

Plan de protection pour la reprise des cours de Pilates en petits groupes et individuels.

Ce plan de protection a été élaboré selon les conditions cadre concernant les concepts de protection pour les activités sportives du Département fédéral pour les sports DDPS.

Règles d'hygiène

- Les participant-e-s aux cours présentant des symptômes de maladie ou d'allergies (éternuements) sont prié-e-s de rester à la maison.
- Les participant-e-s sont prié-e-s d'amener leur propre tapis de Pilates et un linge.
- La désinfection des mains est obligatoire à l'entrée du studio de Pilates. Du désinfectant est à disposition.
- Après chaque cours, le matériel du studio utilisé est désinfecté par les enseignant-e-s. de même que les zones sensibles comme poignées de porte, interrupteurs, etc.
- Il n'y a pas de vente de boisson sur place ni service d'eau au robinet. Les participant-e-s apportent leur propre boisson selon besoin.
- Le port de masques est au libre choix des participant-e-s.

Respect des règles de distance

- Le nombre maximal d'un groupe est de 4 participant-e-s.
- Les participant-e-s sont prié-e-s de venir au cours de Pilates déjà en tenue. Dans les vestiaires, la place est limitée, à savoir 1 personne par vestiaire.
- Les tapis sont positionnés par les enseignant-e-s selon le marquage au sol. La distance minimale de 2m est respectée en tout temps, du bord du tapis par rapport à l'autre bord du tapis. Les personnes ne bougent que sur leur tapis.
- Les enseignant-e-s de Pilates restent et corrigent les participant-e-s à distance.
- Les cours sont espacés d'un minimum de 15 minutes afin d'éviter le croisement des groupes. Les participant-e-s entrent et repartent les uns après les autres en respectant les distances de sécurité.
- Il est recommandé de venir à pied ou en transport individuel et d'éviter les transports publics.

Protocole des participant-e-s

- Les noms, adresse, e-mail et numéros de téléphone de chaque participant-e-s sont enregistrés. Afin de pouvoir retracer d'éventuelles chaînes d'infection.

Personnes particulièrement vulnérables

- Les personnes particulièrement vulnérables sont priées de suivre les prescriptions de l'OFSP.