



Fédération Française de Gymnastique

## CLUB DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE DE FORTSCHWIHR

4, rue de la Blind  
68320 Fortschwihr  
Tél. 03 89 47 49 10  
[www.grsfortschwih.fr](http://www.grsfortschwih.fr)  
[contact@grsfortschwih.fr](mailto:contact@grsfortschwih.fr)

### Protocole sanitaire de reprise des entraînements

- Les parents devront déposer leurs enfants devant la salle et ne devront en aucun cas rentrer dans le gymnase (si urgence, contacter un entraîneur).
- Il y aura du Gel Hydro alcoolique à l'entrée et à la sortie du gymnase en plus des lavabos disponibles.
- Les gymnastes devront venir en tenue de sport, il n'y aura pas d'accès aux vestiaires.
- Avoir sa propre serviette pour les exercices au sol.
- Avoir sa propre bouteille d'eau.
- Son propre engin (si cela n'est pas possible, voir les modalités de prêt avec les entraîneurs).
- Avoir leur propre petit flacon de gel également si possible.
- Et suivre les mesures sanitaires et de distanciation générales.

# LES MESURES BARRIÈRES POUR LA GYMNASTIQUE

## JE SUIS GYMNASTE ...



# LES MESURES BARRIÈRES POUR LA GYMNASTIQUE

## JE SUIS ENTRAÎNEUR ...



Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade

Je me lave les mains en entrant dans la salle et en quittant le gymnase

Si je touche un gymnaste, je me lave les mains immédiatement après et avant toute proximité avec un autre gymnaste



Je fais respecter les mesures de distanciation et le lavage des mains régulier des gymnastes

Je m'assure que les gymnastes ne portent pas les mains à la bouche



J'assure une reprise progressive



J'arrive dans une tenue propre

Si je ne peux pas être à plus d'1 mètre d'un gymnaste, je porte un masque



J'évite les parades et tout contact physique



J'intègre des activités en extérieur dès que possible : échauffement, étirements...

