



Lausanne-Sports Aviron  
Promenade de Vidy 7  
CH-1007 Lausanne

T +41 79 714 63 79  
romain@lsaviron.ch  
www.lsaviron.ch

# Lausanne-Sports Aviron

## Concept de protection pour les entraînements dès le 6 décembre 2021

Version : 6 décembre 2021

Auteur : Romain Loup, président du Lausanne-Sports Aviron





## Nouvelles conditions cadres

Dès le 6 décembre 2021, le présent concept de protection est en vigueur. Il s'appuie sur les directives de la Confédération, du Canton de Vaud et de la Fédération suisse d'aviron<sup>1</sup>.

### 1. Pas de symptôme à l'entraînement

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin.

### 2. Pratique sans restriction pour les jeunes de moins de 16 ans

Les jeunes jusqu'à 16 ans peuvent s'entraîner sans restriction à l'intérieur et à l'extérieur.  
En dehors de la pratique sportive, le port du masque est obligatoire à l'intérieur dès 12 ans.

### 3. Pratique à l'extérieur dès 16 ans

Les activités sportives à l'extérieur ne sont pas soumises au certificat covid jusqu'à 300 personnes. Les entraînements peuvent se faire sans restriction.  
Le port du masque est obligatoire à l'intérieur du club et la distance de 1,5 m doit être tenue.

### 4. Pratique à l'intérieur dès 16 ans : certificat covid obligatoire

Le certificat covid est obligatoire dès 16 ans pour la pratique du sport à l'intérieur.  
Le certificat covid et l'identité sont contrôlés.  
Le port du masque est obligatoire, sauf pendant la pratique sportive.  
La distance de 1m50 doit être tenue à l'intérieur du club.  
Une aération efficace est nécessaire.  
Afin de permettre le traçage des cas contacts, les entraînements à l'intérieur doivent être enregistrés dans l'ordinateur des sorties (avec le bateau « ergomètre »).  
Le nombre de participant-es n'est pas limité.

### 5. Accès au club

Dans les lieux clos (vestiaires, cuisines, etc), le port du masque est obligatoire dès 12 ans. La distance de 1m50 doit être tenue à l'intérieur du club.

### 6. Types de bateaux autorisés

Tous les bateaux sont autorisés à sortir.

### 7. Port du masque et distance sociale

Le port du masque est obligatoire dès 12 ans à l'intérieur, y compris dans les vestiaires et la cuisine, sauf pendant la pratique sportive.  
La distance de 1m50 doit être tenue à l'intérieur du club.

---

<sup>1</sup> Plus d'infos sur les directives concernant le sport dans le canton de Vaud :  
<https://www.vd.ch/themes/population/sport/coronavirus-informations-au-sport-vaudois/>



## 8. Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée au club, pendant et après l'entraînement, ainsi que lors du trajet retour et dans d'autres situations similaires, gardez vos distances avec les autres personnes.

## 9. Se laver soigneusement les mains

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage.

## 10. Listes de présence

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient des listes de présence pour tous les entraînements.

Le cahier des sorties informatique fait office d'archives. Tous les entraînements y sont inscrits. Les entraînements à l'intérieur sont enregistrés avec le bateau « ergomètre ».

Pour les entraînements des jeunes, les entraîneurs tiennent une liste exhaustive et la remet à la personne responsable du plan coronavirus (voir point suivant).

## 11. Responsable du plan coronavirus au sein du club

Le responsable du plan coronavirus est chargé de veiller à ce que les règlements soient respectés. Dans notre club, il s'agit de Romain Loup, président. Si vous avez des questions, vous pouvez le contacter directement (Tél. +41 79 714 63 79 ou romain@lsaviron.ch).

### 1. Prescriptions spécifiques : nettoyage du matériel

**Bateaux** : chaque rameur-se désinfecte les manchons de ses rames, son siège, ses coulisses et ses portants. De l'alcool et du papier sont à disposition.

**Ergomètres** : chaque rameur-se désinfecte les poignées, l'écran et le siège de son ergomètre après utilisation.

**Appareils de musculation** : chaque rameur-se désinfecte les appareils de musculation (tapis et poignées), les barres d'haltères et tout autre équipement utilisé lors de sa séance de musculation.

**Canots à moteur** : l'entraîneur-se désinfecte le volant, le levier de vitesse, l'accélérateur et le cordon de sécurité du moteur après chaque utilisation.

**Salles de gymnastique** : en fin de séance, l'entraîneur-se désinfecte le matériel utilisé lors de la séance, les surfaces, engins, poignée et interrupteurs dans la salle de gymnastique et dans les vestiaires. Le matériel nécessaire à désinfecter est fourni par le club, et transporté par l'entraîneur-se.

Lausanne, le 6 décembre 2021

Le comité du Lausanne-Sports Aviron