



Recommandation pour l'entraînement des sports de combat, sport populaire, dès le 26.4.2021

A. Situation actuelle

En raison de la situation épidémiologique, Swiss Olympic recommande de ne pas encore pratiquer de sport de duels (sport populaire), cf. directives de Swiss Olympic.

B. Recommandation Swiss Wrestling

Nous recommandons de reprendre l'entraînement du sport populaire dès que possible selon les directives de Swiss Olympic et de mettre en place des séances d'entraînement spécifiques au sport sans contact physique pour le moment. Des possibilités appropriées sont disponibles :

- Intérieur : max 15 personnes, au moins 10m² par personne, masque, distance de 1,5m
- Extérieur : max 15 personnes, distance de 1,5m, sans masque et sans contact corporel

Si certains clubs n'appliquent pas cette recommandation, ils sont priés de se conformer strictement au concept de protection esuivant afin de protéger leurs athlètes et de déclarer le sens des responsabilités des fédérations de sport de combat.

C. Mesures de protections standard

1. Entraînement sans symptôme
Nous prenons cette simple mesure à première vue très au sérieux. C'est la pierre angulaire. Les sportifs de combat sont très conscients de leur responsabilité.
2. Respect des règles d'hygiènes de l'OFSP
3. Vestiaire / douche : les athlètes se changent à la maison. Aucun vestiaire ou douche n'est disponible sur place.
4. Liste de présence (traçage des contacts proches – Contact Tracing)
5. Désignation d'une personne responsable (par club / centre d'entraînement) de la mise en œuvre et du contrôle des mesures.
6. Nettoyage régulier des tapis et des équipements
7. Aération après chaque séance d'entraînement ou système de ventilation actif

D. Mesures de protection des sports de combat (entraînement en extérieur avec masque)

8. Restriction des partenaires, max 2 partenaires par séance d'entraînement. Ceci afin de garantir un mélange minimal.
9. Réalisation de tests rapides (au moins une fois par semaine).
10. Les lutteurs des catégories M20 et des sports de compétition peuvent également participer aux entraînements, mais ils doivent alors suivre ces règles plus strictes.