

# PROCOLE SANITAIRE POUR UNE REPRISE MAÎTRISÉE DE L'ENTRAÎNEMENT

Par ALEXANDRE TERRINI

Publié le 20.08.2020

Partager sur

## Préambule

Il est désormais possible, depuis le début de l'été, de s'adonner à nouveau et sans restriction à la boxe dans les clubs. **Ce retour à une forme pleine et entière de la discipline, acté par le Gouvernement, ne signifie pas pour autant qu'il faille faire fi du principe de précaution à l'heure où la circulation du Covid-19 s'accroît de nouveau.** C'est pourquoi la FF Boxe a formalisé un certain nombre de préconisations pour que la rentrée pugilistique se passe le mieux possible.

Bien sûr, ces recommandations sont susceptibles d'évoluer en fonction des décisions du Gouvernement.

## 1. LES MESURES INTERNES AU SEIN DU CLUB

– Chaque club doit **désigner un référent Covid** chargé, entre autres, de veiller au respect et à l'application des diverses dispositions en la matière.

– Le mieux est de **placarder dans la salle une affiche pour rappeler les règles d'hygiène et de distanciation ainsi que les symptômes** de l'infection et les conduites à tenir.

– Il convient de **limiter au maximum le nombre de personnes présentes dans les vestiaires**, l'idéal étant que chacun arrive en tenue (quitte à attribuer un coin où les adhérents peuvent poser leur sac et leurs vêtements) et prenne ensuite sa douche chez lui.

– Il est recommandé que chaque licencié puisse **remplir en amont l'auto-questionnaire santé élaboré par le Comité national olympique et sportif français (CNOSF)** et lié à la reprise d'activité physique et sportive. L'intéressé doit le remettre à l'entraîneur lors de la première séance pour déterminer de manière concertée s'il est apte à reprendre immédiatement ou dans un certain délai l'entraînement.

– Il importe de se montrer pédagogue et, lors de la première séance, pour chaque type de public (boxe loisir, boxe éducative assaut, boxe amateur, boxe professionnelle, aéroboboxe), de **programmer un briefing initial** pour présenter et expliquer la situation sanitaire, les mesures impérieuses qu'elle induit et les comportements auxquels elle oblige au sein du club.

– **Il est impératif de renvoyer chez elle, systématiquement et sans attendre, toute personne qui, à l'entame d'un entraînement, présente des signes cliniques suspects : fièvre, mal à la tête ou rhume quand bien même ne tousse-t-elle pas.**

## **2. LES COMPORTEMENTS INDIVIDUELS**

- **Le port du masque** ne s'applique évidemment pas aux athlètes pendant l'entraînement, pareil accessoire empêchant de fournir un effort physique maximal. En revanche, comme dans tous les lieux clos, ils sont tenus d'arborer un masque dans l'enceinte avant et après chaque séance. Quant aux membres de l'encadrement, il leur est conseillé d'en mettre un, sauf lorsqu'ils donnent la leçon ou qu'ils effectuent des exercices avec leurs élèves.
- **L'application de la distanciation physique** en dehors des situations d'entraînement **et des gestes barrières** en toutes circonstances est incontournable.
- **Les bouteilles de boisson sont strictement individuelles** et ne peuvent donc pas être partagées.
- Il est préférable de **limiter au maximum les déplacements intramuros**, tant dans leur distance que dans leur fréquence.

## **3. L'ORGANISATION DES LIEUX**

### **a) La salle**

**La prévention passe par l'organisation de la fréquentation de la salle**, laquelle implique :

- d'instituer un sens de circulation afin de fluidifier cette dernière et d'éviter autant que possible les croisements, y compris dans les couloirs d'accès ;
- d'interdire de stationner devant les portes d'entrée et de sortie ou dans les couloirs, a fortiori en groupe ;
- de n'autoriser la présence que des boxeurs et des entraîneurs, ce qui signifie que les parents ne peuvent pas assister aux entraînements ;
- d'aérer au maximum et en permanence la salle ;
- de favoriser une distance minimale entre les uns et les autres par une occupation homogène de l'espace ;
- de faire respecter de manière absolue les règles d'hygiène, à savoir :
  - Désinfecter régulièrement les poignées de porte, les toilettes et les douches ;
  - Pour chaque boxeur(se), se laver les mains avant et après l'entraînement, avoir ses propres gants et les désinfecter au début et la fin de la séance, ce qui implique que le club mette à disposition de ses membres des lingettes, du gel hydroalcoolique, un lavabo et du savon etc. ;
  - Désinfecter le matériel (sacs de frappe, poires, haltères, cordes à sauter...) après chaque utilisation ;

- d’attribuer provisoirement une paire de gants au boxeur ou à la boxeuse qui n’en possède pas, en attendant qu’il ou elle en fasse l’acquisition, sans oublier l’obligation de laver à chaque fois les bandages ;
- de programmer au maximum des entraînements en plein air, notamment pour ce qui a trait à la préparation physique (footing, musculation, corde à sauter...).

## **b) Les vestiaires**

Pour ce qui est des vestiaires, **ils peuvent donc être ouverts**. En revanche, **le port systématique du masque** y est de mise pour tous, de même que le maintien de la distanciation physique autant que cela soit possible. Ce qui commande, au regard de la configuration des lieux, d’**exploiter au maximum tous les espaces adjacents**. Par ailleurs, les vestiaires doivent être **régulièrement nettoyés et désinfectés**. **Seules les personnes (athlètes, encadrants) dont la présence se justifie sont autorisées** à y pénétrer. Elles doivent y séjourner le moins longtemps possible.

Tout **cet arsenal arrêté par la Commission nationale médicale** de la FF Boxe vise à rassurer les adhérents et les parents des futurs licenciés à l’aube de cette nouvelle saison afin de leur garantir d’évoluer dans un environnement le plus propice possible à leur bonne santé.

**BOXE ATTITUDE**