



## Déconfinement / Phase 3 : les mesures pour le sport Reprise de la Musculation - Soulac-sur-Mer

Mise à jour 22 juin 2020 (Ministère des Sports)

### *Salles fitness musculation autres équipements sportifs*

#### Organisation générale

Les équipements sportifs couverts pourront rouvrir.

Aussi, les gymnases, les salles de sport comme les piscines pourront rouvrir leurs portes au public selon un calendrier propre à chaque collectivité ou exploitant, en fonction du délai nécessaire à la remise en service des équipements concernés après plus de deux mois de fermeture. Naturellement, leur réouverture devra se conformer aux protocoles sanitaires élaborés par le Ministère des Sports.

#### Horaires, dates d'ouvertures, organisation

Les horaires d'accès du public aux équipements et espaces pourront être fractionnés dans la journée pour permettre l'accueil de publics différenciés et intercalés de phases de désinfection plus poussées.

Une journée de fermeture, voire une demi-journée, peut être planifiée pour permettre des interventions de nettoyage et de désinfection en profondeur, en fonction des moyens mobilisables par l'exploitant.

#### L'accueil et les zones de circulation

Les portes d'entrées non automatiques resteront ouvertes dans la mesure du possible pour éviter les contacts sur leurs surfaces.

En caisse (pour les activités individuelles payantes) :

La distanciation spatiale sera marquée au sol et rappelée par des messages appropriés (caisse avec banque ou distributeur automatique).

Une seule personne autorisée à la caisse en même temps, en cas de queue se formant, un agent veillera au maintien des distances jusqu'à l'extérieur, dès le parking les usagers seront informés des dispositions.

Le paiement sans contact sera privilégié, l'appareil étant facile d'accès pour l'utilisateur, le caissier se trouvant derrière une paroi de protection transparente.

Aucun banc ou assise ne sera rendu disponible dans les halls, les espaces d'attente ou de visite seront fermés.

Les distributeurs de boissons, de friandises, ou autres seront fermés sauf si un protocole particulier est mis en place (exemple : nettoyage obligatoire des mains avant et après utilisation des machines).

La vente en ligne, ou le rechargement de cartes est à promouvoir y compris pour l'achat d'entrées unitaires.

« La marche en avant » est à privilégier si le bâtiment le permet, dans tous les cas un couloir « aller » et un couloir « retour » devront être matérialisés pour éviter les croisements des personnes, en respectant la distance nécessaire. A défaut, un sens de sortie de l'équipement, distinct de celui de l'entrée est préconisé.

## Les vestiaires et sanitaires

Les vestiaires collectifs ne seront pas mis à disposition du public pour le change, ils seront ouverts si la conception des locaux contraint à les traverser depuis l'entrée pour rejoindre l'aire de jeu.

Les usagers devront arriver en tenue adaptée et repartir après leur séance. Pour un usage dans un équipement couvert, une paire de chaussure spécifique sera apportée dans un sac qui restera hors de contact des effets personnels des autres participants. Chaque bouteille d'eau sera repérée et marquée par son utilisateur.

Afin de limiter les risques de contamination (boutons de porte, parois, matériels sportifs), le lavage des mains à l'entrée et à la sortie de l'établissement est imposé à tout public, en l'absence de distributeurs de gel hydroalcoolique.

## Limitation du nombre de personnes en espaces collectifs

Les machines devront être espacées de 2 mètres minimum. A défaut, une machine sur deux sera rendue inaccessible.

En milieu intérieur, le nombre de personnes doit être réduit afin de respecter la distance physique d'au moins 2 mètres lors de toute activité sportive (espace sans contact d'environ 4m<sup>2</sup> par personne) en évitant le croisement ou le regroupement des personnes (avec si possible l'organisation d'un sens de circulation). Ces préconisations seront adaptées en fonction du type d'espaces intérieurs.

Les cours collectifs sont suspendus ou restreints à quelques personnes suivant la surface dédiée à la pratique collective (4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique).

## Recommandations générales

La reprise des activités sportives individuelles intérieures (musculature, crossfit, fitness, pilates...) doit tenir compte des capacités d'organisation, de ventilation et de respect d'une distance physique suffisante. **Le Haut Conseil de la Santé Publique** déconseille l'ouverture des vestiaires sportifs collectifs, lieux potentiels de contamination.

La signalétique et la présence de gel hydro-alcoolique sont assurées dès l'entrée et à disposition près des machines.

L'utilisation des douches ou des vestiaires est interdite, seuls les sanitaires régulièrement désinfectés seront accessibles.

## Masques grand public

Quel que soit l'établissement recevant du public, le port d'un masque grand public est obligatoire dès lors que la distance physique d'au moins 1 mètre ne peut être garantie ou s'il y a un doute sur la possibilité de l'organiser et la respecter. Cette disposition ne concerne que les non-pratiquants, le port du masque demeurant incompatible avec l'activité physique.



## Les mesures barrières doivent être maintenues

Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro alcoolique ;

Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc.) ;

L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette...) doit être proscrit ;

L'utilisation de matériels sportifs personnels est privilégiée, à défaut, le matériel sportif commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation.

PRENDRE CONNAISSANCE DES AFFICHAGES SANITAIRES COVID-19 (à l'entrée et dans la salle)

### En résumé les points obligatoires et importants. Chaque pratiquant :

- en cas de symptômes, ne pas venir pratiquer et vous rapprocher de votre médecin,
- doit prendre connaissance et appliquer les gestes barrières et informations COVID-19,
- doit réserver ses créneaux d'1 heure par ½ journée (matin ou après-midi) selon planning prédéfini,
- doit arriver en tenue de sport avec chaussures propres ou « no-marking » dans un sac à part avec un usage unique pour la salle des sports,
- chacun doit être en possession de sa bouteille d'eau marquée à son nom,
- aucun accès aux vestiaires et douches,
- se laver les mains avec du gel hydroalcoolique de façon obligatoire et systématiquement à l'entrée et à la sortie,
- respecter le sens de circulation
- respecter les distanciations physiques des zones de travail établis selon plan,
- nettoyer avant et après chaque utilisation des appareils et/ou accessoires de sport de chaque zone (à l'aide des désinfectants fournis),
- respecter vos réservations,
- se tenir aux préconisations et mesures gouvernementales liées à votre pratique sportive.

Le responsable de la salle de Musculation fera respecter scrupuleusement ses préconisations et mesures qui viennent en plus du règlement intérieur.

Le non-respect des points cités ci-dessus entraînera une exclusion définitive de l'adhérent (article 12 du règlement intérieur).

Nous comptons sur vous tous !!  
L'équipe du CMCS

Les nouveaux horaires de la salle de Muscu à compter du 24 juin et ce document est téléchargeable sur le site de la Mairie de Soulac-sur-Mer :

<https://www.mairie-soulac.fr/activites/centre-municipal-sportif/>