

## Avant de partir de la maison

Être habillé et avoir son sac d'effets personnels pour éviter les déplacements;

S'assurer d'aller aux toilettes **AVANT** d'arriver au gymnase;

S'assurer de partir de la maison à temps pour arriver 15 minutes avant l'heure du cours.

## En arrivant au centre

Aucun parent n'est autorisé dans le centre;

Il est important d'arriver 15 minutes avant l'heure du cours; car nous ne pouvons gérer les retardataires. Si votre enfant est en retard il perdra son cours;

L'athlète doit se diriger vers les zones d'attente à l'extérieur (2m identifiés sur le sol);

Se réunir dans le stationnement est interdit. Il ne devrait pas y avoir de socialisation dans la zone de débarquement ou de ramassage;

Attendre le signale pour pouvoir entrer;

Se laver les mains à la station de distribution;

Répondre aux questions de santé;

Respecter en tout temps le 2m;

Déposer ses effets personnels dans son casier;

Se diriger vers l'entrée du gymnase et attendre sur les marques au sol;

## Dans de gymnase et durant le cours

Se laver les mains (station distribution) à l'entrée du gymnase;

Entrer dans le gymnase dans une zone d'attente dédiée avec espace identifié;

Suivre l'entraîneur et se diriger vers sa station;

Se diriger en file indienne (2m) de distance, à la zone;

Rester en tout temps avec mon groupe et entraîneur;

Respecter les zones d'attentes en tout temps, et ce à tous les agrès;

Éviter tout contact avec les autres athlètes;

Rester dans leur zone d'attente (si possible, identifiée) et circuler le moins possible

Annoncer tous les déplacements ponctuels (ex.: toilette, collation) et recevoir l'autorisation de son entraîneur

Éviter de se toucher le visage, tousser dans son coude et respecter la distanciation sociale

## À la fin du cours

Se diriger, en file indienne de 2 mètres de distance, vers la zone de sortie;

Se laver les mains à la station de distribution;

Récupérer ses effets personnels dans le casier

Suivre les flèches au sol afin de quitter le centre par la porte arrière (près de la salle de musculation).