

# LES MESURES BARRIÈRES POUR LA GYMNASTIQUE

## JE SUIS ENTRAÎNEUR ...



Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade

Je me lave les mains en entrant dans la salle et en quittant le gymnase

Si je touche un gymnaste, je me lave les mains immédiatement après et avant toute proximité avec un autre gymnaste



Je fais respecter les mesures de distanciation et le lavage des mains régulier des gymnastes

Je m'assure que les gymnastes ne portent pas les mains à la bouche



J'assure une reprise progressive



J'arrive dans une tenue propre

Si je ne peux pas être à plus d'1 mètre d'un gymnaste, Je porte un masque



J'évite les parades et tout contact physique



J'intègre des activités en extérieur dès que possible : échauffement, étirements...



# LES MESURES BARRIÈRES POUR LA GYMNASTIQUE

## JE SUIS GYMNASTE ...



Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade



Je me lave les mains en arrivant, pendant la séance et en quittant le gymnase

Si je ne me sens pas bien pendant l'entraînement, je le signale à l'entraîneur

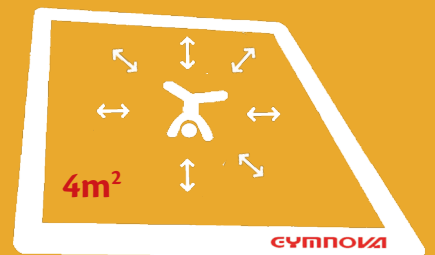


Je lave mes affaires en rentrant à la maison



J'arrive dans une tenue propre sans passer au vestiaire

Je respecte les distances



\*4m<sup>2</sup> (2 x 2 mètres) : minimum 1 mètre de distance entre chaque individu

Je ne touche pas mon visage pendant l'entraînement

