



Plan de protection et recommandations pour l'entraînement

État au 1^{er} mars 2021

I. Situation actuelle

Le Conseil fédéral a décidé d'assouplir pour la première fois les mesures restrictives pour le sport prenant effet au 1^{er} mars 2021. Pour cette raison, le concept de protection actuel est adapté.

Malgré la détente bienvenue, nous recommandons de respecter les recommandations précédentes pour la protection de nos athlètes.

Les informations pertinentes sont disponibles ici :

<https://www.news.admin.ch/newsd/message/attachments/65452.pdf> (en allemand)

<https://www.baspo.admin.ch/fr/aktuell/covid-19-sport.html#assouplissement>

<https://www.swissolympic.ch/ueber-swiss-olympic/Dossier-Covid-19/Schutzkonzepte-f-r-Sport-und-Veranstaltungen> (en allemand)

Le concept de protection est basé sur l'ordonnance fédérale. **Les dispositions cantonales font toujours référence.**

II. Responsabilités

La responsabilité et la mise en œuvre incombent aux responsables des clubs et aux exploitants des installations sportives.

III. Remarques préliminaires

On peut distinguer trois catégories sur la base des mesures concernant le sport :

- Enfants et jeunes jusqu'à 20 ans (année de naissance 2001)
- Sport de masse après 20 ans
- Sport de compétition

IV. Recommandations générales

1. Symptômes de maladie

- Les athlètes et les entraîneurs présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisés à participer aux entraînements. Ils restent à la maison et suivent les recommandations officielles.
- L'entraîneur ainsi que le responsable de l'entraînement doivent être immédiatement informés des symptômes de la maladie.

2. Déplacement, arrivée et départ vers et depuis le lieu d'entraînement

- Les athlètes et les entraîneurs doivent se présenter individuellement sur le site pas plus de 5 minutes avant l'entraînement. Il est recommandé de venir à l'entraînement à pied, d'utiliser le vélo ou la voiture. Les transports publics et les transports collectifs doivent être évités.
- Les athlètes doivent quitter le site au plus tard 5 minutes après la fin de l'entraînement.

3. Vestiaires / douches



- Les athlètes se changent à la maison. Aucun vestiaire n'est mis à disposition sur place. Chaque athlète prend un sac dans lequel il peut déposer sa veste et des vêtements propres, etc. Après l'entraînement, l'athlète doit mettre des vêtements propres, se désinfecter les mains et quitter les lieux. Les douches ne sont pas disponibles dans le lieu d'entraînement.

4. Nettoyage du tapis et de l'équipement

- Le tapis est nettoyé après chaque séance d'entraînement avec les produits appropriés.
- Les toilettes et le matériel utilisés sont également nettoyés après chaque leçon.
- Les équipements d'entraînement de force non individualisés sont nettoyés après chaque changement de personne.
- Si du matériel d'entraînement (cordes à sauter, etc.) est utilisé, les athlètes doivent apporter leur propre matériel si possible. Un échange est à éviter.

5. Accessibilité et organisation de l'infrastructure

- S'il y a des temps d'attente devant les lieux d'entraînement, les athlètes doivent être informés qu'une distance de 2 mètres s'applique. L'entrée est unique.
- Il faut renoncer à la traditionnelle poignée de main.
- Le club fournit du désinfectant pour les mains devant la salle.
- Les règles de distance doivent être respectées à tout moment. Il est recommandé de marquer les secteurs (par exemple avec du ruban adhésif).

6. Consignement des participants par écrit

- Les participants à l'entraînement doivent être consignés par écrit.

7. Responsabilité de la mise en œuvre sur place

- La mise en œuvre est faite par les clubs. Les présidents des clubs sont responsables de la mise en œuvre.
- Les présidents des clubs sont chargés de discuter des concepts de protection avec les opérateurs locaux et, si nécessaire, de les adapter aux circonstances spécifiques.
- Les entraîneurs ont le droit d'exclure de l'entraînement les athlètes qui ne respectent pas les règles. Dans le cas des jeunes, les représentants légaux doivent être informés.



V. Enfants et jeunes jusqu'à 20 ans

Conformément à l'ordonnance du Conseil fédéral, aucune restriction ne s'applique à cette catégorie. En outre, les règles suivantes s'appliquent :

- Les entraîneurs portent un masque.
- Les athlètes utilisent leur propre gourde nominative (clairement marquée).
- Les compétitions sont autorisées, mais sans spectateurs

VI. Sport de masse après 20 ans

Dans cette catégorie, une interdiction générale de l'entraînement s'applique dans les sports de contact. Voici ce qui est possible :

Les entraînements sans contact physiques sont possibles :

- En plein air
- Maximum de 15 personnes
- Si un masque facial est porté et que la distance requise est maintenue

Les compétitions sont interdites

VII. Sport de compétition

Titulaire de carte

Les athlètes de haut niveau possédant une Talent Card *nationale* ou *régionale* peuvent s'entraîner en groupes de 15 personnes au maximum.

Recommandation Swiss Wrestling :

Dans les centres régionaux, les entraînements devraient être intensifiés (plusieurs fois par semaine) afin de disposer d'un nombre suffisant de sparring-partners.

26.02.2021