

ASSOCIATION DE TAIJI QUAN ET DE QI GONG

Protocole pour la reprise des activités : Taiji Quan et Qi Gong

Ce document peut évoluer dans sa mise en œuvre selon l'adaptation aux salles, selon les consignes et les règlements édictés par l'État ou la ville de Limoges.

Il faut donc suivre les consignes de l'enseignant.

Nous comptons également sur la responsabilité individuelle de chacun d'entre vous.

Avant le début des cours les poignées de portes, les interrupteurs, les toilettes sont désinfectés. La salle est aérée pendant 10 minutes.

Les cours se déroulent avec un nombre limité de participants variant selon la taille des salles. Il est donc nécessaire de s'inscrire au préalable au plus tard la veille du cours. Les jauges des salles ont été communiquées par courriel ainsi que le numéro de téléphone des personnes à joindre pour l'inscription selon chaque groupe.

Une liste d'émargement des présents est établie pour chaque cours. Il faut prévoir un stylo pour inscrire son nom et signer.

Il est important d'être précis sur l'heure d'arrivée sur le site afin d'éviter les attentes, les attroupements et les croisements entre deux cours. Au lycée Renoir, l'utilisation d'un badge pour ouvrir le portail est particulièrement contraignante pour les horaires. Pour les salles qui le permettent, Gymnase Renoir et Maison de Quartier du Val de l'Aurence, l'entrée se fait par la porte d'entrée et la sortie par la porte de secours.

Même si les vestiaires sont pour l'instant accessibles, les pratiquants sont invités à venir en tenue de pratique, avec du gel hydroalcoolique et un masque. Il faut prévoir un sac pour mettre les chaussures lorsqu'on les enlève pour accéder à la salle et un sac pour mettre les vêtements que l'on pose au moment de la pratique. Nous ne pourrons utiliser de porte-manteaux ou de barres pour déposer les vêtements. S'il pleut, il faut prévoir des sacs imperméables !

Si vous souhaitez utiliser un siège, apportez votre propre siège.

L'association met du gel hydroalcoolique à la disposition des pratiquants pour se désinfecter les mains à l'arrivée dans la salle. Des lingettes désinfectantes seront à disposition pour nettoyer les surfaces de contact.

Les déplacements dans le cours se font en évitant les croisements et en portant le masque. Le masque est conseillé pendant toute la séance si cela vous est possible et obligatoire en dehors de l'espace de pratique. Nous souhaitons que chaque pratiquant soit au centre d'un espace de quatre mètres carrés.

Les pratiquants sont obligés de porter un masque quand ils se tiennent à moins d'un mètre les uns des autres.

Lorsqu'ils quittent la salle, les pratiquants sont invités à se désinfecter les mains avec du gel hydroalcoolique.

Les surfaces de contact seront désinfectées par l'enseignant, la salle aérée.

En cas de suspicion de Covid chez un pratiquant, celui-ci prévient l'association ou l'enseignant. La liste des présents (avec leur coordonnées) au cours sera alors communiquée aux médecins ou autorités de santé.