



Recommandations 2020/2021 **U13-U18**

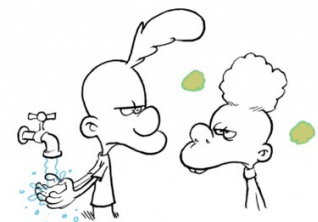
Basketteurs, basketteuses

Les gestes barrières doivent devenir des réflexes pour se protéger du COVID-19

Nous faisons donc appel à votre vigilance, pour poursuivre la mise en place des recommandations suivantes :

- **Le masque est obligatoire** (à partir de 11 ans) vous pourrez le retirer pendant la pratique du basket. (Et le remettre après)
Lors des matchs le port du masque sera **obligatoire sur le banc**
- **Distanciation**
 - La règle des 2 m entre licenciés ne s'impose qu'en dehors de la pratique sportive.
 - Soyez prudents entre les exercices et les séquences
 - Privilégier les checks !!
- **Lavage des mains réguliers** avec savon ou solutions hydroalcooliques avant et après la pratique sportive.
- Se couvrir systématiquement le nez et la bouche en toussant ou éternuant dans son coude.
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique à éliminer immédiatement dans une poubelle.
- Eviter de se toucher le visage, en particulier le nez, la bouche et les yeux.
- **Si vous présentez des symptômes** (toux, difficultés respiratoires au repos, fièvre, frissons, perte de goût ou de l'odorat douleur ou gêne à la gorge, douleur ou gêne thoracique, diarrhées, maux de tête, courbatures généralisées, fatigue majeurs...) **ne vous présentez pas à l'entraînement ou au match**
Prévenir le coach ou le référent COVID du club
- **Le coach pourra refuser l'accès au licencié s'il a un doute de suspicion d'un cas Covid-19 .**
- **L'accès aux vestiaires et douches collectifs demeurent interdits.** (Il en sera de même dans les autres clubs)
 - Venir et repartir en tenue (entraînements et matchs)
 - Venir avec sa propre gourde ou bouteille d'eau pleine
 - Venir avec ton ballon si tu en possèdes un (mettre prénom dessus)
- **Les entrainements se déroulent sans public.**

Ces recommandations sont valables pour les entrainements, les matchs et tout au long de l'année.



Le 17 octobre 2020