

Mesures et règles sanitaires

COVID-19 | GYMNASSE ET COURS EN SALLE

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'événement terminé.



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



L'accès aux vestiaires n'est pas autorisé.



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



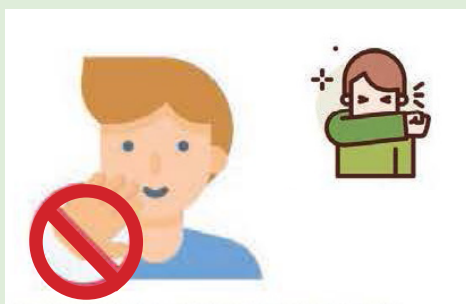
Gardez une distance de 2 mètres ou la distance recommandée par les normes sanitaires selon l'activité.



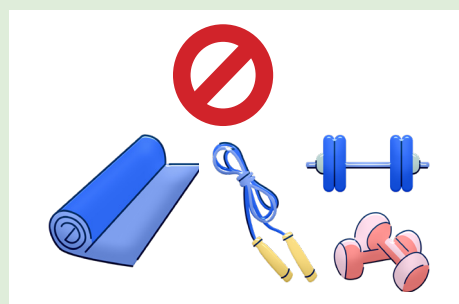
Disposez vos effets personnels dans un grand sac et de manière à respecter la distance de 2 mètres avec l'équipement de votre voisin. (Apportez un sac supplémentaire pour les bottes/chaussures.)



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



Limitez les contacts avec votre visage. Toussez et éternuez dans votre coude.



Ne partagez pas votre équipement avec votre voisin.



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