

Mesures et règles sanitaires

COVID-19 | COURS EN SALLE ET AU GYMNASSE

Pour assurer la sécurité de tous, vous êtes priés de ne pas vous présenter au Centre sportif si vous avez des symptômes de la COVID-19 ou revenez de l'étranger ou si vous avez été en contact avec une personne qui a reçu un diagnostic de COVID-19 dans les 10 derniers jours.



Port du masque obligatoire lors des déplacements à l'intérieur du CSM.



Arrivée et départ le plus près possible de l'heure de l'activité.
FLÂNAGE NON AUTORISÉ.



Lavage des mains à l'arrivée, toutes les 30 minutes et aussitôt l'activité terminée.



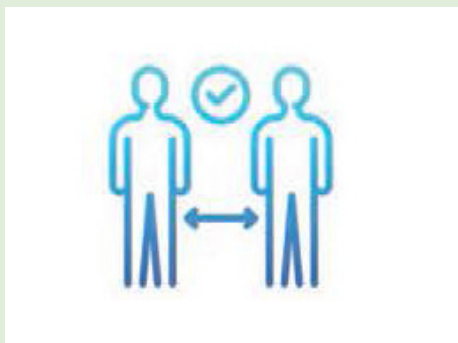
Arrivez avec le maillot sous les vêtements ou déjà vêtu de la tenue d'entraînement.



Les poignées de mains, les accolades et tout autre contact physique doivent être évités.



Accès aux fontaines d'eau autorisé pour le remplissage de bouteilles uniquement.



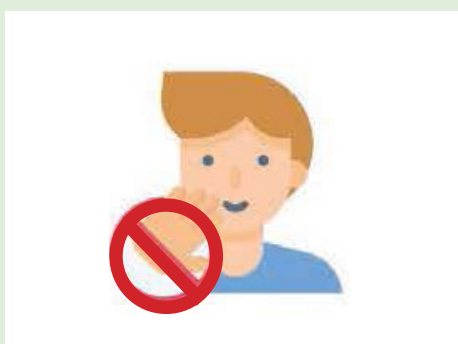
Gardez une distance de 2 mètres ou la distance recommandée par les normes sanitaires selon l'activité.



Disposez vos effets personnels dans un sac de manière à respecter une distance avec l'équipement de votre voisin. Un sac supplémentaire pour les bottes ou chaussures peut être utilisé.



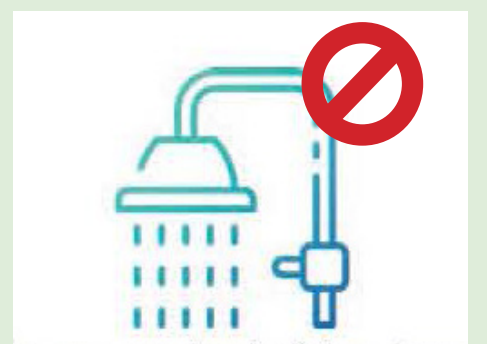
Aucun partage de matériel personnel (bouteilles, serviettes, etc).



Limitez les contacts avec votre visage.



Toussez et éternuez dans votre coude.



L'accès aux vestiaires n'est pas autorisé.