



Protocole de la phase 3 pour les salles de fitness

A partir du 8 juin 2020

Pour rappel, la phase 3 du déconfinement prend cours à dater du lundi 8 juin 2020.

Les 6 règles d'or à respecter impérativement :

- ✓ Le maintien des règles d'hygiène élémentaires (lavage de main, ne pas faire la bise, ne pas serrer les mains,...) ;
- ✓ L'option des activités en plein air doit être privilégiée. En cas d'impossibilité, il convient d'aérer les locaux ;
- ✓ Le maintien des précautions d'usage vis-à-vis des personnes des groupes à risques ;
- ✓ Le maintien des distances sociales sauf avec les personnes habitant sous le même toit, les enfants de moins de 12 ans entre eux, ou les personnes faisant partie de la même « bulle élargie ». Si ce n'est pas possible, il est recommandé de porter un masque ;
- ✓ Les contacts sociaux seront permis entre 10 personnes différentes par semaine, en plus des personnes vivant sur le même toit ;
- ✓ Les réunions de groupe sont autorisées avec un maximum de 10 personnes, enfants compris (par exemple restaurant, balade dans un parc,...).

Règles et recommandations spécifiques pour la pratique du sport en salle :

- ✓ Les toilettes, distributeurs, et DEA doivent rester accessibles ;
- ✓ Toutes les activités sportives sont autorisées, sans contact. Cette restriction ne concerne pas les enfants de moins de 12 ans ;
- ✓ Pour le confort des usagers et le respect des distances sociales, il est recommandé de mettre en place un système de réservation ;
- ✓ Les usagers doivent disposer de leur propre essuie pendant leur entraînement
- ✓ Les usagers doivent désinfecter les engins et machines avant et après chaque utilisation ;
- ✓ Les compétitions pour les disciplines sans contact peuvent reprendre SANS public;
- ✓ Les vestiaires, les douches et espaces bien être restent fermés ;
- ✓ Vérifier le bon fonctionnement des systèmes de ventilation et d'aération ;
- ✓ Une distance de 1m50 entre les appareils de fitness utilisés doit être prévue ;
- ✓ Les appareils de fitness, fixes ou mobiles, doivent être nettoyés/désinfectés avant et après chaque utilisation avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau) ;
- ✓ Si le centre n'a pas été occupé depuis plus de deux semaines : nettoyage préalable à l'ouverture des surfaces à l'eau et au savon.
- ✓ Si le centre a été occupé, faire suivre le nettoyage d'une désinfection (à l'eau de Javel diluée par exemple) des zones critiques, comme les poignées de porte, les interrupteurs, les robinets, les sanitaires, les rampes... Toute surface « partagée » et touchée par les sportifs ;
- ✓ Elaboration de « check-lists » des zones critiques auxquelles apporter une attention particulière en matière de nettoyage et désinfection quotidienne ;

- ✓ Gestion du bien-être du personnel, se référer au site : https://emploi.belgique.be/sites/default/files/content/news/Guidegenerique_light.pdf
- ✓ Les cafétérias/buvettes peuvent ouvrir selon les recommandations de l'Horeca ;
- ✓ Le groupe de 20 participants avec un moniteur par infrastructure sportive reste d'application ;
- ✓ Lorsqu'une infrastructure présente plusieurs surfaces sportives, une séparation physique pleine de minimum 1m80 de hauteur et sur toute la longueur commune aux surfaces doit être prévue ;
- ✓ Il est recommandé que le moniteur qui encadre plusieurs groupes de 20 participants maintienne une distance de minimum 5m ou s'équipe d'un matériel de protection vis-à-vis de ses pratiquants (visière, écran plexiglass,...) ; La distanciation physique est à respecter pour les personnes de plus de 12 ans ;
- ✓ Eviter les contacts rapprochés dans les activités avec hyperventilation (vous respirez plus rapidement pour répondre à l'intensité de l'activité).
- ✓ Lorsque la distanciation sociale ne peut être respectée, le port du masque est obligatoire pour le personnel sportif, d'entretien et extra-sportif, et ce, dans les lieux communs et sur les bords du terrain. Le personnel technique ne peut être en contact avec les utilisateurs de la salle ;
- ✓ Le matériel sportif et non sportif touché régulièrement (p.ex : interrupteurs) doit être désinfecté régulièrement ;
- ✓ Le gestionnaire veille à prévoir un affichage et effectuer un rappel régulier des mesures d'hygiène sanitaires à respecter. Pour les enfants, il y a lieu de prévoir une distribution des consignes aux parents et encadrants;
- ✓ Si vous présentez des symptômes, arrêtez immédiatement votre activité. 14 jours après les premiers symptômes ET 72h après la disparition des derniers symptômes, vous ne présentez plus de risque de contamination ;
- ✓ Disposer d'un local « Covid » permettant de procéder à l'isolement d'une personne qui présenterait des symptômes (respect du protocole ad hoc).

Recommandations avant la pratique sportive :

- ✓ Les règles d'hygiène restent d'application en dehors des activités sportives :
 - Lavage des mains avant et après l'activité ;
 - Port du masque avant et après l'activité pour toutes les personnes de plus de 12 ans lorsque la distanciation sociale ne peut être respectée ;
 - Respect de la distanciation (1m50) ;
 - Identification et affichage d'un horaire par groupe de dépôt et de reprise des participants.
- ✓ Prévoir un parcours de circulation afin de respecter la distanciation sociale à l'arrivée et au départ des participants ;
- ✓ En supplément, stations de distribution de gel hydro alcoolique par exemple à l'accueil, à l'entrée des salles.

Recommandations pendant la pratique sportive :

- ✓ Prévoir une superficie de terrain de minimum 10m² par participant.
- ✓ Les groupes ne peuvent excéder 20 participants + 1 moniteur par infrastructure sportive;
- ✓ Lorsqu'une infrastructure présente plusieurs surfaces sportives, une séparation physique pleine de minimum 1m80 de hauteur et sur toute la longueur commune aux surfaces doit être prévue ;
- ✓ Les spectateurs sont interdits ;
- ✓ Un circuit de déplacement spécifique à chaque centre de fitness doit être prévu et doit permettre d'éviter les croisements;
- ✓ Chacun conserve son sac de sport à proximité en y laissant ses effets personnels à l'intérieur ;
- ✓ Collations et boissons doivent être personnelles ;
- ✓ Les fontaines d'eau sont interdites (en cas d'oubli, privilégier de petites bouteilles d'eau).

Recommandations après la pratique sportive :

- ✓ Se laver/désinfecter les mains après l'activité ;
- ✓ Prévoir une ventilation/aération complète et un nettoyage au savon effectué par du personnel technique de la salle entre chaque groupe distinct/séance ;
- ✓ Nettoyer et désinfecter tout le matériel partagé avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau).