

# Déclinaison des mesures sanitaires pour le sport à partir du 19 mai 2021

Ces mesures seront conditionnées à la situation sanitaire dans chaque département

CATÉGORIES	19 mai 2021	9 juin 2021	30 juin 2021
	Couvre-feu à 21h	Couvre-feu à 23h	Fin du couvre-feu
<b>PUBLICS PRIORITAIRES</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mineurs Scolaire &amp; périscolaire Sport extrascolaire, associatif, encadré</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportifs de haut niveau et professionnels</li> <li>• Personnes à handicap reconnu MDPH avec encadrement</li> <li>• Prescription médicale d'activité physique adaptée (APA)</li> <li>• Formation professionnelle et universitaire</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> <li>- Vestiaires ouverts</li> <li>- Dérogation au couvre-feu</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> <li>- Vestiaires ouverts</li> <li>- Dérogation au couvre-feu</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> <li>- Vestiaires ouverts</li> </ul>
<b>MAJEURS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique individuelle</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur uniquement</li> <li>- Pratique sans contact uniquement</li> <li>- Rassemblement 10 personnes maximum</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur pratique avec contact autorisée</li> <li>- En intérieur pratique sans contact uniquement</li> <li>- Rassemblement 10 personnes maximum</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> <li>- Plus de limitation de rassemblement mais respect de la distanciation</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique encadrée</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur uniquement</li> <li>- Pratique sans contact uniquement</li> <li>- 10 personnes maximum sur la voie publique</li> <li>- Pas de limitation de participants dans les équipements pour une pratique encadrée</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur pratique avec contact autorisée</li> <li>- En intérieur pratique sans contact uniquement</li> <li>- 25 personnes maximum sur la voie publique pour une pratique encadrée</li> <li>- Pas de limitation de participants dans les équipements pour une pratique encadrée</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur</li> <li>- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles</li> <li>- Plus de limitation des rassemblements</li> </ul>

CATÉGORIES	19 mai 2021	9 juin 2021	30 juin 2021
	Couvre-feu à 21h	Couvre-feu à 23h	Fin du couvre-feu
<b>COMPÉTITIONS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haut niveau et professionnel</li> <li>• Amateurs Mineurs</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique avec contact autorisée</li> <li>- Espace public : 50 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur et intérieur : sans limitation de participants</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique avec contact autorisée</li> <li>- Espace public : 500 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur et intérieur : sans limitation de participants</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique avec contact autorisée</li> <li>- Espace public : 2500 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur et intérieur : sans limitation de participants</li> </ul>
<p style="text-align: center;">Majeurs (hors publics prioritaires)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique sans contact uniquement</li> <li>- Espace public : 50 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur : sans limitation de participants</li> <li>- Equipement intérieur : Interdit</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur, pratique avec contact autorisée</li> <li>- En intérieur, pratique sans contact uniquement</li> <li>- Espace public : 500 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur : sans limitation de participants</li> <li>- Equipement intérieur : jauge à 50% de la capacité</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Autorisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En extérieur et en intérieur, pratique avec contact autorisée</li> <li>- Espace public : 2500 participants (simultané ou par épreuve)</li> <li>- Equipement extérieur et intérieur : sans limitation de participants</li> </ul>
<b>SPECTATEURS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espace public</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rassemblement 10 personnes maximum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rassemblement 10 personnes maximum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Règle en vigueur dans l'espace public à date</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipement extérieur ou ERP de plein air éphémère</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis uniquement</li> <li>- Jauge : 35% de la capacité maximale dans la limite de 1000 personnes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis uniquement</li> <li>- Jauge : 65% de la capacité maximale dans la limite de 5000 personnes</li> <li>- Pass sanitaire à partir de 1000 personnes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis : jusqu'à 100% de la capacité de l'enceinte, sur décision du préfet</li> <li>- Debout : 4m<sup>2</sup> par personne, sur décision du préfet</li> <li>- Pass sanitaire à partir de 1000 personnes</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipement intérieur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis uniquement</li> <li>- Jauge : 35% de la capacité maximale dans la limite de 800 personnes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis uniquement</li> <li>- Jauge : 65% de la capacité maximale dans la limite de 5000 personnes</li> <li>- Pass sanitaire à partir de 1000 personnes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assis : jusqu'à 100% de la capacité de l'enceinte, sur décision du préfet</li> <li>- Debout : 4m<sup>2</sup> par personne, sur décision du préfet</li> <li>- Pass sanitaire à partir de 1000 personnes</li> </ul>
<b>VESTAIRES COLLECTIFS</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ouverts uniquement pour les publics prioritaires et dans les piscines</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ouverts uniquement pour les publics prioritaires et dans les piscines</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ouverts uniquement pour les publics prioritaires et dans les piscines</li> </ul>
<b>RESTAURATION, BUVETTE</b>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocole HCR applicable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocole HCR applicable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocole HCR applicable</li> </ul>



# PROTCOLE SANITAIRE FFJDA

*Applicable à la période du 19 Mai 2021 au 9 juin 2021*

## **PRATIQUE DES ACTIVITÉS EN INTÉRIEUR POUR LES PUBLICS PRIORITAIRES**

### **Textes de référence :**

*Décret n°2021-541 du 1er Mai 2021*

*Déclinaison des décisions sanitaires pour le sport à partir du 19 Mai 2020*

*Protocole sanitaire de reprise des activités physiques et sportives du ministère des sports*

La pratique au sein des ERP X (établissements recevant du public couverts et clos) est autorisée pour les publics prioritaires suivants :

Mineurs, sportifs relevant du PPF (Projet de Performance Fédéral), personnes à handicap reconnu MDPH, personnes bénéficiant d'une prescription médicale d'activité physique adaptée (APA), personnes en formation professionnelle et universitaire.

### **Recommandations sanitaires :**

- Le port du masque est obligatoire pour toute phase n'étant pas spécifiquement considérée comme un temps de pratique : circulation dans le dojo, périodes d'observation en dehors ou sur le tatami, séquences théoriques, etc...
- La jauge du nombre de participants doit être adaptée aux installations afin de permettre les espacements entre les groupes et des flux de circulations adaptés au respect des gestes barrières.
- Avant de monter sur le tatami, chaque judoka doit se laver les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.
- Le travail en binôme constitué pour toute la durée de la session est à privilégier.
- Il est conseillé de limiter au strict minimum des besoins, la mise en place de séquences de pratique ayant recours aux exercices conventionnels nécessitant des changements de partenaires : de type randori. Pour ces phases d'exercice, il est recommandé la constitution de sous-groupes non poreux de 4 à 6 judokas.
- Dans le cas des entraînements destinés aux sportifs de haut-niveau, la constitution de sous-groupes d'entraînement, non poreux doit être privilégiée. La liste des partenaires d'entraînement de chaque individu doit être facilement identifiable à tout moment.
- L'organisation des espaces doit être adaptée pour que les binômes en activité soient suffisamment séparés les uns des autres. Lors des phases de regroupements statiques (salut général, temps d'explication, etc...), les pratiquants doivent respecter une distanciation de 2 mètres entre chaque individu, en complément du port du masque.
- Tout matériel pédagogique doit être utilisé de façon individuelle et désinfecté après chaque utilisation.
- Le professeur, l'entraîneur, ou toute personne faisant partie de l'encadrement sur le tatami est tenue de maintenir le port du masque et de respecter strictement les gestes barrières pendant toute la durée de la séance. Le brassage entre différents types de publics dérogatoires n'est pas autorisé.
- Une attention particulière sera apportée à l'établissement de listes nominatives et horodatées de l'ensemble des participants. Pour toute organisation de manifestation, l'inscription préalable via l'extranet est fortement recommandée afin d'identifier les acteurs et de prévoir les flux.





# Les consignes sanitaires à suivre par le pratiquant



- SE DOUCHER ET ÊTRE ALLE AUX TOILETTES
- AVOIR LAVE SA TENUE DE PRATIQUE
- METTRE SA TENUE DE PRATIQUE ET LA COUVRIR TOTALEMENT PAR UN AUTRE VETEMENT (Sweat, pantalon, veste, ...)
- PRENDRE SON SAC DE SPORT (Avec lotion hydro-alcoolique, bouteille d'eau, zooris placées dans un petit sac, mouchoirs, numéro d'un contact en cas d'urgence)
- PORTER UN MASQUE (selon les directives ministérielles)



## A LA MAISON, AVANT DE ME RENDRE AU DOJO

*Illustration en images*

**Je mets**



**Je porte**



**Je prends**



avec



\*selon les directives ministérielles



Il est impératif de bien suivre ces consignes afin de garantir la sécurité de tous et ainsi nous permettre de pratiquer dans les meilleures conditions. Nous comptons sur vous. Les chaussettes antidérapantes sont acceptées pour la pratique du judo sur notre tapis.

## Dans le Dojo sens unique de circulation pour les pratiquants

### DANS LE DOJO

- ENTRER SANS SON ACCOMPAGNANT EVENTUEL
- PORTER UN MASQUE (selon les directives ministérielles)
- SE DEPLACER AVEC SES ZOORIS
- REJOINDRE SON ESPACE PERSONNEL POUR Y DEPOSER SON SAC DE SPORT
- ENLEVER LES VÊTEMENTS COUVRANT SON JUDOGI ET LES RANGER DANS SON SAC
- DESINFECTER SES PIEDS ET SES MAINS AVANT ET APRES LA SEANCE (gel hydro-alcoolique)





**A la fin de la séance, l'accompagnant se rend à la sortie à l'extérieur et attend le judoka.**

### Mise en place de mesures sanitaires à l'accueil du dojo



- Mise en place d'un poste d'accueil à l'entrée du dojo, tenu par une personne désignée par le club
- Lavage des mains à l'aide du distributeur de gel hydro-alcoolique positionné à l'accueil
- Enlever ses chaussures et les déposer à l'emplacement prévu à l'accueil
- L'accompagnant quitte le lieu de l'accueil dès lors que le pratiquant est autorisé à passer dans le Dojo. Il peut être autorisé par l'enseignant à rester dans la salle de pratique.

### Mise en place des mesures sanitaires depuis le passage à l'accueil au démarrage de la séance



- Le pratiquant se rend au vestiaire pour se changer. Il met son judogi et plie ses autres affaires pour les mettre dans son sac.
- Il sort du vestiaire avec son sac, met ses « zoori » pour se rendre dans la salle de pratique.
- Il pose ses « zoori » au bord du tatami, sort sa gourde, son paquet de mouchoirs et son gel hydro-alcoolique. Les autres effets personnels doivent rester dans le sac (téléphone,...).
- Il s'assied sur le tatami, les jambes dirigées vers l'extérieur et se masse les pieds avec du gel hydro-alcoolique.
- Il se retourne vers l'intérieur, se lève, salue le tatami et rejoint l'emplacement pour le salut commun de démarrage. Le salut se fait en ligne.

En fonction des directives ministérielles protocoles niv.1 ou 2. appliqué :

#### PROTOCOLE DE VIGILANCE PREVENTIVE



Niveau 1 de vigilance

Il répond à un niveau de vigilance commun à tout citoyen

Echéancier : dès que la règle d'hygiène respiratoire est levée (fin du port du masque).

##### Conditions sanitaires

- Distance de ~~proximité~~ ~~proximité~~ sanitaire
- Limitation du ~~nombre~~ ~~nombre~~ de pratiquants
- Gestes barrières Covid-19
- Port de ~~masque~~ ~~masque~~

##### Préconisations pédagogiques générales

- Aucune restriction pédagogique tant que les situations proposées permettent le respect des gestes barrières.



#### PROTOCOLE DE VIGILANCE MODEREE



Niveau 2 de vigilance

Il répond à un niveau de vigilance modéré mais impose toujours le port obligatoire du masque.

Echéancier : dès que la règle de distanciation sociale est levée, mais que le port du masque reste obligatoire.

##### Conditions sanitaires

- Distance de ~~proximité~~ ~~proximité~~ sanitaire
- Limitation du ~~nombre~~ ~~nombre~~ de pratiquants
- Gestes barrières Covid-19
- Port du masque

##### Préconisations pédagogiques générales

- Geiko de coopération et d'opposition en Tashi-Waza privilégiés
- Toute application pédagogique adaptée au respect de l'hygiène respiratoire et des gestes barrières.



#### Préconisations spécifiques à la FFJDA

- Se doucher et avoir les cheveux lavés
- S'assurer que sa tenue de pratique ait bien été lavée (judogi)
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- Etre allé aux toilettes
- Prendre un sac (de moyen ou grand volume) à l'intérieur du dojo, des mouchoirs jetables non utilisés, sa lotion, ses chaussons, sa bouteille d'eau et une fiche comprenant les protocoles pouvant être joint en cas de problème durant la séance

**Les chaussettes antidérapantes sont acceptées pour la pratique du judo sur notre tapis.**

**Merci de consulter notre site afin de prendre connaissance de l'ensemble des dispositions mises en place pour pratiquer le judo en sécurité.**





## INFO RENTREE 2020/2021

REPRISE DES COURS A PARTIR DU ~~08/09/20~~ 09 juin 2021

### Horaires Club

<b>MARDI</b>	<b>GROUPE</b>	<b>PROFESSEUR</b>
17h30 - 18h30	Eveil judo 1	Karine F. <del>Olivier</del>
18h30 - 19h30	Mini-poussin(e)s	Thierry
18h30 - 19h30	Poussin(e)s	Karine F. <del>Olivier</del>
19h30 - 21h00	Cadet(te)s, Juniors, Seniors	Thierry
19h30 - 20h30	Benjamin(e)s, Minimes ; Cadet (te) s	Thierry <del>Olivier</del>

<b>MERCREDI</b>	<b>GROUPE</b>	<b>PROFESSEUR</b>
16h30 - 17h30	Eveil judo 2	Karine
17h30 - 18h30	Eveil judo 3	Karine
<del>18h30 - 20h00</del>	<del>Entraînement Kata, perfectionnement technique</del>	<del>Karine</del>

<b>VENDREDI</b>	<b>GROUPE</b>	<b>PROFESSEUR</b>
18h00 - 19h00	Mini-poussin(e)s	Karine F. <del>Olivier</del>
18h00 - 19h00	Poussin(e)s	Karine
19h00 - 20h30	Benjamin(e)s, Minimes, Cadet(te)s, Juniors, Seniors	Karine F. <del>Olivier</del>
<del>20h30 - 22h00</del>	<del>Entraînement Kata, perfectionnement technique</del>	<del>Olivier</del>

<b>SAMEDI</b>	<b>GROUPE</b>	<b>PROFESSEUR</b>
	<b>Cadet(te)s, Juniors, Seniors</b>	
9h30 - 11h00	Taïso / Jujitsu	Thierry

### LES CATEGORIES :

Baby : 2015/2016

Mini-poussin(e)s : 2013/2014

Poussin(e)s : 2011/2012

Benjamin(e)s : 2009/2010

Minimes : 2007/2008

Cadet(te)s : 2004/ 2005/2006

Juniors : 2001/2002/2003

Seniors : 2000 et avant

### CONTACTS :

Présidente : BAERT Marie-Christine

Vice-Présidents : PELISSIER Frédéric et CHATEIGNER Christophe

Trésorière : FARASIN Martine

Trésorière adjointe : FARASIN Laure

Secrétaire : LEVECQUE Gaëtan

Secrétaire adjointe : FARASIN Karine

Le dojo aux heures de cours : 05.63.41.95.22

Adresse : Rue Henri Dunant, 81370 Saint SULPICE

E-mail : [judo.saint-sulpice81@sfr.fr](mailto:judo.saint-sulpice81@sfr.fr)

Site : [http://club.sportsregions.fr/judo\\_saint-sulpice](http://club.sportsregions.fr/judo_saint-sulpice)