

Concept de protection pour les studios de fitness applicable à partir du 19 avril 2021

Auteur: IG Fitness Suisse

La Confédération assouplit les mesures contre le coronavirus

14.04.2021

A partir du 19 avril:



Réouverture:



Terrasses des bars et restaurants



Établissements de loisirs et de culture (y c. intérieur)



Installations sportives (y c. intérieur)



Événements à nouveau autorisés

15

Règle générale: max. 15 personnes



Avec public à l'intérieur: max. 50 personnes et 1/3 de la capacité



Avec public à l'extérieur: max. 100 personnes et 1/3 de la capacité



Enseignement en présentiel dans les hautes écoles à nouveau possible

Max. 50 personnes. Valable pour les hautes écoles et les formations continues



Compétitions de sport amateur: max. 15 personnes

Uniquement pour les sports sans contact physique

Mesures toujours en vigueur:



Rencontres privées à l'intérieur: max. 10 personnes



Télétravail obligatoire



Restrictions pour les activités sportives et culturelles (exceptions pour les moins de 20 ans)



Restent fermés: bars et restaurants (intérieur), discothèques, salles de danse, bains (intérieur)



Port du masque: obligation étendue



Recommandation: faites-vous tester!



Principe de base

- Les exploitants doivent inciter leurs membres à assumer eux-mêmes la responsabilité du respect des mesures de protection et des exigences du Conseil fédéral et du BAG. **IMPORTANT** : Les mesures de protection doivent être strictement respectées et appliquées par l'opérateur.
- La condition générale du concept de protection du gouvernement fédéral doit continuer d'être respectée dans chaque studio. Celui-ci doit être imprimé et classé dans chaque studio.
- Seulement asymptomatique au centre de fitness; Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisées à participer à la formation. Vous restez à la maison, resp. s'isoler et clarifier comment procéder avec le médecin de famille. Tenue des listes de présence: Les contacts étroits entre les personnes doivent être attestés pendant 14 jours à la demande de l'autorité sanitaire. Pour simplifier la recherche des contacts, le centre de remise en forme conserve des listes de présence pour toutes les unités d'entraînement.
- Se laver soigneusement les mains; Le lavage des mains joue un rôle crucial dans l'hygiène. Ceux qui se lavent soigneusement les mains avec du savon avant et après l'entraînement se protègent eux-mêmes et ceux qui les entourent.
- **Dans les centres de conditionnement physique, une exigence de masque complet s'applique et la distance requise doit être respectée.**
- **Les employés doivent porter des masques en tout temps**
- En cas de présence de personnes exemptées de l'obligation de porter un masque facial, soit la distance requise (au moins 25 m²) doit être respectée, soit d'autres mesures de protection efficaces telles que l'installation de barrières appropriées doivent être prises.

Encombrement/conditions prévalant sur le lieu d'entraînement

- Personnes présentes en même temps: La règle de base s'applique: un maximum de 1 personne peut être présente par 10 m² d'espace de studio utilisable. Cela s'applique, y compris les employés. // Zone de studio utilisable = toutes les zones de trafic / formation sur lesquelles les clients peuvent se déplacer.
- 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 25m² par personne, c'est-à-dire ~5x5 m, ou 15m² 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.
- 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)

- Fondamentalement, la réglementation de la fédération de la taille **maximale du groupe de 15 personnes** (y compris l'instructeur) s'applique, qui doivent maintenir la distance de protection de 2m dans leur rayon de mouvement maximal et tous doivent s'entraîner avec des masques.
- 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 25 m² par personne, c'est-à-dire ~5x5 m, ou 15 m² pour les sports calmes)
- Les entraînements en petits groupes (par exemple Powerplate) et les cours d'aquagym (stationnaire 25 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.

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.