



Respect
Discipline
Persévérance

Karaté Traditionnel Shotokan Gatineau

819.328.7785

ktsg.ca

info@ktsg.ca

Mesures sanitaires au dojo – Mise à jour 13 juillet 2020 Bien lire

Mise à jour 13 juillet 2020

En conformité avec les nouvelles consignes des autorités sanitaires concernant le port du masque :

- À compter du samedi 18 juillet, tous les clients devront porter un masque lorsqu'ils entrent et sortent du centre sportif ainsi que dans les espaces communs où la distanciation physique est plus difficile ou n'est pas possible tels que dans les vestiaires;
- Les personnes de 12 ans et plus sont visées par cette mesure;
- Dans le cas où un client n'a pas son masque, il aura la possibilité d'en acheter un à la réception;
- Si un client ne respecte pas cette mesure, le personnel du centre sportif La Sporthèque devra lui refuser l'entrée;
- Toutefois, la Ministre Isabelle Charest confirme que « les consignes ne changent pas pour les activités sportives et récréatives donc pas de port du masque sur les plateaux [d'entraînement] ». En d'autres mots, le port du masque n'est PAS obligatoire lors du temps d'entraînement;
- Karaté Traditionnel Shotokan Gatineau recommande le port du masque ou du couvre-visage lors des entraînements.

Chers karatékas, chers parents,

C'est avec plaisir que je vous annonce la reprise des entraînements en salle pour les karatékas. En collaboration avec le centre sportif La Sporthèque, Karaté Traditionnel Shotokan Gatineau (KTSG) a élaboré une série de mesures sanitaires visant à assurer des entraînements plus sécuritaires pour les karatékas dans le contexte de la pandémie. Le tout conformément aux directives émises par les autorités sanitaires.

Veuillez noter que La Sporthèque a fait l'acquisition d'un appareil de désinfection à l'électro-statique. Celui-ci permet de désinfecter toutes les surfaces du centre. Un employé sera d'ailleurs affecté à cette tâche en tout temps. De plus, le nombre de préposés affectés au nettoyage a été significativement augmenté. Des plexiglass ont été installés aux différents comptoirs de service et tous les employés de La Sporthèque seront munis de masques. Enfin, des stations pour le lavage des mains ont été installés à l'entrée de chaque secteur du centre sportif.

Avant de quitter la maison

- Allez à la toilette pour éviter le plus possible les déplacements à l'intérieur du centre sportif;
- Mettez votre karaté gi (uniforme) pour éviter le plus possible les déplacements vers les vestiaires;
- Apportez votre bouteille d'eau car les fontaines ne sont pas accessibles;
- Si vous présentez des symptômes liés à la COVID-19, restez à la maison.

-IMPORTANT-

KTSG ainsi que le centre sportif La Sporthèque se réservent le droit de refuser l'accès à un membre présentant des symptômes liés à la COVID-19.

Avant d'entrer dans La Sporthèque

- Arrivez 10 à 15 minutes avant le début de vos cours dans le cas où il y aurait de l'attente à l'entrée. Pour les enfants et les adolescents, le parent ou l'accompagnateur doit attendre à l'extérieur du centre sportif (sauf si celui-ci pratique avec l'enfant) toujours en respectant les consignes de distanciation de 2 mètres;
- Veuillez attendre votre tour à l'extérieur du bâtiment et suivre les consignes de l'employé de La Sporthèque sur place;
- Le port du masque est obligatoire lorsque vous entrez et sortez du centre sportif ainsi que dans les espaces communs où la distanciation physique est plus difficile ou n'est pas possible tels que dans les vestiaires.

À la réception

- Lavez vos mains à la station de nettoyage avant d'entrer dans le centre sportif;
- Tous les clients doivent passer à la réception avant d'entrer;
- Gardez une distance de 2 mètres entre chaque personne, et ce, en tout temps;
- Paiements par carte seulement. La Sporthèque n'accepte pas l'argent comptant lors des inscriptions pour les cours et le paiement en ligne est fortement recommandé (<https://sporthèque.com/mon-compte/se-connecter?redirect=/inscription>). Pour ce qui est des achats d'équipement ou tout autre transaction faite auprès de Karaté Traditionnel Shotokan Gatineau, les paiements se font via Virement *Interac*^{MD}.

Avant d'entrer dans le dojo (salle d'entraînement)

- Déposez vos chaussures dans le vestiaire familial;
- Lavez vos mains à la station de nettoyage avant d'entrer dans le dojo;

Dans le dojo

- Vous serez invités à entrer dans le dojo l'un après l'autre. Vous déposez vos effets personnels (bijoux, clé de voiture, sac, etc.) sur le pourtour de la salle d'entraînement.
- Vous serez invités à rejoindre votre zone de pratique délimitée par une pastille installée sur la surface de la salle d'entraînement. Il y a en tout 24 pastilles installées à 2 mètres de distance les unes des autres;
- Vous vous dirigez dans votre zone. Vous y restez tout au long du cours;
- Le salut traditionnel en ligne au début et à la fin de cours se fait sur la pastille;

- Les activités avec partenaire telles que les réchauffements, le kumité (combat) ou les éducatifs sont interdits;
- Dans le but d'éviter la propagation de gouttelettes, le kiaï (cri fait par le karatéka) est interdit.

Après l'entraînement

- À la fin du cours, l'instructeur vous invite un à la suite de l'autre à récupérer vos effets personnels déposés sur le pourtour de la salle d'entraînement;
- Vous serez invités à quitter le dojo l'un après l'autre et vous vous dirigez vers le vestiaire familial pour aller récupérer vos chaussures. Le tout en respectant les consignes de distanciation de 2 mètres;
- Vous vous dirigez vers la sortie et vous évitez de vous attarder dans le centre sportif toujours en respectant les consignes de distanciation de 2 mètres;
- Le parent ou l'accompagnateur d'un enfant ou d'un adolescent arrive 5 minutes avant la fin du cours. Il doit attendre à l'extérieur du centre sportif toujours en respectant les consignes de distanciation de 2 mètres.

Chantal Aubé

Instructrice en chef

Karaté Traditionnel Shotokan Gatineau