

## Covid-19 Mesures de protection- Recommandations pour Dojang (Valable dès 11.05.2020)

### Base des recommandations

- Loi d'urgence décrétée par le Conseil fédéral.
- Application de l'ordonnance COVID-19 du 16.03.2020
- Interdiction des regroupements de plus de cinq personnes avec sanctions possibles.
- Distance minimale sociale requise de 2 mètres.
- Règles sanitaires dictées par l'OFSP

### Objectifs et cadre des recommandations de Swiss Taekwondo

- Les règles, processus et instructions sont conformes aux exigences officielles (des contrôles de police peuvent avoir lieu).
- Nous voulons adresser un message clair : "Nous sommes et resterons solidaires, nous respectons strictement les lignes directrices et nous ne voulons pas de réglementation particulière". Nous nous comportons de manière exemplaire, car cela sert le Taekwondo.
- Pour Dojang : des règles claires et simples, des processus clairs, des solutions pragmatiques et simples.
- Pour les Taekwondoïns : des règles et des processus clairs et simples. Celles-ci garantissent la sécurité individuelle. Chaque athlète sait ce qu'il est autorisé à faire ou pas.
- Les instructeurs de taekwondo peuvent retourner à leur activité d'entraînement.

### Responsabilité

Swiss Taekwondo ne peut que recommander ces mesures. La responsabilité et la mise en œuvre incombent aux instructeurs et entraîneurs dans leur Dojang.

**Swiss Taekwondo compte sur la solidarité et la responsabilité personnelle de tous !**

### Recommandation pour les Dojang

**Ouverts :** Salle d'entraînement et toilettes

**Fermés :** places assises et automates boissons, coins spectateurs, vestiaires (douches), autres salles du Dojang

### Résumé des principes généraux

- Respect des règles sanitaires de l'OFSP
- Distanciation sociale (2 m minimum entre toutes les personnes ; 10 m<sup>2</sup> par personne, pas de contact corporel)
- Rassemblements de cinq personnes au maximum, conformément aux prescriptions des autorités. Dans la mesure du possible, composition de groupes avec les mêmes participants à chaque fois et établissement d'une liste des participants pour le suivi des chaînes d'infection potentielles.
- Respect des prescriptions spécifiques de l'OFSP pour les personnes particulièrement vulnérables.

---

### Lignes directrices pour l'instruction/entraînements

- Le sol du Dojang est régulièrement désinfecté avec un liquide adéquat.
- Seul le nombre maximum autorisé de personnes peut séjourner dans le Dojang. Le plan d'entraînement doit être conçu de manière à ce que seul un groupe défini de personnes (âge, diplôme) soit présent dans chaque cours.
- Les participants d'un cours viennent au Dojang 5 à 10 minutes avant le début de l'entraînement, habillés de telle façon qu'ils n'ont qu'à déposer leurs chaussures et leurs survêtements. Ils entrent dans le Dojang uniquement après le départ du groupe précédent.
- Ceux qui arrivent trop tôt attendent à l'extérieur du Dojang, en respectant les règles de distance minimale. Les entrées ne se font personne par personne lorsque l'accès est permis.
- Chacun apporte son propre désinfectant et désinfecte ses mains et ses pieds à l'arrivée et au départ du Dojang (sauf si l'entraînement se fait avec des chaussures de sport d'intérieur).
- À l'arrivée et au départ du Dojang, la formation de petits groupes et les massages doivent être strictement évitées.
- Les parents attendent leurs enfants à l'extérieur du Dojang et respectent les distances minimales officielles entre eux.
- Une fois l'entraînement terminé, les lieux du Dojang doivent être quittés immédiatement.
- Les poubelles de la salle de formation doivent être fermées, chacun emporte ses déchets à la maison pour les éliminer.
- Le Dojang nomme un représentant de Covid-19 pour assurer que toutes les spécifications sont respectées.
- Seules les techniques individuelles peuvent être pratiquées à l'entraînement, aucun exercice avec partenaire et aucun exercice avec contact physique.
- Les athlètes et les entraîneurs présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisés à participer à l'entraînement. Ils restent à la maison, voire sont en isolement. Ils appellent leur médecin de famille et suivent ses instructions. Le groupe d'entraînement doit être immédiatement informé des symptômes de la maladie.

### Mesures d'accompagnement

- Les conduites d'eau doivent être rincées à fond au moins au début de la reprise.
- Les lavabos des WC doivent être équipés de distributeurs de savon appropriés et de serviettes en papier jetables pour se sécher les mains ; les serviettes en papier usagées doivent être jetées directement dans une poubelle avec couvercle.
- Un distributeur de désinfectant doit être gardé en réserve
- Pour surveiller les nettoyages par des tiers, un plan assorti d'un visa à signer doit être utilisé
- Les salles plus grandes doivent être divisées en sous-chambres d'environ 50 m<sup>2</sup> (ruban adhésif, pylônes ou similaires), de sorte qu'une zone dédiée soit prévue pour chaque groupe de cinq personnes. Pour des surfaces inférieures à 50 m<sup>2</sup>, le nombre des actifs dans un groupe sera réduit en conséquence.

### Spécial

- Les clubs/écoles qui s'entraînent dans les locaux de tiers (gymnases publics, sous-location, centres sportifs) suivent en priorité les règles COVID-19 de l'opérateur.

### Informations

- Chaque responsable de Dojang informe ses élèves de ces directives lors de la reprise de la formation.
- Le code de conduite de l'OFSP doit être accroché à un endroit bien visible.

Ce concept de protection a été examiné et approuvé par l'OFSP le 02.05.2020. Il permet, à partir du 11.05.2020, des entraînements sans contact en petits groupes à condition qu'un concept de protection individuelle soit mis en place. Ce concept sera adapté au fur et à mesure des nouvelles décisions prises par les autorités compétentes.

Swiss Taekwondo  
Executive Board

01.05.2020/tkl