


Concept de protection pour les studios de fitness applicable à partir du 31 mai 2021

Version: 31.05.2021

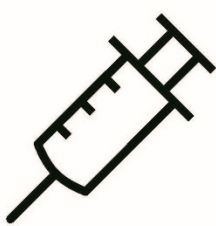
Auteur: IG Fitness Suisse

Coronavirus Actualisé au 31.5.2021

VOICI COMMENT NOUS PROTÉGER: 

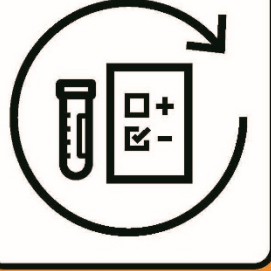
Particulièrement important maintenant :

✓ Vaccination




Recommandé : la vaccination contre le COVID-19.


✓ Tests





Se faire tester régulièrement, même sans symptômes.


Pour rappel :


✓ 
Porter un masque si on ne peut pas garder ses distances.

✓ 
Garder ses distances.


✓ 
Aérer plusieurs fois par jour.

✓ 
Se laver soigneusement les mains et éviter les poignées de mains.

✓ 
Fournir les coordonnées complètes pour le traçage.

✓ 
En cas de symptômes, se faire tester tout de suite et rester à la maison.


www.ofsp-coronavirus.ch Les règles peuvent varier selon les cantons.



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 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 25m²) doit être respectée, soit d'autres mesures de protection efficaces telles que l'installation de barrières appropriées doivent être prises.
- Dans le concept de protection, chaque studio doit également indiquer le nom et les coordonnées d'une personne responsable du respect du concept de protection. Cette personne doit être à la disposition des autorités responsables entre 7 h et 22 h dans les 14 jours suivant l'événement.
- Les coordonnées complètes doivent être collectées (nom, prénom, adresse et numéro de téléphone). En tant qu'exploitant, les salles de fitness doivent également informer les personnes présentes que ces données peuvent être transmises aux autorités cantonales compétentes: si une personne a eu des contacts avec des personnes testées positives au Covid-19, elle peut être contactée de cette manière et envoyée à la quarantaine devient.
- Tous les objets et installations (en particulier le matériel de formation, les installations sanitaires, les poignées de porte, les balustrades, les dossiers de chaise, etc.) doivent être désinfectés régulièrement.
- Il est recommandé de prévoir des poubelles fermées pour les mouchoirs et les masques d'hygiène usagés, notamment à la sortie.
- L'OFSP recommande qu'avant de se rendre dans un centre de remise en forme, le client effectue un test rapide pour clarifier à l'avance une éventuelle maladie.

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 10m² 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 1.5m 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 50 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 1.5m avec respect de l'obligation de porter un masque. Ces lieux sont importants pour déposer des objets de valeur.
 - La distance de sécurité de 2m 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 1.5m 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 10m² 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 1.5m 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 50 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 25m² par personne, c'est-à-dire ~5x5 m, ou 10m² pour les sports calmes)
- Des formations en petits groupes (par exemple Powerplate) sont possibles si la taille du groupe et la réglementation des distances sont respectées, à partir de 10m² de distance de sécurité également sans exigence de masque.
- Les cours d'aqua sont possibles si la distance de sécurité de 15m² et la taille maximale des groupes sont respectées.
- 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.

Le bien-être

La capacité spécifiée pour l'ensemble de la zone est calculée selon la formule 15m² par personne.

- Sauna / bain: L'occupation maximale de la zone respective doit être notée aux entrées et la capacité d'occupation des différents saunas et piscines. La spécification de distance générale de 1,5m s'applique également ici. Il est recommandé de porter le masque jusqu'à l'entrée dans le sauna ou la piscine.
- Salles de repos: Le nombre maximum d'occupants doit être noté sur la porte. Les transats des salles de relaxation doivent être espacés de 1,5m. Il est recommandé de porter un masque.