

Protocole Sanitaire et de reprise de l'entraînement pour l'U.N.Ploërmel.



- 1- La première semaine de retour à l'entraînement aquatique aura lieu à la piscine de PLOËRMEL.
- 2- Lors de l'arrivée des athlètes, les parents restent en retrait. Seuls les athlètes s'approchent de l'entrée club située à gauche de l'entrée principale de l'établissement.
- 3- Les athlètes et entraîneurs uniquement pénètrent dans l'établissement, puis au bord du bassin. Si besoin, un référent club pourra gérer le flux des athlètes à leur arrivée.
- 4- Les Athlètes portent obligatoirement UN MASQUE et se placent selon le marquage au sol à 1m les uns des autres devant l'entrée.
- 5- Avant l'entrée dans l'équipement, l'entraîneur ou le référent club vérifie les fiches médicales d'auto-diagnostique et prend la température des athlètes. Les athlètes conservent leur masque jusqu'au Briefing et pendant la mise en place du bassin ou des lignes d'eau.
- 6- Si des symptômes respiratoires, digestifs ou une température excessive font penser à une possibilité de contamination Covid, l'athlète ne sera pas autorisé à participer à l'entraînement, ni même à entrer dans l'établissement. Il sera invité à aller voir son médecin au plus tôt.
- 7- Les nageurs ont déjà leur maillot de bain sur eux et enlèvent leurs vêtements « de ville » sur les plages (pas d'accès aux vestiaires.) Les chaussures et habits sont rangés dans leur sac personnel qui doit ensuite être fermé.
- 8- Le groupe d'entraînement est restreint à 10 personnes : 9 athlètes et leur entraîneur.
- 9- Il peut y avoir deux groupe d'entraînements s'il y a deux entraîneurs.
- 10- Les nageurs en phase statique ou stationnaire doivent rester à 5m les uns des autres.
- 11- L'entraînement consiste en : Un briefing et rappel des règles spécifiques lors duquel les athlètes conservent leur masque ainsi que les coaches. Suite au Briefing les masques sont rangés et les athlètes vont à l'eau. Suite à l'entraînement un Débriefing est programmé afin d'avoir un ressenti des athlètes et un retour sur le respect des règles spécifiques.
- 12- Les athlètes se rhabillent à l'aide de leur serviette ou d'un poncho et sortent un à un du bassin en portant leur masque. Ils quittent l'établissement dès qu'ils sont rhabillés et rejoignent leurs parents à l'extérieur de l'établissement.

- 13- Les présences seront notées dans chaque groupe d'entraînement pour une meilleure traçabilité.
- 14- Les personnels encadrants seront équipés de protections individuelles : masques et gel hydro-alcoolique.
- 15- Les protocoles sanitaires et le présent protocole spécifique seront affichés à la piscine.

Annexe II

QUESTIONNAIRE préalable à l'entraînement

(A conserver par le nageur)

NOM :

Date :

PRENOM :

Prise de température : °C

Fréquence cardiaque de repos (le matin avant de se lever) :/mn

Durant ces dernières 24 h, je présente :

- De la fièvre > ou = à 38° OUI NON
- Une toux OUI NON
- Un essoufflement OUI NON
- Une perte de goût et/ou de l'odorat OUI NON
- Des céphalées OUI NON
- Des courbatures OUI NON
- Une grosse fatigue OUI NON
- Un syndrome diarrhéique de plus de 3 selles quotidiennes OUI NON
- Des douleurs thoraciques (à type de brûlures) OUI NON
- Des signes cutanés des mains ou des pieds (type engelure) OUI NON

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions, vous n'êtes pas en mesure de suivre l'entraînement. Merci de :

- Contacter votre entraîneur pour l'avertir de votre absence
- Consulter votre médecin traitant
- Tenir informé votre médecin de pole et votre médecin d'équipe des conclusions de la consultation

LUNDI 8 Juin 2020						
Franz	Passeports 1	Relèves 1	Départements 1			
	17h-18h00	18h-19h15	19h15-20h30			
Laurent	Espoirs 1	Elites 1				
	17h-18h30	18h30-20h00				
MARDI 9 Juin 2020						
Franz	Régions 1	Adultes 1				
	17h15-18h45	18h45-20h00				
Laurent	Elites 2	Masters 1				
	17h15-18h45	18h45-20h00				
MERCREDI 10 Juin 2020						
Franz	Relèves 2	Pass 4 nages 1	Départements 1	Sauvetage 1	pause	Adultes 2
	12h30-13h30	13h30-14h30	14h30-15h45	16h-17h15		19h15-20h30
Laurent	Elites 3	Espoirs 2	Régions 2	Promotions 1		Masters 2
	13h00-14h30	14h30-15h45	15h45-17h00	17h-18h00		19h15-20h30
JEUDI 11 Juin 2020						
Franz	Promotions 2	Pass 4 Nages 2	Sauvetage 2	Adultes 3		
	17h15-18h15	18h15-19h15	19h15-20h15	20h15-21h15		
Laurent	Espoirs 3	Elites 3	Masters 3			
	17h15-18h30	18h30-20h00	20h00-21h15			
VENDREDI 12 Juin 2020						
Franz	Relèves 3	Passeports 2	Sauvetage 3			
	17h00-18h15	18h15-19h15	19h15-20h30			
Laurent	Elites 4	Régions 3	Masters/ Adultes 4			
	17h00-18h15	18h15-19h30	19h30-20h30			
SAMEDI 13 Juin 2020						
Franz	Pass 4 Nages 3	Promotions 3	Départements 2			
	10h00-11h00	11h00-12h00	12h00-13h00			
Thierry	Paras nageurs	Handis sports				
	11h00-12h00	12h00-13h00				
Laurent	Elites/ Espoirs	Masters/ Adultes				
	Eau Lib Sarzeau	Eau Lib Sarzeau				