

# Les bons comportements à adopter pour la reprise dans votre club



## Avant la séance Arrivée au stade



1. Je m'inscris auprès de mon entraîneur.



2. Je ne viens pas en covoiturage.



3. J'arrive en tenue d'entraînement et avec ma gourde remplie.



4. Je respecte les espaces au sol afin d'éviter de croiser les autres licenciés.



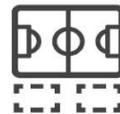
5. Je salue mes coéquipiers, mon entraîneur et mes dirigeants dans le respect des gestes barrières (pas de poignée de mains, bise ou *check*).



6. Je me nettoie les mains.



7. Je laisse mon sac en bord de terrain.



8. Je patiente dans les zones d'attente matérialisées à proximité du terrain.



## Pendant la séance



J'ai un ballon, une gourde et une chasuble individuelle.



Je ne crache pas



Je respecte la distanciation sociale :

- au moins 2 m avec l'entraîneur ;
- au moins 4 m<sup>2</sup> à l'arrêt, 2 m lors des courses latérales, 5 m en marchant, 10 m en mouvement avec mes coéquipiers.



## Départ du stade Après la séance



Je me nettoie les mains.



Je respecte les espaces au sol afin d'éviter de croiser les autres licenciés.



Je ne repars pas en covoiturage.



OU



Je nettoie ma tenue de sport dès mon retour à la maison :

- lavage à 60°C puis, lorsque c'est possible, séchage au sèche-linge ;
- sinon, lavage à 30°C puis, une fois séchée, la laisser trois jours dans un sac fermé.