



⚠️ COVID_19 🖐️ les CONDITIONS de PRATIQUE ⚠️

Suite au dernier décret paru qui indique les conditions de pratique des activités physiques en salle, ET suite à la mise en ZONE ROUGE la ville de Toulouse, vous trouverez ci-dessous **les mesures d'hygiène mises à jour**, appliquées autant par les pratiquants que les professeurs.

🖐️ Pratique et TAPIS :

Je vous invite fortement à venir avec votre propre tapis, si possible un tapis anti-dérapant type tapis de yoga, pour ne pas glisser sur certains mouvements. Cependant si vous n'avez pas de tapis, il sera possible d'utiliser ceux de la salle, en prenant soin de les nettoyer après la séance. A ce moment-là je vous invite à venir avec un gant propre pour le nettoyage, le produit sera sur place, mais le gant permettra de limiter l'utilisation du papier jetable 🙏

🖐️ Pratique et MASQUE :

Lors de votre arrivée, je vous demanderais de garder votre masque, et une fois installé sur votre tapis, vous avez le choix de le retirer ou pas. Une fois la séance finie, avant de quitter le tapis, dans tous les cas je vous demanderais de le remettre.

CEPENDANT, **pour les cours de plus de 6 personnes ET lorsque l'ouverture des fenêtres pendant la séance n'est pas possible**, je vous demande de garder le masque tout le long de votre présence au sein de la salle, **temps de pratique compris**.

🖐️ Pratique et HYGIENE :

Avant votre entrée dans la salle, veuillez :

- Vous laver les mains OU utiliser le gel hydroalcoolique mis à votre disposition juste avant l'entrée en salle ;
- Vous déchausser et laisser vos chaussures sous le banc à l'entrée de la salle ;
- Arriver en tenue si cela est possible pour vous. Toutefois un vestiaire est à votre disposition, avec un accès limité à 2 personnes maximum en même temps.

A votre départ, veuillez :

- Nettoyer au produit désinfectant le matériel utilisé
- Remettre vos chaussures au moment de vous diriger vers la sortie, pas avant (merci de ne pas circuler dans la salle ou le bureau avec vos chaussures)

🖐️🙏⚠️ Pratique et PRECAUTIONS :

Enfin, si vous présentez le moindre symptôme ou si vous avez de la fièvre, que ce soit vous, une personne de votre foyer, ou une personne avec qui vous avez été en contact récemment, je vous demande d'annuler votre participation. Cette annulation ne fera pas l'objet d'un décompte sur votre carte, à partir du moment où vous avez prévenu au moins 1h avant le début de la séance.

Je vous remercie par avance de votre participation et de votre vigilance.

Le 5.10.2020

