dans la zone du groupe, fin de séance, sortie par les portes blanches vitrées du couloir)
4. Respect des gestes barrières et respect de la distanciation sauf lorsque par sa nature même l'activité sportive ne le permet pas. 2m minimum entre chaque licencié en activité
5. Vérification du Pass Sanitaire par l'entraîneur titulaire **pour tous majeurs à chaque séance à compter du 31/08/2021**. Cette vérification sera faite via l'application Tous AntiCovid Verif
Les mineurs en sont exemptés jusqu'au 30/09/2021.
A compter de ces dates et en l'absence de Pass Sanitaire, l'enfant ne sera pas accepté au cours.

4) Après la séance

1. L'entraîneur se lave les mains ou désinfection s'il a effectué une intervention de sécurité avec parade
2. Désinfection du matériel utilisé par chaque groupe
3. Fin de journée : revue sanitaire de tout le matériel utilisé
4. Affaires oubliées type chaussettes bouteilles d'eau etc.... seront jetées dans une poubelle.
5. Désinfection de la salle de gymnastique avec le brumisateur les lundis-mercredi-vendredi par le club et Mardis et jeudis (CCBVC)

5) Reprise Physique Fin Août/Début septembre

1. Privilégier les zones extérieures pour les groupes Parcours C et Niveaux lors de la préparation physique.
2. Le matériel pédagogique même utilisé en extérieur doit être désinfecté.



6) TYPE DE PRODUITS NECESSAIRES

1. 1 gel hydroalcoolique/agrès
2. 9 lingettes microfibres par groupe
3. 5 sprays désinfectants EN 14476
4. Masques pour les entraineurs

INFORMATION GENERALE ET FONCTIONNEMENT

Afin de permettre une reprise d'activité dans les meilleures conditions et pour accueillir à nouveau les licenciés, le club s'adapte aux contraintes sanitaires et en utilisant les différents espaces du complexe.

Compte tenu de la surface de la salle de Gymnastique des Aigremonts, un maximum de 4 groupes de 9 gymnastes plus les entraîneurs GAM et/ou GAF peut être accepté dans l'espace agrès.

Pour une reprise en toute confiance et que tous soient sensibilisés sur les conditions particulières de reprise d'activité, le club fait signer un document reprenant les différents engagements de part et d'autre.

La composition des groupes sera clairement définie, un registre de présence sera renseigné par l'entraîneur qui pourra notamment être transmis à la CCBVC et au service compétent (Agence Régionale de Santé) dans le cas d'une détection d'un cas de COVID-19.

La reprise de l'activité est conditionnée à l'ouverture du complexe des Aigremonts et plus particulièrement à la salle de gymnastique. Le lien avec l'entité propriétaire est donc fondamental pour faire valoir les contraintes de l'activité gymnique.

Le port du masque est obligatoire pour tous dès l'entrée au gymnase. Il sera retiré par les gymnastes une fois dans leur zone en salle de gymnastique.

1) Pour les parents

1. Les parents doivent informer les enfants du protocole sanitaire et règles à appliquer.
2. Inscription de l'enfant 48H avant pour la préparation physique de fin Août/début septembre via le lien Doodle reçu par mail.
3. Il est demandé aux parents de vérifier la température de leur enfant avant de l'emmener à l'entraînement
4. Du fait que la propagation du virus ne se fait uniquement que par voie aérienne, un enfant qui tousse ne sera pas admis provisoirement.
5. Dès qu'au sein du foyer ou dans l'entourage du gymnaste, une suspicion de COVID est signalée, les parents s'engagent à ne pas amener leur enfant à l'entraînement, au risque de voir leur responsabilité engagée en cas de contamination au sein du club.
6. Les parents sont interdits dans l'enceinte du gymnase. Sauf pour les babys, Eveil Gym, Parcours A B où 1 accompagnateur peut déposer son enfant dans le hall d'accueil afin de l'aider au déshabillage avec port du masque. (Pass Sanitaire obligatoire)
7. Les parents devront récupérer leur enfant à l'extérieur du gymnase Sauf pour les babys, Eveil Gym, Parcours A B avec port du masque. (Pass Sanitaire obligatoire)



2) Pour les Gymnastes

1. Les gymnastes doivent se présenter masqués dans le hall d'accueil 5 minutes avant l'heure d'entraînement.
2. Les vestiaires seront fermés. Les enfants doivent donc être en tenue sous leurs vêtements. Ils se déshabillent dans le hall d'accueil. Ils mettent leurs vêtements, masque, chaussures dans un sac fermé nominatif qui sera placé dans l'une des 4 zones prévues à cet effet dans la salle de gymnastique. La zone sera désignée par l'entraîneur.
3. Chaque gymnaste devra être en possession :
 - D'une serviette de plage à son nom.
 - Une bouteille d'eau ou gourde à son nom
 - Sac pour mettre vêtements et chaussures

Pour les gymnastes compétitions (Parcours C et niveau) en plus :

 - Un sac avec ses maniques à son nom.
 - Un sac à congélation zippé à son nom dans lequel on lui attribuera de la magnésie.
 - Un spray d'eau à son nom (pour la tenue de la magnésie)
 - Si l'entraîneur en fait la demande d'autres objets personnels de type musculation (élastiques, sangles ...).

ATTENTION : si le gymnaste n'est pas en possession de toutes les affaires stipulées ci-dessus, il ne pourra pas participer à l'entraînement et devra être récupéré par un adulte.

Aucun échange de matériel ne doit être possible sauf s'il est désinfecté par la suite. Tout objet venant de l'extérieur doit être récupéré à la fin de la séance sous peine d'être jeté.

3) Pour les entraîneurs

1. Une dotation de masques pris en charge par le club lui sera attribué pour 1 mois.
2. L'entraîneur devra porter le masque sur toute la durée de son activité si la distanciation ne peut être assuré. dès lors qu'il se trouve à l'intérieur du gymnase en lieu couvert.
3. Le masque devra porter mention de la date et heure de début d'utilisation.

Un masque jetable doit être renouvelé toutes les 4 heures.
4. L'entraîneur devra accueillir les enfants dans le couloir (entrée gymnase), s'assurer que chaque enfant dispose de son matériel et les orienter vers le hall d'accueil.
5. L'entraîneur a en charge l'information auprès des gymnastes et le respect des règles.
6. A la fin de la séance, l'entraîneur prépare les enfants et les raccompagne dans le couloir (entrée gymnase) et les remet aux parents. Rappel : sauf dérogation, chaque enfant mineur doit être accompagné d'un adulte identifié lors de son départ.

4) Déroulement de la séance

1. L'entraîneur, avec le masque, prend en charge son groupe au niveau du hall d'accueil et l'accompagne à la zone du groupe matérialisé au sol (*).
2. Les enfants et l'entraîneur doivent se désinfecter les mains dans leur zone à l'aide de gel hydroalcoolique.
3. Les enfants se désinfectent les mains de nouveau avant d'accéder aux agrès.
4. Chaque entraîneur gère son groupe et ses déplacements. Les groupes ne sont pas autorisés à se mélanger et l'espace gymnique est défini par l'utilisation des agrès (un groupe barres, un groupe sol ...)
5. Il est demandé aux gymnastes de ne pas s'allonger ou de s'asseoir lorsqu'ils ne pratiquent pas.
6. Les exercices seront adaptés pour éviter tout contact des mains avec les moquettes.
7. Lors de la rotation d'agrès, celle-ci se fait de manière coordonnée et simultanée. Après avoir désinfecté et rangé son matériel et avant de changer d'agrès, chaque enfant et entraîneur se désinfectent les mains.
8. A la fin de l'entraînement, les enfants sont raccompagnés dans leur zone, ils se rhabillent et sont accompagnés par l'entraîneur jusqu'à la sortie du gymnase par le couloir d'entrée (*).

(*) Voir Annexe 2 : PLAN DE CIRCULATION

MESURES RELATIVES AU NETTOYAGE DU MATERIEL COMMUN

1) INFORMATION :

1. Toutes les poignées de portes devront être nettoyées en fin de journée.
2. Toutes les surfaces doivent être désinfectées en fin de journée (bureau, ordinateur, imprimantes...)
3. Tout le matériel utilisé doit être nettoyé après le passage d'un groupe.
4. Il est **INTERDIT** de poser les mains ou le visage sur la moquette (praticable ou piste de saut). L'utilisation de la serviette de bain est **OBLIGATOIRE** pour les gymnastes.
5. Il est **INTERDIT** de poser les mains ou le visage sur les surfaces vertes (fosse ou tapis de réception). Il faut retourner les tapis de réception verts pour l'utilisation afin de pouvoir désinfecter la partie grise.

NETTOYAGE AUX AGRES

1) SAUT :

1. Désinfection des mains pour tous avant d'aller à l'agrès
2. Si les mains doivent être en contact avec la piste en moquette, il faut mettre la serviette de bain nominative ou un tapis fin bleu selon l'atelier.
3. Il est **INTERDIT** de mettre du spray désinfectant sur le saut. Appliquer du désinfectant sur la lingette puis frotter sur le saut.
4. Le plastique, PVC doit être nettoyé à l'aide de la lingette et du spray de désinfection

2) BARRES :

1. Désinfection des mains pour tous avant d'aller à l'agrès
2. Il est **INTERDIT** de mettre du spray désinfectant sur les portes mains. Pas de nettoyage de portes mains.
3. Nettoyage des autres surfaces (montants, tapis...) à l'aide de la lingette et du spray de désinfection
L'utilisation de la magnésie est autorisée.
4. Après l'utilisation de l'agrès il est **INTERDIT** d'appliquer du gel hydroalcoolique. Attention réaction chimique. Les gymnastes doivent aller se laver les mains avec du savon puis se désinfecter les mains pour l'agrès suivant.

3) POUTRE

1. Désinfection des mains pour tous avant d'aller à l'agrès
2. Il est **INTERDIT** de mettre du spray désinfectant sur les poutres. Appliquer du désinfectant sur la lingette puis frotter sur les poutres.
3. Nettoyage des autres surfaces (montants, tapis...) à l'aide de la lingette et du spray de désinfection.
4. La magnésie **INTERDITE en poutre**

4) SOL

1. Il est **INTERDIT** de poser les mains ou le visage sur la moquette L'utilisation de la serviette de bain est **OBLIGATOIRE** pour les gymnastes ;
2. Des tapis fin bleus peuvent être utilisés au sol pour certains ateliers si la serviette ne garantit pas la sécurité du gymnaste (glissade)
3. Le matériel pédagogique doit être nettoyé après le passage du groupe.

Le manquement aux différentes règles pour les gymnastes et entraîneurs peut entraîner une suspension temporaire d'accès à la salle de gymnastique pour TOUS.

ANNEXES

1) GESTES BARRIERES



COVID-19

**FACE AU CORONAVIRUS :
POUR SE PROTÉGER
ET PROTÉGER LES AUTRES**

- 

**Se laver
très régulièrement
les mains**
- 

**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**
- 

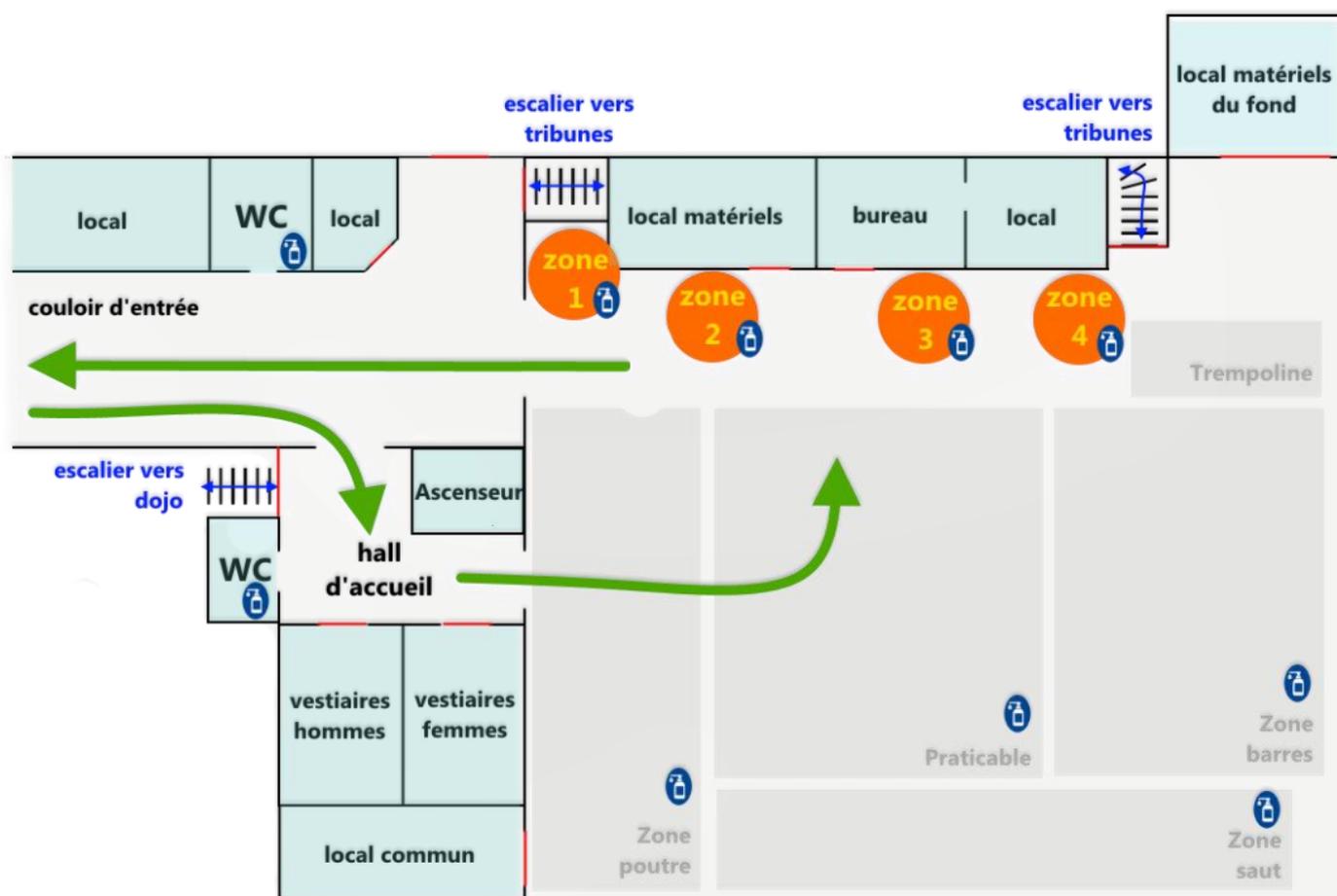
**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**
- 

**Saluer
sans se serrer la main,
éviter les embrassades**

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

 **GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS**  **0 800 130 000**
(appel gratuit)

2) PLAN DE CIRCULATION



3) Formulaire de reprise d'activité Pour les mineurs

Le présent formulaire définit les conditions dans lesquelles l'adhérent reprend une activité au sein de la **SGABLERE** dans le cadre de la sortie du confinement liée à la crise sanitaire du Covid-19.

Je soussigné(e).....

Représentant légal de l'enfant.....

Numéro de licence :

Atteste :

- Avoir pris connaissance des modalités de reprise des activités ;
- Être volontaire pour une reprise des activités par mon enfant en dépit de la crise sanitaire ;
- Avoir pris connaissance des conditions sanitaires mises en place par le club conformément aux dispositions gouvernementales et de la Fédération Française de Gymnastique ;
- S'engager à ce que mon enfant respecte les mesures obligatoires de protection ;
- Reconnaître que malgré la mise en œuvre de conditions particulières, le club ne peut lui garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19* ;
- Que mon enfant ne présente pas, au moment de la reprise, de symptôme du Covid-19* et qu'il n'a pas été en contact avec une personne touchée par le Covid-19* ;
- Ne pas amener mon enfant aux activités du club si ce dernier présente au moins un symptôme du Covid-19*
- Prévenir le club si mon enfant présente un des symptômes du Covid-19*
- Venir chercher mon enfant à l'entraînement sur demande des entraîneurs si ce dernier présente un des symptômes du Covid-19*.
- **Accepter de présenter le Pass Sanitaire de mon enfant dès lors qu'il devra le présenter.**

Fait à..... Le..... Signature :

*Symptômes du Covid-19

Hors activité sportive - Fièvre - Frissons, sensation de chaud/froids - Toux - Douleur ou gêne à la gorge - Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort - Douleur ou gêne thoracique	- Orteils ou doigts violacés type engelure - Diarrhée - Maux de tête - Courbatures généralisées - Fatigue majeure - Perte de goût ou de l'odorat - élévation de la fréquence cardiaque de repos
Pendant l'activité sportive : - Malaise - Vertiges - Palpitation (sensation de battement de cœur irrégulier ou qui s'emballe)	- Douleurs thoraciques - Perte de connaissance - Essoufflement anormal

4) Formulaire de reprise d'activité pour les majeurs

Le présent formulaire définit les conditions auxquelles l'adhérent reprend une activité au sein de la **SGABLÈRE** dans le cadre de la sortie du confinement liée à la crise sanitaire du Covid-19.

Je soussigné(e).....

Numéro de licence :

Atteste :

- Avoir pris connaissance des modalités de reprise des activités ;
- Être volontaire pour une reprise des activités en dépit de la crise sanitaire ;
- Avoir pris connaissance des conditions sanitaires mises en place par le club conformément aux dispositions gouvernementales et de la Fédération Française de Gymnastique ;
- S'engager à respecter les mesures obligatoires de protection ;
- Reconnaître que malgré la mise en œuvre de conditions particulières, le club ne peut me garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19* ;
- Que je ne présente pas, au moment de la reprise, de symptôme du Covid-19* et que je n'ai pas été en contact avec une personne touchée par le Covid-19* ;
- Ne venir participer aux activités du club si je présente au moins un symptôme du Covid-19* ;
- Prévenir le club je présente un des symptômes du Covid-19* ;
- Quitter l'entraînement sur demande des entraîneurs si je présente un des symptômes du Covid-19*
- **Accepter de présenter le Pass Sanitaire**

Fait à..... Le..... Signature :

* Symptômes du Covid-19

Hors activité sportive - Fièvre - Frissons, sensation de chaud/froids - Toux - Douleur ou gêne à la gorge - Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort - Douleur ou gêne thoracique	- Orteils ou doigts violacés type engelure - Diarrhée - Maux de tête - Courbatures généralisées - Fatigue majeure - Perte de gout ou de l'odorat - Elévation de la fréquence cardiaque de repos
Pendant l'activité sportive : - Malaise - Vertiges - Palpitation (sensation de battement de cœur irrégulier ou qui s'emballé)	- Douleurs thoraciques - Perte de connaissance - Essoufflement anormal

5) CADRE GENERAL D'UNE SEANCE DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

	Activité à l'intérieur	Activité à l'extérieur	Activité à distance
Où ?	Salle spécialisée Salle polyvalente	Parc – parking - Stade Zone extérieure à proximité du gymnase Cour d'école	Domicile
Quoi ?	Préparation technique Préparation physique générale ou spécifique Barre de danse Travail Difficultés Corporelles Proprioception Travail individuel aux engins	Préparation physique générale ou spécifique Développement habileté motrice et coordination Proprioception Travail individuel aux engins	Préparation physique générale ou spécifique Développement habileté motrice et coordination Proprioception
Comment ?	En fonction de la disposition de la salle et de la taille des espaces d'attente, le nombre de gymnastes est adapté afin de respecter les préconisations sanitaires.	Organiser les séances avec un ou plusieurs groupes séparés constitués de 10 personnes maximum (gymnastes + encadrement) Une tenue vestimentaire différente à chaque entraînement. Reprise de manière très progressive et individualisée	Partage de programmes écrits et illustrés Partage de supports vidéo Séances en Visio. Zoom, Skype, WhatsApp...
Taille du groupe relative à la surface d'activité	L'espace pour chaque pratiquant est contraint et délimité. 2m de distance minimale entre chaque pratiquant en dynamique sauf lorsque par sa nature même l'activité sportive ne le permet pas		Cellule familiale
Interaction encadrement — gymnaste	La transmission d'engin est autorisée dans le strict respect du protocole sanitaire affiché dans le gymnase ou remis en main propre aux gymnastes Port du masque ou d'une visière pour l'entraîneur dès lors que la distanciation ne peut être respectée pour son intervention pédagogique (parade)		Correction à distance par Visio
Interaction entre les pratiquants	Respect de la distanciation sauf lorsque par sa nature même l'activité sportive ne le permet pas. Exemple : collaborations en ensemble		Pas de restriction
Utilisation de petit matériel Utilisation des engins de GR	Demander aux gymnastes d'utiliser leur propre engin qu'elles remportent. Si utilisation d'engins du club, désinfection après chaque séance ou chaque exercice si l'usage est collectif. Le Protocole d'hygiène est affiché ou transmis par écrit aux gymnastes. Les entraîneurs contrôlent le respect du protocole. La transmission d'engins est autorisée avec : - Bio nettoyage des engins obligatoire avant et après chaque exercice de groupe - Lavage de mains de tous les participants avant et après chaque exercice de groupe. - L'exercice cesse quand la composition du groupe est modifiée ou que l(es) engin(s) change(nt).		Utilisation du matériel du quotidien Privilégier le matériel que tout le monde peut avoir (chaise, table basse, canapé...)
Durée des séances	Prévoir 15' de battement entre Diminution de la durée d'activité chaque séance pour éviter l'interaction entre les groupes et désinfecter le matériel. Pas d'utilisation des vestiaires	Diminution de la durée d'activité	Durée indicative de la séance : maximum 1h
Planification hebdomadaire	Alternance des séances en présentiel et à distance	L'extérieur peut être utilisé pour la réalisation d'une séquence de la séance ou pour une séance complète en fonction des disponibilités et des installations du club	Alternance des séances en présentiel et à distance

6) GUIDE D'ORGANISATION DE LA SEANCE DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

<p>ECHAUFFEMENT</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Privilégier un échauffement en extérieur (course etc.) • Si échauffement en salle : respect des zones attribuées pour chaque gymnaste / formation • Echauffement conduit par l'entraîneur
<p>PENDANT LA SEANCE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les gymnastes ne portent pas de masque • Les gymnastes restent dans la zone qui leur est attribuée • En cas d'échange de petit matériel pendant la séance, application du <u>protocole</u> d'hygiène • Privilégier le travail des difficultés corporelles et difficultés à l'engin • Possibilité de travailler en synchro et en collaboration dans le respect des préconisations sanitaires • Autonomie + sécurité : <ul style="list-style-type: none"> ○ Privilégier les situations en autonomie ○ S'assurer que la condition physique individuelle des gymnastes est adaptée aux contenus demandés • Utilisation sono/musique/vidéo : l'entraîneur est le seul responsable de l'appareil • Toilettes : privilégier l'accès en amont ou après la séance - demande auprès de l'entraîneur - pas de circulation "libre" - lavage des mains
<p>FIN DE SEANCE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les gymnastes nettoient leur petit matériel et le rangent dans la caisse individuelle • Les usagers nettoient les tapis utilisés • Départ immédiat dès la fin de la séance afin de permettre au groupe suivant de rentrer (éviter interaction sociale). - pas de "zones de bavardage" en intérieur • En cas d'oubli d'affaires personnelles, pas de retour sur la zone d'activité (contacter l'entraîneur)