



Club des Arts Martiaux de JOUY-EN-JOSAS

Centre Sportif et Associatif du Val d'Enfer - 78 350 - JOUY-en-JOSAS – E.mail: contact@camjj.com

PROCOLE SANITAIRE CAMJJ

DECEMBRE 2020

Ce protocole a pour objet de permettre une reprise encadrée et sécurisée des activités du club. Il a été rédigé en respectant les directives municipales, de la FFJDA et des spécificités du Club des Arts Martiaux de Jouy en Josas.

Il répond à un niveau de vigilance commun à tous les pratiquants.

Ce protocole permet ainsi une reprise de la pratique du judo et des disciplines associées.

Il doit être respecté de TOUS

Les gestes sanitaires à respecter de manière systématique :



Les gestes barrières Covid-19 doivent être respectés dans l'enceinte du CSA.

Le port du masque est obligatoire dans le CSA à partir de 11 ans en dehors des temps d'activité physique.

La désinfection des mains avant l'entrée dans le CSA est également obligatoire. (un distributeur de gel a été installé dans le sas d'entrée.)

Déroulement des séances :

Les vestiaires sont actuellement fermés, le pratiquant arrivera en survêtement avec son judogi en dessous au dojo.

Afin de limiter les contacts, les judokas seront invités à rentrer et à sortir du dojo sur invitation de l'enseignant ou du référent COVID pour éviter les croisements de 2 groupes se succédant dans le dojo.

Dans le dojo, respecter les gestes barrières Covid-19 : tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir, utiliser des mouchoirs à usage unique, saluer sans se serrer la main, se laver les mains régulièrement, proscrire tout échange de matériel personnel : habits, judogi, gourdes...



Club des Arts Martiaux de JOUY-EN-JOSAS

Centre Sportif et Associatif du Val d'Enfer - 78 350 - JOUY-en-JOSAS – E.mail: contact@camjj.com

A chaque entrée sur le tatami, le pratiquant enlève son masque, le range avec ses autres effets personnels dans son sac, se lave les mains et les pieds à l'aide de son gel hydroalcoolique ou bien de celui mis à sa disposition par le club.

A chaque sortie du tatami, le pratiquant remet son masque, se lave les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.

Le salut s'effectue de façon traditionnelle mais avec une distanciation physique d'au moins un mètre entre les pratiquants (en ligne ou en quinconce).

La séance se déroule en respectant les directives de la FFJDA en termes de pratique :

- La pratique est autorisée pour les mineurs uniquement
- La séance se déroule selon différentes formes de travail en proscrivant les phases de contact.
- Recours aux exercices conventionnels permettant la pratique individuelle et la distanciation de 2 mètres entre les judokas : tendoku-renshu, habiletés motrices et techniques fondamentales, etc.

Le professeur est invité à proposer les adaptations pédagogiques spécifiques à la situation de vigilance. Il est notamment attentif aux périodes d'inactivité et évite les regroupements et discussions des pratiquants autour du tapis.

Un registre des présents sera tenu afin de permettre le suivi de cohorte des pratiquants.

Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants avant de se rendre au dojo :

J'ai un bon état de santé général

Si j'ai eu le COVID-19, ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées,...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise.

S'être douché, lavé les cheveux, avoir les mains propres et les ongles correctement coupés.
Porter un judogi propre.

Prendre un sac à l'intérieur duquel doivent figurer son judogi, des mouchoirs jetables non utilisés, sa lotion hydro-alcoolique, ses « zoori », sa gourde et une fiche comprenant les coordonnées de l'accompagnant pouvant être joint en cas de problème.

Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants en arrivant à leur domicile :

Après chaque séance, le pratiquant veillera à laver son judogi et ses effets personnels (zoori, gourde, etc...)

Le pratiquant veillera à réapprovisionner son kit sanitaire (gel hydro-alcoolique, mouchoirs,



Club des Arts Martiaux de JOUY-EN-JOSAS

Centre Sportif et Associatif du Val d'Enfer - 78 350 - JOUY-en-JOSAS – [E.mail: contact@camjj.com](mailto:contact@camjj.com)

masque)

Référent COVID : Vincent Venaille