



Artistique Caennais de Sport Et Loisir

Patinoire de Caen la Mer – 8, rue Jean de la Varenne - 14000 CAEN ☎ 02-31-85-60-46

E-mail : contact@acsel-caen-patinage.fr Site : <http://www.acsel-caen-patinage.fr/>

PROTOCOLE DE REPRISE DES ACTIVITES SPORTIVES

[Protocole applicable aux sportifs et accompagnants à compter du 01/09/2020](#)
[Sections compétition – détection \(Patinage Artistique et Patinage Synchronisé\)](#)

Mise à jour du 02/09/2020

Conforme aux recommandations ministérielles, fédérales et de la Ville de Caen.

Les éléments mis à jour sont surlignés **en jaune**

1. Avant toute reprise d'activité

- a. Pour les personnes ayant contracté la COVID-19, une consultation médicale s'impose avant la reprise de l'entraînement
- b. Pour les personnes en contact d'un cas confirmé, pas de reprise d'activité sportive avant 14 jours.
- c. Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été modérée, il est conseillé de voir son médecin avant la reprise de l'entraînement
- d. Pour les sportifs, il est recommandé une reprise progressive de l'entraînement en durée et en intensité afin de réadapter son corps à l'effort et de limiter les risques d'accident, notamment cardiaque, musculaires ou articulaires, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

2. Accueil des sportifs et du public

- a. La zone d'attente et d'accueil des sportifs se fera **devant la patinoire**, à l'extérieur.
- b. Aucun parent/accompagnateur ne devra patienter **dans la patinoire** pour attendre un sportif (hors gradins cf point 3)
- c. **Un lavage des mains** (au minima au gel hydroalcoolique) doit être fait à l'**entrée dans la patinoire**.

3. Circulation dans la patinoire

- a. La circulation à l'intérieur de la patinoire se fera **selon les modalités indiquées par la patinoire** de Caen la Mer.
- b. Selon les zones, un **sens de circulation** peut être indiqué. Il est obligatoire de le suivre.
- c. **L'accès aux zones « sportifs » (couloirs des vestiaires, vestiaires, bord de glace) est strictement interdit** aux personnes autres que les sportifs concernés sur leurs créneaux horaires, les entraîneurs et les représentants du Conseil d'Administration de l'ACSEL.
- d. Sauf indications contraires de la Patinoire Caen la Mer, pour **accéder au bord de piste**, le sportif devra emprunter la zone « Accueil », passer par le couloir des vestiaires puis accéder au vestiaire n°3 ou directement au bord de piste par la première porte d'accès à la glace.



Artistique Caennais de Sport Et Loisir

Patinoire de Caen la Mer – 8, rue Jean de la Varenne - 14000 CAEN ☎ 02-31-85-60-46

E-mail : contact@acsel-caen-patinage.fr Site : <http://www.acsel-caen-patinage.fr/>

e. A la **fin du cours**

i. pour rejoindre le lieu de hors glace ou l'extérieur, le sportif devra longer le bord de piste puis emprunter la porte située à proximité des sanitaires grand public pour rejoindre la zone « accueil »

ii. pour rejoindre le vestiaire, le sportif devra utiliser la porte à proximité de la sono de l'ACSEL.

f. **Le port du masque est obligatoire pour toute personne de 11 ans et plus** pour tout déplacement à l'intérieur de l'établissement en dehors de la glace ou des moments d'activités sportives hors-glace.

4. Accès aux gradins

a. L'accès aux gradins est possible pour les accompagnants attendant leur enfant.

b. Cet accès se fait **par l'escalier central** en longeant le côté le plus à gauche de l'escalier (afin de laisser 1 mètre environ de distance en cas de croisement)

c. De manière latérale, une **distance minimum de 2 sièges** (correspondant à 1 m environ) doit obligatoirement être respectée.

d. Le **siège de devant et de derrière** doit également rester libre.

e. Comme dans l'ensemble de la patinoire de Caen la Mer, **le port du masque est obligatoire dans les gradins** pour toute personne de 11 ans et plus.

5. Accès aux vestiaires et aux sanitaires

a. L'accès aux vestiaires et aux douches sera autorisé **à compter du 1^{er} Septembre** selon les conditions suivantes :

i. Les vestiaires sont des lieux identifiés comme étant à **forte probabilité de contamination**

ii. Il est recommandé, dans la mesure du possible, de **venir directement en tenue de sport** et de **passer le moins de temps possible dans le vestiaire.**

iii. **Le port du masque est obligatoire** dans le vestiaire **pour toute personne de 11 ans et plus.**

iv. Le **nettoyage des mains au gel hydroalcoolique** est obligatoire à l'entrée et à la sortie des vestiaires.

v. La **distanciation d'1 mètre** est obligatoire dans le vestiaire ce qui porte, pour le vestiaire 3, à une **capacité simultanée de 11 sportifs.**

vi. Les vêtements et effets personnels doivent être **rangés dans un sac individuel** fermé après habillage.

vii. Afin d'assurer une aération suffisante, **la porte des vestiaires doit rester ouverte** dès lors que celui-ci n'est pas occupé.

viii. L'utilisation des casiers est soumise à un parfait état de propreté et à une **désinfection avec une périodicité renforcée (au moins une fois par semaine).**

b. Il est impératif de privilégier toujours les **sanitaires les plus proches.**

i. Si le patineur est sur la glace => Sanitaires grand public

ii. Si le patineur est en hors-glace en étage (salle du 1^{er} étage ou gradins) => sanitaires du 1^{er} étage

iii. Si le patineur est dans le vestiaire => sanitaires du couloir des vestiaires

iv. Si le patineur est en extérieur ou hors-glace sous gradins => Sanitaires PMR dans le hall d'accueil



Artistique Caennais de Sport Et Loisir

Patinoire de Caen la Mer – 8, rue Jean de la Varende - 14000 CAEN ☎ 02-31-85-60-46

E-mail : contact@acsel-caen-patinage.fr Site : <http://www.acsel-caen-patinage.fr/>

- c. Le lavage des mains est obligatoire en entrant dans les sanitaires et avant la sortie.

6. Accès à la piste

- a. La désinfection des mains est obligatoire avant de rentrer sur la piste et en ressortant.
b. **L'entrée sur la piste** se fera obligatoirement par la porte située à droite lorsque l'on est face à la piste.
c. **La sortie de piste** se fera obligatoirement par la porte située à gauche lorsque l'on est face à la piste.

7. Equipement

- a. Les sportifs devront venir **munis de leur matériel personnel** et aucun prêt ou échange entre sportif ne sera toléré :
- 1 tapis de gym
 - 1 serviette de toilette personnelle
 - Masques lavables ou jetables (durée d'utilisation max : 4h)
 - 1 gourde préremplie ou une bouteille d'eau au nom de l'enfant
 - 1 paquet de mouchoirs jetables
 - 1 flacon de gel ou solution hydroalcoolique
 - Matériel spécifique (ex : corde à sauter, spinner..)
- b. L'usage de matériel pédagogique du club doit être limité au plus strict nécessaire. Dans ce cas, il devra être désinfecté par l'entraîneur après usage selon protocole adapté (matériel fourni)

8. Entraînement

a. L'entraînement ne pourra se faire que sur glace et dans les lieux préalablement autorisés à cet effet (salle du 1^{er} étage, haut des gradins, couloir sous gradins, gymnase RUFA). Le hors-glace sera privilégié en extérieur selon les conditions météorologiques.

b. Quand le masque est retiré (entrée sur la glace ou activités physiques hors-glace), il doit être replié, sans contact extérieur/intérieur (ne pas le rouler) et **stocké dans une pochette vide**. Par conséquent, chaque compétiteur devra se munir d'une petite pochette. Lors de l'accès à la glace, cette pochette sera placée sur la balustrade, sous les protège-lames du sportif. Pour rappel, le **masque est obligatoire pour toute personne de 11 ans et plus**.

c. Il est fortement recommandé que les jeunes enfants portent des gants lors de la séance par mesure de sécurité et de prévention liée au contexte sanitaire.

d. Afin d'assurer une parfaite traçabilité d'éventuels « cas contacts », un **cahier de présence** devra systématiquement être rempli par l'entraîneur lors de chaque séance.

9. Après la pratique

- a. De retour chez lui, le sportif devra :
- i. Mettre sa tenue de sport au lave-linge,
 - ii. Désinfecter ses patins,
 - iii. Laver sa gourde,
 - iv. Réapprovisionner son kit sanitaire (gel hydro-alcoolique, mouchoirs, masque).



Artistique Caennais de Sport Et Loisir

Patinoire de Caen la Mer – 8, rue Jean de la Varenne - 14000 CAEN ☎ 02-31-85-60-46

E-mail : contact@acsel-caen-patinage.fr Site : <http://www.acsel-caen-patinage.fr/>

10. Informations diverses

- a. Le respect des gestes barrières habituels est de mise (rappel ci-dessous)
- b. Si vous êtes porteur de symptômes évocateurs du COVID 19 ou si l'un de vos proches est malade, vous ne devez pas venir à l'entraînement et prévenir le club.
- c. Si, au cours de la séance, l'un des participants présente des symptômes évocateurs du COVID, il sera immédiatement mis au repos, à l'écart avec masque et pris en charge au plus vite par les parents ou les accompagnateurs. En cas de signes de gravité (troubles respiratoires importants par exemple), un appel au centre 15 sera nécessaire.
- d. Ce protocole pourra être mis à jour régulièrement selon les directives ministérielles, fédérales ou locales.

Textes de référence

Décret n° 2020-663 du 31 mai 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a été prorogé

Version consolidée au 5 août 2020 intégrant les dispositions du décret modificatif n° 2020-911 du 27 juillet 2020

Décret n° 2020-1035 du 13 août 2020 modifiant le décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a été prorogé

Décret n° 2020-1096 du 28 août 2020 modifiant le décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a

été prorogé

Avis du Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP)

Coronavirus COVID-19

Les bons réflexes à adopter

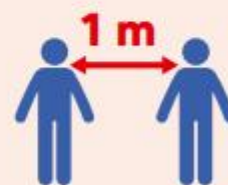
Respecter les **règles de distanciation** dans la mesure du possible



Vélo,
footing...



Entre chaque
pratiquant
en dynamique



Pour les moments
statiques (consignes,
briefing, débriefing...),
ainsi que pour les activités
des piscines à l'eau chlorée

Respecter les **règles
barrières**



Se changer et se doucher
à domicile

(sauf si des vestiaires individuels
sont à votre disposition,
les vestiaires collectifs quant à eux
demeurent fermés)



Limiter à **10 personnes
maximum** les groupes ou rassemblements
(hors activités sportives)

COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque



1 Bien se laver les mains



2 Mettre les élastiques derrière les oreilles

ou



3 Nouer les lacets derrière la tête et le cou



3 Pincer le bord rigide au niveau du nez, s'il y en a un, abaisser le masque en dessous du menton et ne plus le toucher

Comment retirer son masque



1 Se laver les mains et enlever le masque en ne touchant que les lacets ou les élastiques



2 Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter

ou



3 s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min



3 Bien se laver les mains à nouveau

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières