



**Amicale Franconville de Gymnastique
Volontaire**
(Club affilié à la FFEPGV)
11, rue de la Station
95130 FRANCONVILLE

SAISON 2020/2021

NOTE AUX ADHERENTS

Consignes sanitaires à respecter dans le cadre de la lutte contre la Covid 19

1. Avant de vous rendre aux séances de gymnastique, vous devez :

- Vérifier que vous n'avez pas de fièvre,
- Vérifier que vous n'avez pas été en contact avec une personne atteinte ou suspectée d'être atteinte de la Covid 19 dans les 15 jours précédant l'activité. Si vous être revenu d'un pays où la circulation du virus est active, vérifier que ce retour remonte à au moins 15 jours
- Si vous êtes une personne à risque vis-à-vis de la Covid 19, ou, a fortiori, si vous avez été atteint par la Covid 19, consulter votre médecin traitant et appliquer ses recommandations,
- Porter une tenue adaptée à l'activité pratiquée (vous ne pourrez pas disposer de vestiaires pour vous changer avant ou après la séance),
- Vous munir d'un sac pour déposer vos effets personnels, non nécessaires, avant le début de la séance,
- Vous munir de gel hydro-alcoolique et d'un masque,
- Vous munir d'un tapis personnel, d'une serviette et de chaussures adaptées (le changement de chaussures reste obligatoire, le port de chaussettes est toléré, les pieds nus sont interdits sur les sols d'exercice).

2. Lors des séances, vous devez :

- Eviter d'attendre devant la salle, avant le début de la séance, pour libérer l'accès. Par le choix d'une tenue adaptée (voir plus haut) réduire les temps d'habillage et déshabillage et globalement quitter rapidement la salle, après la séance, pour éviter, autant que faire se peut, le croisement des entrants et des sortants,
- Porter le masque, avant le début et après les exercices proprement dits, c'est-à-dire lors de l'attente et des phases d'habillage-déshabillage,
- Pendant la phase d'exercice, retirer le masque mais maintenir une distance physique minimale entre les pratiquants de 2 mètres,
- Nettoyer vos mains avec un gel hydro-alcoolique avant l'entrée en salle et après,
- Utiliser exclusivement votre propre matériel et ne jamais l'échanger ou le prêter,
- Si vous apportez une bouteille d'eau (s'hydrater régulièrement reste une recommandation), la repérer de manière à éviter toute confusion de bouteille avec un autre pratiquant,
- Eviter les contacts physiques entre les pratiquants avant, pendant ou après la séance,
- Vous conformer aux consignes complémentaires susceptibles de vous être données par l'animateur ou un membre du Comité de Direction.



Je, soussigné(e), Monsieur ou Madame _____,
certifie avoir pris connaissance des consignes ci-dessus et m'engage à les respecter pour
la pratique des activités au sein de l'AFGV.

Le _____

Signature :
