

# KIT DE REPRISE - YOGA IYENGAR®

## 1- PRÉPARATION DES LOCAUX

- **Désinfection** des salles ou des studios avant leur réouverture pour accueil des élèves,
- **Affichage de la fiche sanitaire des gestes barrière** ainsi que d'une **affiche spécifique** (jointe à ce courrier) donnant des recommandations pour l'utilisation du matériel.
- Pour **sécuriser l'entrée et la sortie** des lieux :
  - a) Instaurer un sens de circulation dans la salle.
  - b) Conserver les portes ouvertes afin de ne pas toucher les poignées de porte.
- **Vestiaire** : condamner les vestiaires et sanitaires.
- **Espace de pratique** : installer un marquage au sol délimitant un espace minimum de pratique de 1 m entre chaque pratiquant.
- **Charte de bonne conduite** : à envoyer à chaque élève par mail avant le cours pour impression et signature et remise au professeur en début de cours.
- **Coordonnées** : S'assurer d'avoir le numéro de téléphone de chaque élève pour le prévenir si besoin et remonter une chaîne de transmission.

## 2- ACCUEIL DES ÉLÈVES

- **Pré-inscription obligatoire** des élèves pour chaque cours afin de maîtriser le nombre compte tenu de la superficie de la salle.
- **Refus des élèves** n'ayant pas rapporté leur charte de bonne conduite dûment signée. La salle n'en fournira pas et l'élève ne pourra pas rentrer.
- **Entrée/Sortie dans la salle** :
  - Port du masque obligatoire jusqu'à être arrivé dans son espace alloué.
  - Faire attendre les élèves en dehors de la salle et les faire entrer un par un jusqu'à leur zone de pratique.
  - Inciter les élèves à suivre le sens de circulation déjà délimité dans la salle et empêcher de toucher les poignées de porte.
  - Pour la sortie de la salle, faire sortir les élèves un par un de leur zone de pratique.
- **Hygiène des mains** :
  - Mettre à disposition d'un distributeur de gel hydroalcoolique ou un lavabo équipé de savon liquide et d'essuie-mains jetables.
  - Se laver les mains en entrant et en sortant de la salle.
- **Vestiaires** : Conseiller aux élèves d'arriver au cours en tenue de yoga.
- **Affaires personnelles** : Laisser toutes les affaires dans un sac, apporté par l'élève, posé dans l'espace alloué à élève.

## 3- TENUE DU COURS et UTILISATION DU MATÉRIEL

- **Aération** de la salle durant le cours.

- **Chaque élève pratique seul** : pas de travail en binôme ou trinôme.
- **Enseignant** :
  - Reste en dehors du périmètre alloué à chaque élève.
  - Port obligatoire du masque lorsqu'il sort de son espace.
  - Ne fait aucun ajustement physique avec ses élèves.
- **Masque** :
  - L'élève ne retire son masque que lorsqu'il est dans son espace alloué.
  - Port obligatoire du masque dès qu'il sort de son espace.
  - Prévoir un sac séparé (fermé) pour y déposer son masque durant le cours.
- **Matériel** :
  - Chaque élève doit venir avec son propre tapis de pratique.
  - Chaque élève apporte ses propres supports (matériel) de pratique (briques, sangles, coussins, couvertures et chaises).
  - Le matériel prêté est restreint au minimum et doit pouvoir être nettoyé efficacement (voir point 4 ci-dessous).
  - Chaque élève prend le matériel nécessaire en début de cours et le place dans son espace : il le laisse sur place avant de partir.
  - L'échange ou le prêt de matériel d'un élève à l'autre est interdit. Aucune possibilité de laisser le matériel des élèves dans la salle.

#### **4- APRÈS LE COURS**

- **Sortie des élèves** un par un avec sac d'affaires personnelles, matériel de pratique personnel (tapis, supports).
- Demander à l'élève de **prévenir** s'il tombe malade ultérieurement.
- **Désinfection** de tout le matériel de la salle, utilisé par les élèves, après chaque cours.
- **Désinfection** du sol de la salle de pratique, des poignées de porte avec un spray ou une serpillière à usage unique avec un produit adéquat.
- **Aération** de la salle.

#### **5- PAIEMENT DES COURS**

- Privilégier dans l'ordre : le paiement en ligne, par application dédiée, par virement bancaire, par chèque ou en dernier lieu en espèces.
- Pour le paiement en chèque, demander à l'élève de remplir son chèque à l'avance ou de prévoir son propre stylo.
- Faire déposer le chèque ou les espèces dans une boîte prévue à cet effet.

## CHARTE DE BONNE CONDUITE

### Je soussigné(e) :

Nom / Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Mail :

**Atteste** connaître les mesures d'hygiène barrières et m'engage à les appliquer.

**Atteste** ne pas présenter de symptômes évocateurs du COVID-19 :

- Fièvre,
- Symptômes respiratoires : toux, gêne respiratoire au repos et/ou à l'effort
- Syndrome pseudo-grippal (maux de tête, douleurs musculaires, ...)
- Fatigue d'installation brutale, sensation de malaise généralisé
- Symptômes digestifs : diarrhées, nausées, vomissements, ...
- Disparition ou altération du goût et/ou de l'odorat,
- Manifestations cutanées des extrémités à type d'engelure

**Atteste** ne pas avoir présenté l'un de ces symptômes dans les 15 derniers jours.

**Atteste** ne pas avoir été diagnostiqué Covid-19 dans les 15 derniers jours (test nasal et/ou sanguin).

**Atteste** ne pas avoir été, à ma connaissance, en contact étroit et/ou prolongé dans les 15 derniers jours avec une personne malade suspecte ou confirmée Covid-19.

**Atteste** ne pas avoir pris dans les 12h un traitement antipyrétique (médicament agissant contre la fièvre : paracétamol, aspirine, etc.)

**M'engage** à porter un masque sans interruption jusqu'à être parvenu à mon espace alloué dans la salle, sans le toucher, ni le retirer et à le remettre dès que je sors de mon espace.

**Reconnait** avoir été informé du risque de contamination de l'environnement et ainsi m'engage à éviter d'entrer en contact avec les surfaces et le matériel autre que le mien ou celui prêté par la salle.

**M'engage** à placer mes affaires personnelles, dans mon espace alloué, dans un sac que j'aurai apporté.

**M'engage** à m'abstenir de tout contact physique de façon à limiter le risque de transmission (dans le cas d'un porteur asymptomatique ou en phase d'incubation).

**M'engage** à informer la salle de mon état de santé si celui-ci se dégradait afin de contacter les autres élèves.

Fait à

Le

Signature :

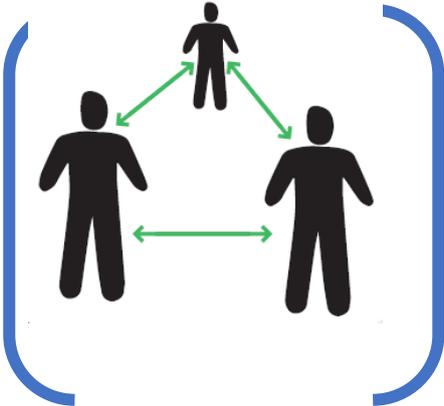
*Rappel : en cas de transgression des règles de sécurité et des gestes barrières, l'accès au cours sera refusé.*



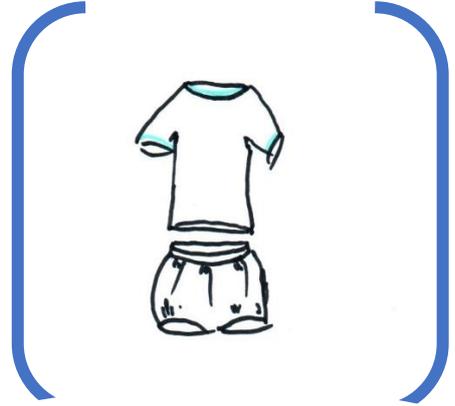
**Pré-inscription obligatoire**  
**Respectez l'horaire des cours**



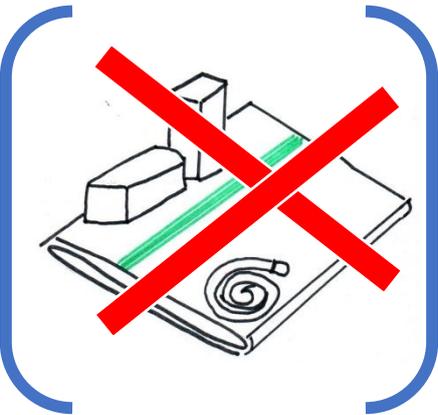
**Lavez-vous les mains en**  
**entrant et en sortant de la salle**



**Pas de contact physique**  
**Respectez les distances et**  
**dirigez-vous vers votre espace**



**Arrivez en tenue de yoga**



**Ne prêtez pas votre matériel**



**Lavez votre tenue à 60° en rentrant**  
**chez vous**