



# PROTOCOLE SANITAIRE DOJO DE CHÂTEAUBRIANT JUDO CLUB CASTELBRIANTAIS

Ce protocole a pour but de présenter l'ensemble des mesures sanitaires à respecter au dojo de Châteaubriant pour pratiquer une activité en toute sécurité. Il reprend des règles sanitaires générales (gestes barrières et règles d'hygiène), ainsi que les règles spécifiques à respecter liées au dojo et à la pratique du judo et des disciplines associées.

## AVANT DE ME RENDRE AU DOJO :

- S'assurer que vous ne présentez aucun symptôme pouvant être lié au COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées), ou ont débuté depuis plus de 24 jours et ont pris fin depuis 48h minimum
- Se doucher et être allé aux toilettes
- Avoir lavé entièrement sa tenue de pratique
- Mettre sa tenue de pratique et la couvrir totalement par un autre vêtement (sweat, pantalon, veste, ...). Prendre son sac de sport, contenant :
  - Lotion hydro-alcoolique ou lotion désinfectante
  - Bouteille d'eau ou gourde pleine
  - Zooris ou claquettes placées dans un petit sac
  - Mouchoirs jetables
- Porter un masque (selon les directives gouvernementales)

## A LA MAISON, AVANT DE ME RENDRE AU DOJO

*Illustration en images*

**Je mets**



**Je porte**



**Je prends**



**avec**



\*selon les directives ministérielles



## À L'ARRIVÉE AU DOJO :

- Respecter les gestes barrières (saluer sans se serrer la main ou s'embrasser, respecter une distance d'un mètre)
- Seuls les licenciés venant pratiquer sont autorisés à rentrer dans l'enceinte du dojo. Les accompagnateurs sont invités à rester dans leur véhicule ou à attendre à l'extérieur du dojo en respectant les règles de distanciation sociale. Les accompagnants sont invités à arriver 5 minutes avant la fin du cours et à attendre leurs enfants à la sortie du dojo, toujours en respectant les gestes barrières



Lavez-vous très régulièrement les mains



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir



Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le



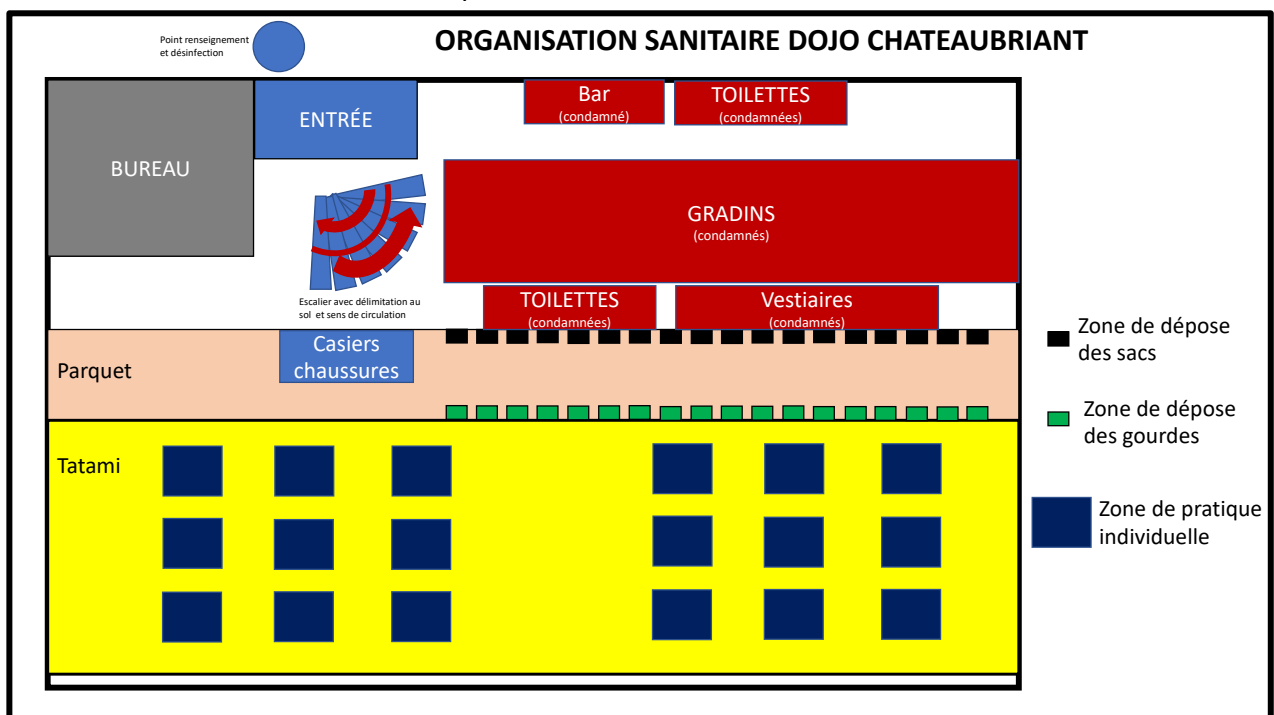
Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades



Respecter une distance de 1 mètre

## DANS LE DOJO :

- Prendre connaissance du présent protocole, et signer le formulaire de reprise d'activité au JCC. Les documents seront mis à disposition par un membre du JCC à l'entrée du dojo
- Se désinfecter les mains avec la solution désinfectante mise à disposition à l'entrée
- Respecter les fléchages mis en place et le sens de circulation à l'intérieur du dojo (descente et montée par l'escalier, en restant bien à droite, tout en évitant de se tenir à la barre)
- En bas des escaliers, déposer ses chaussures de ville dans les casiers prévu à cet effet (une paire de chaussure par casier), et mettre ses zooris
- Avancer sur le parquet et déposer son sac dans un des espaces personnels prévus à cet effet
- Enlever ses vêtements couvrant sa tenue de pratique et les ranger dans son sac
- Prendre sa gourde, sa lotion désinfectante personnelle et ses mouchoirs, puis avancer vers le tatami. Les poser au bord du tatami dans la zone prévue à cet effet, en face de votre zone de dépose de sac



## **SUR LE TATAMI :**

- Désinfecter ses pieds et mains avant de monter sur le tatami avec sa lotion
- Suivre les consignes indiquées par le professeur et rejoindre sa zone personnelle de pratique (le tatami est segmenté en zones de 4m<sup>2</sup> minimum pour les moins de 12 ans et 9m<sup>2</sup> minimum pour les plus de 12ans)
- Respecter sa zone de pratique et ne pas en sortir sans ordre du professeur
- Les saluts communs de début et fin de cours ne se font pas en ligne traditionnelle, mais depuis les aires de pratiques dévolues
- En fin de cours, rejoindre le bord du tatami et désinfecter ses pieds et mains avant de remettre ses zooris
- Ramasser ses affaires (gourdes...) et rejoindre son sac
- Ramasser son sac, et rejoindre les casiers pour récupérer ses chaussures
- Mettre ses chaussures et rejoindre la sortie en respectant le sens de circulation et en respectant les gestes barrières en dehors du dojo

## **ARRIVÉE À LA MAISON :**

- Se doucher
- Laver sa tenue de pratique
- Désinfecter ses zooris
- Rincer sa bouteille d'eau
- Vérifier le niveau de sa lotion désinfectante et la remplacer si besoin pour le prochain cours

## **RÈGLES SPÉCIFIQUES AU DOJO :**

- Les vestiaires sont condamnés et non accessibles jusqu'à nouvel ordre
- Les toilettes sont condamnées et non accessibles jusqu'à nouvel ordre
- Les gradins sont condamnés et non accessibles jusqu'à nouvel ordre
- Dans le dojo, les professeurs et bénévoles porteront un masque, mais le port par les pratiquants n'est pas obligatoire, dans la mesure du respect des gestes barrières et de la distanciation sociale. Il est cependant conseillé de porter un masque pour arriver et sortir du dojo
- Le matériel pédagogique ainsi que les tatamis seront désinfectés entre chaque cours à l'aide de produit désinfectant de norme virucide pour les virus enveloppés. (Norme européenne virucide EN 14476). Une durée minimum de 30 minutes sera respectée entre chaque cours pour assurer un bon nettoyage (15' lavage et 15' séchage) du matériel, et une bonne aération du dojo
- En raison de la taille importante du dojo, et comme vu entre Monsieur François Lopard (responsable du service Sport, Animations et Loisirs de la Ville de Châteaubriant) et Monsieur Christophe Barbotin (Président du JCC), 2 groupes de 9 élèves peuvent être présents dans le dojo. Cependant, afin de respecter les distanciations sociales et éviter une arrivée massive au dojo, les 2 groupes seront convoqués avec 15 minutes de décalage, et les cours organisés comme suit :
  - 15 minutes : arrivée des pratiquants, prise de connaissance du protocole, signature du formulaire
  - 1h à 2h : cours (durée à adapter suivant l'âge des pratiquants)
  - 10 minutes : départ différé des pratiquants d'un même groupe

- 30 minutes minimum : nettoyage et séchage du matériel
- Les cours ne seront accessibles que sur réservation. Si un pratiquant vient sans prévenir, il pourra se voir refuser l'accès au dojo si les groupes de pratique sont complets