

Concept de protection pour les studios de fitness applicable à partir du 30 octobre 2020

Version: le 30 octobre 2020

Auteur: IG Fitness Schweiz

Nouveau coronavirus
VOICI COMMENT NOUS PROTÉGER. ✓

STOP CORONA

Actualisé au 28.10.2020

Rencontrez le moins de personnes possible

www.ofsp-coronavirus.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Application SwissCovid
Download

Principe de base

- Les exploitants sont tenus d'en appeler à la responsabilité individuelle de leurs membres en ce qui concerne le respect des mesures de protection et des directives du Conseil fédéral et de l'OFSP.
- Chaque centre doit continuer à respecter les conditions générales indiquées dans le plan de protection de la Confédération. Celles-ci doivent être imprimées et disponibles dans chaque centre.
- Pas de symptômes au centre de fitness; les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire s'isoler, et contacter leur médecin. Etablir des listes de présence: sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être transmis aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le centre de fitness tient des listes de présence pour tous les entraînements.
- Se laver soigneusement les mains; le lavage des mains joue un rôle crucial dans le maintien de l'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage
- **Dans les centres de fitness, le port du masque de protection est obligatoire et la distance requise doit être respectée.**
- **Les collaborateurs doivent porter des masques en permanence**
- En cas de présence de personnes exemptées de l'obligation de porter un masque, soit la distance requise doit être maintenue, soit d'autres mesures de protection efficaces doivent être prises, telles que l'installation de dispositifs de séparation appropriés.

Encombrement/conditions prévalant sur le lieu d'entraînement

- Il ne peut séjourner dans l'espace d'entraînement avec des appareils, Functional Training inclus, **qu'un nombre de personnes inférieur ou égal à 80% du nombre de stations d'entraînement utilisables au maximum.** La surface de trafic ne doit pas être considérée comme une station d'entraînement.
- **Il faut toujours veiller à ce que la règle de la distance de 1.5 m avec respect de l'obligation de porter un masque soit garantie et qu'aucun «groupe d'entraînement» ne se forme.**
- Chaque centre est tenu de calculer le nombre maximal de personnes qui se trouvent simultanément dans le centre de fitness sur la base décrite ci-dessus et de l'indiquer dans le plan de protection. Cette mesure ainsi que toutes les autres mesures telles que le marquage au sol doivent permettre que la distance requise puisse à tout moment être garantie entre les sportifs pendant leur entraînement, et que la formation de groupes comptant plus de 15 personnes puisse être évitée.
- Chaque centre s'assure de rendre bien visible (p. ex. avec un plan de situation) lorsque, selon leur concept d'entraînement, des secteurs clairement délimités sont créés. Il affiche en outre le nombre maximal d'utilisateurs dans chaque secteur, y compris dans les vestiaires.
- Les vestiaires et garde-robes peuvent être utilisés sous réserve d'une limite du nombre de personnes et dans le respect des règles de distance de 1.5 m avec respect de l'obligation de porter un masque. Ces lieux sont importants pour déposer des objets de valeur.
- La distance de sécurité de 2 m doit également être garantie dans les douches. Lorsqu'il y a des cloisons, l'utilisation des douches ne pose pas de problème. Là où il y a une zone de douche ouverte, une douche sur deux est fermée.

⇒ Il est en principe conseillé au membre de se changer et de se doucher chez lui.

Système de check-in (principe du compte-gouttes)

- L'exploitant du centre doit veiller qu'il n'y ait pas d'accumulation de personnes souhaitant s'entraîner dans la zone d'entrée, si bien que la distance requise ne puisse plus être garantie.
- Cela est facile à contrôler grâce à un système de check-in. Le fonctionnement est le même que dans les magasins où le nombre maximum de personnes peut être contrôlé à l'entrée (manuellement, application de comptage sur smartphone, borne Count-Me, système d'accès au centre par exemple via les tourniquets).
- Etablir des listes de présence: sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être transmis aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le centre de fitness tient des listes de présence pour tous les entraînements. Garde d'enfants: le port du masque est obligatoire pour les éducatrices et les éducateurs, ainsi que pour les parents.

Durée de l'entraînement

La durée de présence est spécifique à chaque centre. Il est conseillé au client d'effectuer son entraînement le plus rapidement possible et de donner ainsi aux autres clients la possibilité de s'entraîner. Cela contribue également à ce qu'il n'y ait pas de rassemblement de personnes dans ou devant l'installation.

Matériel/nettoyage

Chaque sportif installe lui-même son propre espace et le range en fin de séance. La distance de sécurité doit être respectée. Il faut se laver les mains après avoir touché les machines d'entraînement.

Zones d'entraînement (ENTRAÎNEMENT INDIVIDUEL)

- **Dans les zones d'entraînement, le port du masque de protection est obligatoire et la distance de 1.5 m requise doit être respectée.**
- Il n'est pas nécessaire de porter un masque dans les grandes pièces si des exigences de distance supplémentaires et des restrictions de capacité s'appliquent et si la ventilation est garantie (zones de plus de 15 m² par personne, c'est-à-dire ~4x4 m, ou 4 m² pour les sports calmes) ou si une protection contre la propagation de gouttelettes (3 côtés, du sol à la hauteur du corps) est assurée dans le sens de l'expiration, les exigences de distance peuvent être réduites.
- Dans le cas des appareils cardio/musculation et des zones d'entraînement en circuit, des postes seront fermés si la distance ne peut pas être maintenue.
- Les dispositifs qui sont placés les uns à côté des autres de telle sorte que, par exemple, le matériel intermédiaire sépare les personnes qui s'entraînent et assure ainsi une protection entre elles (comme les panneaux en plexiglas à la caisse d'un supermarché) peuvent également être distants de moins de 1,5 m.
- Si ce n'est pas le cas, assurez-vous que la distance de 1.5 m avec respect de l'obligation de porter un masque requise entre les personnes qui s'entraînent est maintenue.

Cours de fitness en groupe (ENTRAÎNEMENT EN GROUPE)

- Il faut en principe respecter la règle de la Confédération selon laquelle la **taille maximale d'un groupe ne doit pas dépasser 15 personnes** (instructeur inclus) devant se conformer à la distance de sécurité requise dans le rayon maximal de déplacement du groupe et tous doivent porter un masque.
- Il n'est pas nécessaire de porter un masque dans les grandes pièces si des exigences de distance supplémentaires et des restrictions de capacité s'appliquent et si la ventilation est garantie (zones de plus de 15 m² par personne, c'est-à-dire ~4x4 m, ou 4 m² pour les sports calmes)
- Les entraînements en petits groupes (par exemple Powerplate) et les cours d'aquagym (stationnaire 4 m² -> pas de masque obligatoire) sont possibles, à condition de respecter la taille du groupe et la règle de la distance.
- Les responsables de cours sont chargés de veiller que la distance requise entre les participants soit maintenue. Des marquages tels que des carrés ou des cercles permettent de visualiser le respect de la règle de la distance dans la salle dans laquelle le groupe s'entraîne.
- Les cours doivent toujours être programmés de telle sorte qu'il existe un intervalle entre chaque cours. Cela permet de s'assurer que les participants ne se croisent pas. A l'entrée des salles de cours, il doit y avoir des marquages au sol indiquant comment la distance requise peut être maintenue. Les exploitants des centres de fitness définissent eux-mêmes le temps de battement entre deux séances consécutives pour chaque centre. Les groupes ne doivent pas se mélanger.

Plans de protection spécifiques aux entraînements

En présence d'offres spécifiques (pilates, yoga, entraînement personnel, etc.), les plans de protection rendus plausibles et les dispositions générales en vigueur de l'ordonnance s'appliquent.

Bien-être

- Sauna/bains: le nombre maximum d'occupants doit être indiqué sur la porte. Il faut au moins 4 m² par personne. Le port du masque est obligatoire jusqu'à l'entrée du sauna et du bain.
- En principe, la réglementation fédérale concernant la **taille maximale du groupe de 15 personnes s'applique**.
- Salles de repos: le nombre maximum d'occupants doit être indiqué sur la porte. Les lits des salles de détente doivent être placés à une distance de 1,5 m les uns des autres. De manière générale, le port du masque est obligatoire.

Centres supervisés et gérés à distance

Les centres supervisés et gérés à distance, qui sont certifiés par un label de qualité (par exemple Qualitop) peuvent maintenir leurs installations ouvertes conformément à ce concept de protection.

La Confédération renforce les mesures contre le coronavirus

À partir du 29 octobre dans toute la Suisse :



Interdiction des manifestations et des rassemblements

10+

Pas plus de 10 personnes pour les réunions de famille et les rencontres entre amis

50+

Pas de manifestations de plus de 50 personnes

15+

Interdiction des rassemblements de plus de 15 personnes dans l'espace public (depuis le 19.10)

Exceptions : assemblées parlementaires et communales, manifestations politiques, récoltes de signatures



Règles pour la culture et le sport

Interdiction des activités sportives et culturelles de plus de 15 personnes. Exceptions : entraînements et répétitions pour les moins de 16 ans et les professionnels. Règles plus strictes pour les chorales et les sports de contact.



Enseignement à distance pour les hautes écoles (dès 2.11.)



Fermeture des discothèques et des boîtes de nuit



Règles pour les bars et les restaurants

4

personnes maximum par table



Fermeture de 23 h à 6 h



Obligation de consommer assis et fournir ses coordonnées



Extension de l'obligation de porter un masque

Dans les lieux suivants (en plus des transports publics, arrêts et espaces clos accessibles au public):



Écoles à partir du secondaire II



Travail à l'intérieur (sauf si les distances peuvent être respectées)




Espaces extérieurs des restaurants, magasins, etc., et zones urbaines à forte affluence



Espaces publics si l'on ne peut pas garder ses distances

Exceptions : enfants de moins de 12 ans, personnes avec certificat médical

Attention : règles plus strictes dans certains cantons

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun Svizra
Swiss Confederation

Bundesrat
Conseil fédéral
Consiglio federale
Cussegl federal
Federal Council

Ce qui ne change pas :



Réduire les contacts



Travailler à la maison si possible



Respecter les règles d'hygiène des mains



Respecter les distances