



# CORONAVIRUS

## Les gestes pour me protéger et protéger les autres



1



### AVANT DE VENIR

Enfilez votre tenue de sport propre, et équipez-vous d'une gourde, de gel hydroalcoolique.  
Préparez votre/vos masque(s) pour accéder aux locaux.

2



### EN ARRIVANT

Mettez votre masque et désinfectez-vous les mains.  
Respectez le sens de circulation en vigueur dans les lieux de pratique.

3



### AU BRIEFING

Signalez tous symptômes à votre encadrant.  
Retirez et rangez votre masque après avoir eu l'autorisation par l'organisateur de la compétition.

4



### EN COMPETITION

Lavez-vous les mains régulièrement et ne vous touchez pas le visage.  
Me moucher en utilisant un mouchoir à usage unique que je jette dans une poubelle - Ne pas cracher au sol.  
Respectez une distance d'1m entre chaque personne  
Déplacez-vous avec un masque lors de vos déplacements.

5



### A LA FIN DE LA COMPETITION

Encadrants et pratiquants désinfectez le matériel et vos mains.  
Mettez un masque avant de repartir, et retournez chez vous

6



### DE RETOUR A LA MAISON

Enlevez vos vêtements de sports et lavez-les.