



JKC La Chaux-de-Fonds/Le Locle/Fontainemelon

T +41 32 926 87 23
info@jkc.ch
www.jkc.ch

JKC La Chaux-de-Fonds/Le Locle/Fontainemelon

Dojo La Chaux-de-Fonds, section judo

Concept de protection pour les entraînements dès le 6 juin 2020

Version : 03.06.2020

Auteur : Didier Berruex





Nouvelles conditions cadres

Dès le 6 juin 2020, les entraînements sont à nouveau autorisés dans tous les sports, sous réserve du respect des concepts de protection propres à chaque club. Pour les activités sportives nécessitant un contact physique étroit et constant, l'entraînement doit être organisé de telle sorte qu'il se déroule exclusivement par groupes fixes et avec une liste de présence. On parle de contact étroit lorsque des personnes restent longtemps (plus de 15 minutes), ou de manière répétée, à une distance de moins de deux mètres les unes des autres, sans mesure de protection.

Les cinq principes suivants doivent être respectés lors des entraînements :

1. Pas de symptôme à l'entraînement

Les personnes présentant des symptômes de maladie (rhume, toux, fièvre, ...) ne sont PAS autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin.

2. Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, dans les vestiaires, lors des discussions, lors de la douche, après l'entraînement et lors du trajet retour – dans ces situations ou d'autres similaires, gardez encore vos distances avec les autres personnes et renoncez aux poignées de main ou « high five ». Les contacts corporels sont seulement à nouveau autorisés, dans tous les sports, au moment de l'entraînement à proprement parler. L'entraînement doit se dérouler dans un espace d'au moins 10 m² par couple, ce qui signifie qu'un maximum de 32 personnes peuvent participer à nos entraînements.

3. Se laver soigneusement les mains

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage.

4. Etablir des listes de présence

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient des listes de présence pour tous les entraînements. La personne responsable de l'entraînement est chargée de tenir une liste exhaustive et exacte ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 5). Le club est libre de décider de la forme sous laquelle il souhaite tenir ces listes (par exemple : doodle, application, Excel, etc.).

5. Désigner une personne responsable au sein du club

Chaque organisation qui prévoit de reprendre les entraînements doit nommer un(e) responsable du plan coronavirus. Cette personne est chargée de veiller à ce que les règlements soient respectés. Dans notre club, il s'agit de Didier Berruex. Si vous avez des questions, veuillez le/la contacter directement (Tél. +41 79 730 86 31).

6. Prescriptions spécifiques

Les membres arrivent déjà en kimono. Vestiaires et douches pas accessibles, sauf entraînement adultes.

Pas d'accompagnant dans le dojo.

Désinfection des mains et des pieds avant et après l'entraînement. Le désinfectant est fourni par le club.

Les cours commencent aux heures habituelles et s'arrêtent 15 minutes avant pour aérer la salle.

Les groupes ne se croisent pas dans les locaux.

Désinfection du tatami après le dernier entraînement de la journée.