

# PROTOCOLE COVID 19

## RETRAITE SPORTIVE DE PARIS



65, rue du Moulin des Prés,  
75013 Paris  
Tél.: 01 53 80 00 46  
Courriel : rs-paris@orange.fr  
Blog : www.sport-seniors-paris.com

Le 10 septembre 2021

Suite à la parution du décret du n° 2021-1059 du 8 août 2021, vous trouverez ci-dessous les consignes de préventions COVID 19, qui seront applicables lors de la pratique des activités physiques de la Retraite Sportive de Paris, en extérieur et en lieux clos.

### 1. Sur un plan général :

Chaque pratiquant doit :

- Respecter une distance physique de 1 mètre minimum entre les personnes.
- Prévoir un masque, un flacon de gel hydro-alcoolique, ainsi que son matériel personnel.
- Si l'obligation du port du masque est maintenue, le décret prévoit néanmoins que cette obligation ne s'applique pas dans les espaces extérieurs si une distance de deux mètres entre chaque personne peut être observée.
- S'interdire tout prêt de matériel.
- Se désinfecter les mains avant et après l'activité.
- Laver son équipement après chaque usage.
- S'inscrire obligatoirement à son arrivée, auprès du référent COVID 19 ou de l'animateur.
- Avertir la RSP, dans les plus brefs délais, par mail, en cas de contamination personnelle.

**Important** : Les mesures de distanciation sociale et de respect des règles d'hygiène (notamment le lavage des mains dès l'entrée dans les locaux) continuent à s'appliquer.

### 2. Recommandations particulières COVID 19, pour les activités d'extérieur, (marche nordique, randonnées pédestres, Swin-golf, pétanque).

- Respecter la distance physique entre les participants.
- Pas de prêt de matériel, ni matériel en commun.
- Se laver les mains avant et après l'activité.
- Nettoyer son matériel après chaque séance.

### **3. Recommandations particulières pour les activités en lieu clos, (activités gymniques, activités aquatiques, activités dansées, qi gong, yoga, activ'mémoire, tennis de table, tennis et tir à l'arc).**

- Se présenter à l'entrée de chacun des sites avec :
  - soit du résultat d'un examen de dépistage, d'un test ou d'un autotest (dépistage RT-PCR, un test antigénique ou un autotest) ne concluant pas à une contamination par la covid-19 et réalisé moins de 72 heures avant l'accès à l'établissement, au lieu ou à l'évènement ;
  - soit d'un justificatif de statut vaccinal concernant la covid-19 ;
  - soit d'un certificat de rétablissement à la suite d'une contamination par la covid-19.
- Arriver en tenue de sport pour éviter les regroupements au vestiaire.
- Chaque animateur adaptera le port de son masque pendant la séance, en fonction de la situation.
- Masque facultatif pour les pratiquants pendant l'exercice de l'activité, mais obligatoire dans les couloirs ou les vestiaires.
- Se laver les mains avant et après la séance.
- Conserver toujours la distance physique entre les participants.
- Venir avec son matériel personnel, tapis de sol, serviette, boisson, raquette, gel hydro-alcoolique, etc..
- La pratique de l'activité se fera sans matériel en commun.
- Les corrections de postures individuelles ou globales devront se faire uniquement sous forme démonstrative, afin d'éviter tout contact direct.
- Pour le Tennis de Table, le jeu se fera uniquement à deux par table.
- Tout prêt de matériel est interdit.
- Se munir d'un sac pour y mettre ses affaires personnelles.

#### **4. Recommandations particulières pour les activités aquatiques en piscine.**

- Pour réduire le temps de passage au vestiaire, arriver avec son maillot de bains déjà sur soi.
- Se doucher en respectant une distance de 2 m.
- Dans les vestiaires porter le masque et respecter les gestes barrières.
- Se munir d'un sac pour y mettre ses affaires personnelles.
- Dans le bassin, respecter la distanciation sociale entre chaque participant.
- L'animateur devra rester sur le bord du bassin.

#### **Important :**

- Ces recommandations doivent être observées par l'ensemble des adhérents pour toutes les activités physiques proposées par le club.
- Si ces recommandations n'étaient pas respectées, la RSP sera contrainte de fermer l'activité concernée.