PANDEMIE COVID19

Reprise des entraînements de tennis de table au gymnase des coteaux

MESURES SANITAIRES

ZONE ORANGE

Les mesures ci-dessous, indispensables voire obligatoires, sont à appliquer dans le clubs, en cas de reprise dans les prochaines semaines afin de préserver la santé de chacun.

A - AVANT LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

A1 – **Réservation préalable obligatoire** via le site internet http://www.zupjeunesnogent.fr : **moins de 10 personnes en même temps dans la salle .**

A2 - **Le club conserve la liste des participants de chaque séance.**

A3 - **Référencement** de référents COVID-19 (**William ANGELE et Raphaël HEISSERER**)

A4 – Achat par le club de **gel hydro-alcoolique** avec distributeur poussoir et savon.

A5 – Achat par le club de **gants plastiques**.

A6 – Prévoir plusieurs **éponges ou du papier essuie-tout et du produit désinfectant**.

A7 – Prévoir **un feutre indélébile**.

A8 – Les joueurs et l'entraîneur doivent prévoir de se **munir de 2 masques jetables ou réutilisables aux normes en vigueur,** un pour venir à la salle et un autre à utiliser après la séance.

A9 – Les joueurs doivent prévoir **des balles identifiées** s'ils préfèrent utiliser leurs balles.

A10 – Les joueurs doivent prévoir leur sac de sport avec, outre leur matériel de sport, **leur raquette, une serviette pour s'essuyer, une pochette pour ranger leur masque, des gants jetables, une bouteille d'eau** et des en-cas ou goûter si nécessaire.

A11 –Chaque aire de jeu doit être délimitée individuellement avec un espace entre deux aires d'un mètre minimum (pour matérialiser chaque aire de jeu vous pouvez utiliser des séparations de tennis de table) ;

A12 –Affichage des gestes barrières tennis de table à l'accueil de la structure ;

A13 –Éteindre les climatisations dans les salles ;

A14 – Le club nomme un responsable de l'accueil qui veille au respect de l'ensemble des règles sanitaires.

B - ENTRÉE DANS LE GYMNASE

B1 – Les joueurs doivent **porter un masque**, l'entraîneur aussi.

B2 – Entrée des joueurs/joueuses en **file indienne en respectant 2 mètres de distance entre chacun.**
Cette mesure de distanciation devra être obligatoire **à tout moment de la séance**.

B3 – Les joueurs/joueuses et l'entraîneur se saluent à distance d'un signe de la main.

B4 – Les **parents ou accompagnateurs ne sont pas admis dans le gymnase** jusqu'à la fin de crise sanitaire.

B5 - Chaque joueur/joueuse, tour à tour, **nettoie ses mains avec le gel hydroalcoolique**.
Appuyer sur le bouton poussoir avec le coude.

B6 – Les joueurs/joueuses **arrivent en tenue de sport** pour s'entraîner. Ils changent seulement de chaussures dans le gymnase. Les vestiaires ne doivent pas être utilisés. **Le sac de sport est posé au sol** et non sur le banc ou sur le gradin, on s'assoie à plus d'un mètre les uns des autres.(conseillé : sac derrière le joueur dans le couloir de séparation)

B7 - Chaque joueur doit avoir **sa raquette, sa serviette, sa propre bouteille**, son goûter (emballé) le cas échéant. Pas de goûter collectif. **Pas de prêt de raquette.**

B8 - Respecter le sens de circulation mis en place

C – INSTALLATION

C1 – Chaque table est installée par 1 seul joueur, 2 si ce n'est pas possible seul mais en respectant **la distanciation physique et en utilisant des gants jetables**. Idem pour l'installation du filet et des séparations. Les gants sont gardés par les personnes concernés pour le démontage par ces mêmes personnes ou d'autres gants sont utilisés pour les mêmes ou d'autres personnes chargées du rangement.
1 à 2 personnes en même temps maximum dans le local de rangement

C2 **- Désinfecter les tables** (5 tables pour 10 joueurs maximum si aucun entraîneur). Privilégier un spray désinfectant, frotter les 2 côtés de la table avec l'éponge.

C3 – Si les joueurs n'ont pas leurs propres balles identifiées, **désinfecter au minimum 6 balles** par joueur concerné, avec le gel hydro-alcoolique et une éponge. Idem pour l'entraîneur (pour les démonstrations).
C4 – Désinfecter régulièrement les sanitaires et mettre à disposition obligatoirement du savon pour le lavage des mains ou des serviettes jetables ou proposer un séchage mécanique

C5 – Désinfecter régulièrement les parties techniques de la salle (aires de jeu, tables, haut des séparations) ainsi que le petit matériel (ramasseur de balles, cuvettes
…) au début et à la fin de chaque session ;

D - PENDANT LA SÉANCE

D1 – Pas de port de masque par les joueuses/joueurs (les masques utilisés préalablement sont rangés dans un sac individuel spécial ou jeté dans une poubelle). **L'entraîneur conserve son masque.**

D2 – Les joueurs/joueuses peuvent **garder les gants plastiques** pour jouer **ou les enlever** (les conserver pour le rangement) **et mettre du gel hydro-alcoolique sur les 2 mains.**

D3 – L'entraîneur garde une distance suffisante, **2 mètres minimum** avec chaque joueur/joueuse **à tout moment de la séance** : regroupement, explication, démonstration, correction, etc.

D4 – **Le jeu en doubles ou plus est interdit.**

D5 – Lors des regroupements et des déplacements pour aller et venir aux tables, les **joueurs/joueuses gardent une distance de 2 mètres minimum** entre eux/elles.

D6 – **Personne ne doit toucher les tables**, ni les joueurs/joueuses pendant le jeu ou les regroupements, ni l'entraîneur pendant la démonstration ou l'explication. **Si un joueur/joueuse touche la table** involontairement, il faut **la nettoyer avant l'exercice suivant**.

D7 - Les joueurs/joueuses et l'entraîneur ne devront **en aucun cas toucher les balles qui ne comportent pas leurs initiales .**

D8 – Lors du **service ou de la mise en jeu**, chaque joueur utilise la ou **les balles marquées de ses initiales.**

D9 – L'adversaire ne doit **jamais arrêter la balle non marquée de ses initiales avec la main**. Il la laisse tomber au sol.

D10 – Chaque joueur **ramasse sa ou ses balles** pour jouer un autre échange ou un autre point.

D11 – **Ne jamais toucher les revêtements de la raquette avec ses mains.**

D12 – Chacun, y compris l'entraîneur, doit boire dans sa propre bouteille, et n'utilise que sa raquette et sa serviette. Ne pas s'éponger le visage avec les mains, les poignets, les avant-bras,…Poser la serviette sur la séparation ou une chaise désinfectées au préalable en début de séance.

D13- Les joueurs ne se serrent pas la main à la fin d'une partie mais se saluent à distance.

E - APRÈS LA SÉANCE

E1 – Regrouper les balles dans une bassine. **Les mêmes balles seront ré-utilisées lors la séance suivante** en respectant les mêmes mesures.

E2 – Les joueurs/joueuses **rangent immédiatement leur raquette, leur bouteille, leur serviette et le cas échéant leurs balles** dans leur sac de sport.

E3 – **Remettre des gants plastiques** si on les a enlevés pour ranger le gros matériel.

E4 – Nettoyer les tables avec le produit désinfectant.

E5 – Un seul joueur/joueuse désinfecte et range le filet. Rangement des séparations. Respecter la distanciation, **1 à 2 personnes maximum en même temps dans le local de rangement**

E6 – Ranger les tables seul ou à 2 si ce n'est pas possible seul, respecter la distanciation.

E7 – Les joueurs/joueuses remettent leurs chaussures d'extérieur en conservant 1 mètre minimum entre chacun.
- **Ne pas prendre la douche au gymnase**.
- S'habiller, mettre un masque et quitter le gymnase le plus rapidement possible sans attendre les copains-copines que l'on salue à distance.

F – SORTIE DE LA SALLE OU GYMNASE

F1 - Dire au revoir à l'entraîneur d'un signe de la main.

F2 – Si besoin ,les masques , gants devront être jetés dans la poubelle prévue à cette effet à la sortie .

F2 –A la sortie ,chaque joueur/joueuse, tour à tour, **nettoie ses mains avec le gel hydroalcoolique**.
Appuyer sur le bouton poussoir avec le coude.

F3- Quitter le gymnase en évitant de toucher la ou les poignées de porte avec les mains.

F3 – **L'entraîneur ou un responsable désigné récupèrent les éponges, les lavent à 60°** pour la séance suivante. Ils **désinfectent le feutre** avec le gel hydro-alcoolique. Ils quittent le gymnase les derniers et **désinfectent les poignées de porte** également.

Attention, chacun doit veiller à ne pas relâcher ses efforts sur ces mesures de précaution, que ce soit tout au long de la séance, en fin de séance ou d'une séance sur l'autre par la force de l'habitude.
Ces mesures sont **mises en place pour protéger la santé de tous les acteurs en commençant par soi-même.**
Toutefois, si elles sont nécessaires, ces mesures **ne peuvent prétendre être efficaces à 100 %. Il n'y a pas de risque zéro.**
Mais, ce n'est qu'à ce prix que l'on pourra revenir au tennis de table d'avant.

Fédération Française de Tennis de Table

COVID-19| "AU PING, JE ME PROTÈGE ET JE PROTÈGE LES AUTRES"

LES CLUBS

Désignez un responsable Covid-19 pour accueillir et vérifier le respect des **consignes sanitaires** pendant les séances.

Installez la salle en **limitant la manipulation** du matériel (tables, filets, séparations...) à 1 ou 2 personnes.

Prévoyez au **minimum 3 mètres** (longueur et largeur) entre chaque table. Vous pouvez utiliser des séparations.

Fermez les vestiaires, les douches et le club house de votre club. Organisez l'accès aux toilettes.

Nettoyez le dessus des tables et des séparations au montage, entre chaque créneau et lors du démontage de la salle.

Prévoyez un système de **réservation** de créneaux et limitez le nombre de joueurs lors de chaque séance (2 joueurs maximum par table).

AVANT DE JOUER

Seuls les pongistes inscrits à la séance accèdent à la salle de Ping. **Les accompagnateurs ne doivent pas rentrer dans la salle.**

Chaque joueur arrive **directement en tenue de sport** à l'entrainement et avec son **propre matériel** (raquette, balles si possible, serviette, bouteille d'eau, gel hydroalcoolique...), nettoyé avant et après la séance.

Il est préférable de déposer **ses affaires dans un endroit isolé** et de ne pas les déplacer jusqu'à la fin de la séance.

Tous les joueurs se **nettoient les mains** en arrivant dans la salle.

PENDANT LA SEANCE

Les changements de tables et d'adversaires sont **limités pendant la séance** et les changements de côtés ne sont **pas autorisés**.

Il est recommandé **1 à 2 balles maximum** par personne. Les balles (personnelles ou distribuées par le club) doivent être personnalisées. **Le joueur ne peut toucher que ses propres balles.**

Les joueurs ne doivent pas **s'essuyer les mains sur la table** ni toucher le matériel du club.

L'utilisation du **petit matériel** (bassines, cerceaux, plots...) **est déconseillée.**

La poignée de main à la fin de la partie **n'est pas autorisée.** Elle pourra être remplacée par un signe avec la raquette.

CONSEIL

Mettre à disposition de tous un moyen pour se nettoyer les mains (savon, gel hydroalcoolique...).

Porter un masque en dehors des temps de pratique.

Nettoyer ses mains régulièrement.

En plus des gestes barrières généraux (pas de poignées de main ni d'embrassades, distance physique, tous dans son coude...), voici les consignes sanitaires à respecter pour une reprise du Ping en toute sécurité. Ces consignes s'ajoutent à celles du gouvernement et du Ministère des Sports (au 8 mai 2020). Ces consignes sont applicables sous réserve des modalités de déconfinement préfectorales et locales.