



PROCOLE DE REPRISE D'ACTIVITÉS AU 06/09/21

Ce document liste les points essentiels à suivre par les adhérents du Shin Dojo Herblinois.

1. À LA MAISON.

- ✓ **1. Être dans un bon état de santé général avant de partir** (Pas de signe de COVID dans l'entourage familial ou de signes tels que rhume, fièvre, toux, ...).
- ✓ **2. Prendre son sac de sport** (En plus de sa tenue de pratique, disposer d'un gel hydro-alcoolique, d'une gourde d'eau, de ses zoori [tongues], de mouchoirs à usage unique, et d'un sachet pour son masque).
- ✓ **3. Disposer d'un Pass Sanitaire :**
 - pour les adultes (un schéma vaccinal complet ou un test PCR ou test antigénique négatif de moins de 72h ou un certificat de rétablissement de la Covid-19)
 - pour les enfants à partir de 12 ans (à compter du 30 septembre).

2. À L'ENTRÉE DU DOJO.

- ✓ **1. Porter un masque** (selon les directives ministérielles).
- ✓ **2. Suivre les recommandation à l'accueil du Dojo :**

Garder la distance requise, prendre connaissance du **protocole FFJDA** en vigueur pour le cours, enfiler ses zoori juste avant d'entrer dans le Dojo, se frotter les mains avec le gel hydro-alcoolique distribué à l'entrée.
- ✓ **3. Entrer en zoori, déposer son sac de sport aux emplacements indiqués, rejoindre un emplacement libre près du tatamis et emporter :**

sa gourde d'eau, son gel individuel, ses mouchoirs et son sachet avec masque.
- ✓ **4. Se désinfecter les pieds et les mains avec son gel personnel et attendre que le professeur vous appelle.**

3. DE RETOUR À LA MAISON.

- ✓ **1. Se doucher** (chez soi ou dans les douches de l'espace sportif avant son retour).
- ✓ **2. Laver sa tenue de pratique.**
- ✓ **3. Désinfecter ses zoori et rincer sa bouteille d'eau.**
- ✓ **4. Réapprovisionner son kit sanitaire :**

(gel hydro-alcoolique, mouchoirs, masque).