



**CLUB DE
KARATÉ
MASKOUTAIN
ST-HYACINTHE**

OB.N.L. Affilié aux Services des loisirs de St-Hyacinthe

Règles et mesures à respecter INTÉRIEUR / EXTÉRIEUR

En cas de suspicion de Covid-19, veuillez avisez les responsables du Club avant même le test de dépistage. Notre obligation de protéger l'ensemble est primordiale

À votre premier entraînement, vous devrez prendre connaissance et remplir le formulaire de Reconnaissance de risque Karaté Québec donc prévoir du temps de plus.

Aucun accès aux vestiaires ni aux toilettes ne sera possible :

À l'arrivée, être habillé prêt à vous entraîner

Allez aux toilettes avant de partir de la maison

Habillement : pour les entraînements qui sont à l'extérieur, vous devez porter :

- Le participant s'engage à respecter la distanciation sociale de 2 mètres en tout temps pendant les cours
- Obligatoire : Chaussures de sport
- ÉTÉ : au choix : Gi ou ensemble de sport
- SESSIONS RÉGULIÈRES : - Le gi du participant doit être fraîchement lavé avant chaque cours et doit être lavé le plus vite possible en revenant du cours.
- La casquette sera tolérée pour vous protéger du soleil
- Recommandé mais non obligatoire : Masque
- Masque obligatoire à l'arrivée et au départ (zone de transition)

Il n'y aura pas d'accès à un abreuvoir ou une fontaine

Apportez votre bouteille d'eau.

Distanciation : Nous devons conserver une distance de 2m entre chaque personne avant, pendant et après les entraînements.

Chaque participant aura sa zone délimitée d'entraînement

Le salut ne sera pas fait sur une ligne comme d'habitude mais debout depuis votre zone d'entraînement

Il n'y aura pas de combat pendant les entraînements. Ne pas apporter d'équipement de combat.

Départ à tour de rôle pour respecter la distanciation.

Les parents qui ne font pas de karaté devront quitter ou rester dans leurs véhicules à l'arrêt.