

RÈGLES SANITAIRES

REPRISE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES PHASE 3

HALTÉROPHILIE
MUSCULATION
COURS COLLECTIFS
CARDIO-TRAINING



DÉSINFECTION DU MATÉRIEL après chaque utilisation (barres, haltères, machines, poignées, manettes de réglage, consoles des appareils cardio...)



DISTANCIATION PHYSIQUE : 2 mètres entre les pratiquants, ainsi qu'entre pratiquant et coach



PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE lors des déplacements dans la salle. **On l'enlève pendant l'activité sportive.** Coach, masque obligatoire, sauf s'il pratique en même temps



PAS DE PARTAGE DE MATÉRIELS (pas de pratique en alternance sur une même machine ou barre ou haltères)



EN HALTÉROPHILIE : 1 barre par athlète, possibilité de partager le même plateau en alternance mais chaque athlète passe sur sa barre