



## Version 1.2

10 septembre 2020

---

*L'objectif de ce protocole est de permettre une pratique encadrée et sécurisée des activités de l'OCC judo Il est issu du protocole préconisé par la FFJDA et répond à un niveau de vigilance fixé par le gouvernement.*

---

### Les gestes sanitaires à faire respecter de manière systématique



**Gestes barrières Covid-19 sont obligatoires pour tous**

**Port du masque obligatoire pour toute personne de 11 ans et plus en dehors du tatami.**

#### **Désignation d'un référent Covid-19 :**

Chaque club doit désigner un responsable Covid-19 chargé de veiller à la mise en œuvre des protocoles sanitaires. Pour l'OCC judo, ce référent est : **Manu CALVEZ**

#### **Organisation du club :**

- Un registre détaillé des présences est tenu afin de permettre le suivi des pratiquants.

#### **Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants avant de se rendre au dojo :**

- Avoir un bon état de santé général
- Si j'ai eu le COVID-19, ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise
- S'être douché, lavé les cheveux, avoir les mains propres et les ongles correctement coupés. Porter un judogi propre.
- Prendre un sac à l'intérieur duquel doivent figurer :
  - **un judogi propre**
  - **des claquettes,**
  - **une gourde**
  - **un flacon de gel hydroalcoolique**

## Préconisations sanitaires à faire respecter dans le dojo et durant la séance :

- Claquettes obligatoires hors tatamis.
- Arriver en tenue (judogi). Pas d'accès vestiaire pour les groupes enfants ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)).
- Utilisation du gel hydroalcoolique : mains en entrant dans la salle et mains et pieds avant chaque montée sur le tatami.
- Inscription du nom et prénom sur le cahier d'émargement à chaque séance
- Respecter les parcours de circulation organisés par le club ([Voir plan en annexe 2](#)) afin de limiter au maximum les croisements entre les personnes, ainsi que les points de rassemblement.
- A chaque sortie du tatami, le pratiquant remet son masque ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)), se passe les mains et les pieds au gel hydroalcoolique.
- Le salut s'effectue de façon traditionnelle mais avec une distanciation physique d'au moins un mètre entre les pratiquants
- Mise en place de groupes de et de zones de travail pour limiter les échanges.
- Accès aux robinets uniquement pour le lavage des mains. Gourde personnelle obligatoire.
- Port du masque pour l'encadrement.

*Le risque zéro n'existe pas, mais nous souhaitons limiter au maximum la propagation du virus  
Nous comptons donc sur vous pour garder un comportement sanitaire rigoureux dans votre vie  
quotidienne.*

### ENTRAINEMENT TYPE :

#### **J'arrive au dojo :**

- ✓ Je porte mon masque ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)).
- ✓ Je me lave les mains au gel hydroalcoolique.
- ✓ Je respecte le fléchage mis en place dans le dojo ([Voir plan en annexe 2](#)).

#### **Je me change (Groupe ados-adultes) :**

- ✓ Je rapporte toutes mes affaires dans les tribunes dans les zones dédiées.

#### **Avant de monter sur le tapis :**

- ✓ Je pose mes claquettes, ma gourde, mon flacon de gel hydroalcoolique et mon masque ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)) sur le bord du tatami sur l'espace prévu.
- ✓ Je me passe du gel hydroalcoolique sur les mains et les pieds.

#### **Je m'entraîne :**

- ✓ Je vais avec mon groupe de travail.
- ✓ On s'échauffe et on s'entraîne sur la partie de tatami qui nous est attribuée.
- ✓ Pas d'attroupement lors des repos.

#### **Je sors (remplir ma gourde, toilettes) :**

- ✓ Je remets mon masque ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)).
- ✓ Je mets mes claquettes.

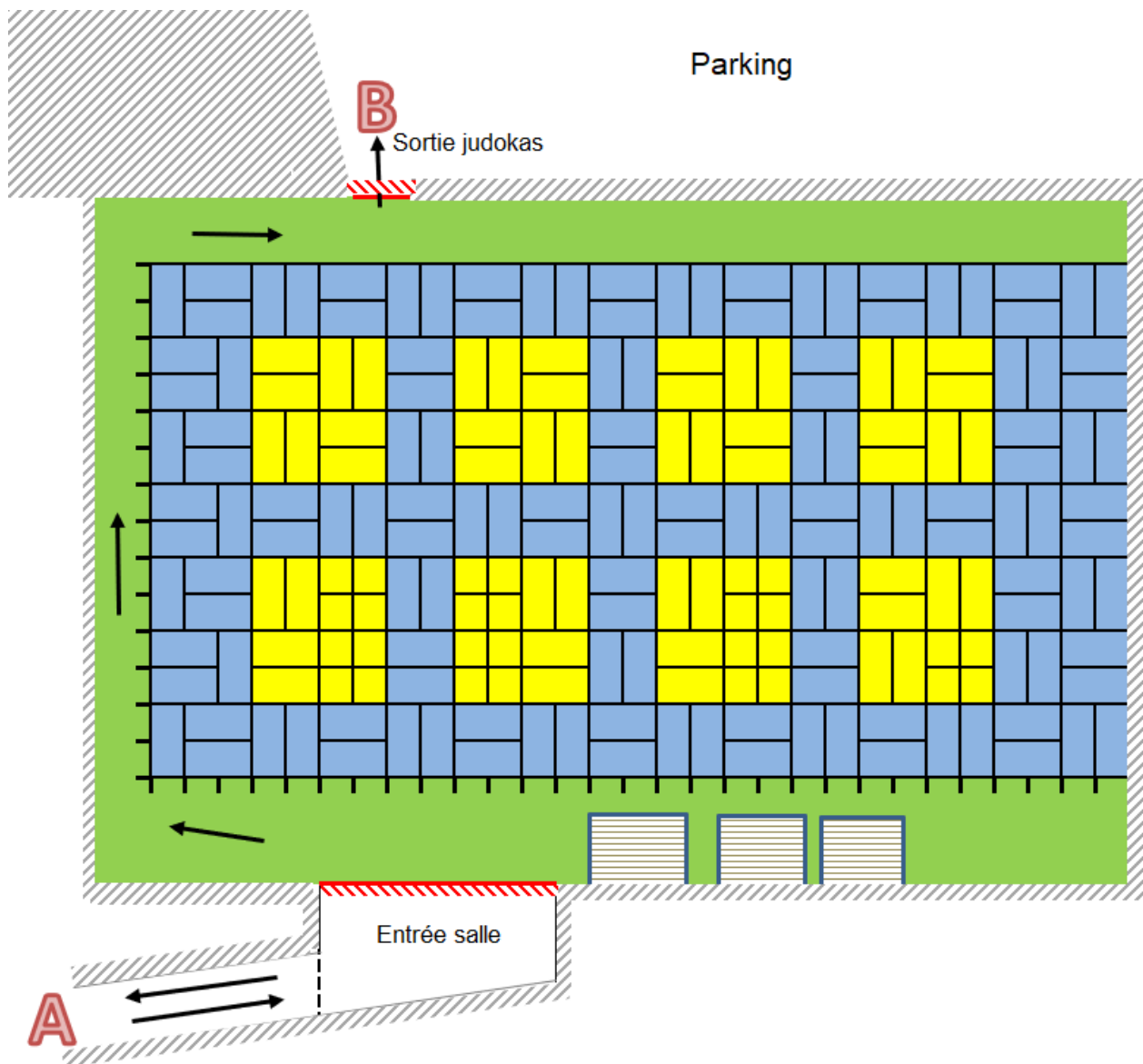
#### **Je quitte l'entraînement :**

- ✓ Je mets mon masque ([Voir tableau des groupes en annexe 1](#)) et je mets mes claquettes.
- ✓ Je ne laisse aucune affaire dans le dojo.
- ✓ Je sors du dojo en respectant le sens de circulation indiqué ([Voir plan en annexe 2](#))

**Annexe 1** : Tableau des groupes

<a href="http://www.occ-judo.org">www.occ-judo.org</a>				
<b>OCC judo</b>				
Saison 2020 - 2021				
	Lundi	Mercredi	Vendredi	
	<b>Arriver en tenue au dojo</b> - <b>Pas d'accès au vestiaire</b>		14h00 – 15h00	
			15h00 -15h45	
		18h00 - 19h00	16h00 – 17h00	18h00 - 19h00
<b>Masque obligatoire hors tatamis</b>	19h00 – 20h30	17h00 - 18h15	19h00 – 20h30	


## Annexe 2 : Circulation dans le dojo



Arrivée pratiquants et accompagnants par **A**

Sortie accompagnants par **A**

Sortie pratiquants par **B**

Les accompagnants (parents, amis) ne franchissent pas les lignes rouges 

Aucun spectateur sur les tribunes