

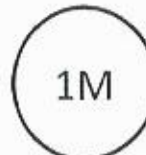
PROTOCOLES FFJDA

Pour une pratique en toute sécurité

Les consignes sanitaires
à suivre
par le pratiquant



REGLES ELEMENTAIRES D'HYGIENE





DANS LE DOJO



ENTRER SANS SON ACCOMPAGNANT EVENTUEL



PORTER UN MASQUE
(selon les directives ministérielles)



SE DEPLACER AVEC SES ZORIS



**REJOINDRE SON ESPACE PERSONNEL
POUR Y DEPOSER SON SAC DE SPORT**



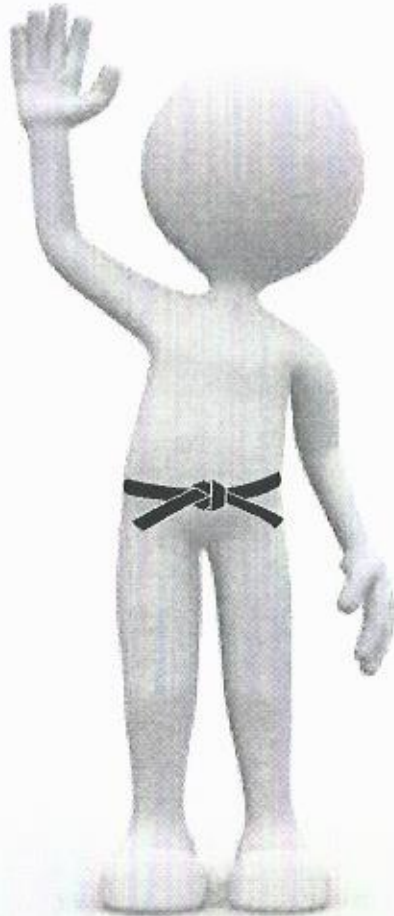
**ENLEVER LES VÊTEMENTS COUVRANT
SON JUDOGI ET LES RANGER DANS SON SAC**



**DESINFECTER SES PIEDS ET SES MAINS AVANT ET
APRES LA SEANCE (gel hydro-alcoolique)**



EN SORTANT DU DOJO



GARDER 1M DE DISTANCE AVEC LES AUTRES



PORTER UN MASQUE
(selon les directives ministérielles)



AVOIR MIS SES CHAUSSURES



AVOIR SON SAC DE SPORT
(avec lotion hydro-alcoolique, bouteille d'eau, zooris
placées dans un petit sac,
mouchoirs, numéro d'un contact en cas d'urgence)



PORTER LES VÊTEMENTS COUVRANT SON JUDO GI



DE RETOUR A LA MAISON

SE DOUCHER



LAVER SA TENUE DE PRATIQUE



APPROVISIONNER SON FLACON HYDRO-ALCOOLIQUE



DESINFECTER SES ZORIS



RINCER SA BOUTEILLE D'EAU





A LA MAISON, AVANT DE ME RENDRE AU DOJO



- SE DOUCHER ET ÊTRE ALLE AUX TOILETTES**
- AVOIR LAVE SA TENUE DE PRATIQUE**
- METTRE SA TENUE DE PRATIQUE ET LA COUVRIR
TOTALEMENT PAR UN AUTRE VETEMENT
(Sweat, pantalon, veste, ...)**
- PRENDRE SON SAC DE SPORT
(Avec lotion hydro-alcoolique, bouteille d'eau, zooris
placées dans un petit sac, mouchoirs, numéro d'un
contact en cas d'urgence)**
- PORTER UN MASQUE
(selon les directives ministérielles)**



A LA MAISON, AVANT DE ME RENDRE AU DOJO

Illustration en images

Je mets



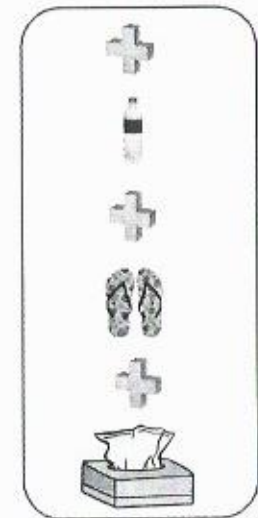
Je porte



Je prends



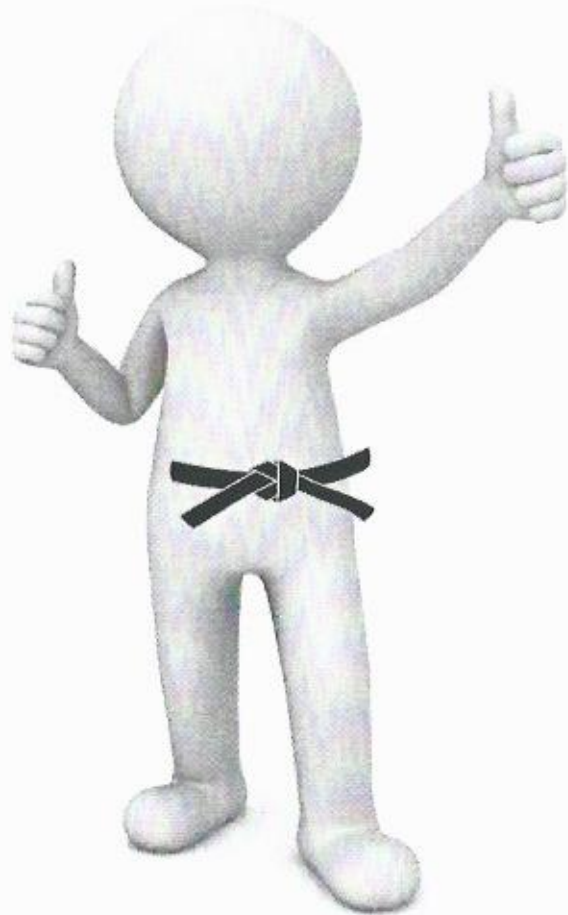
avec



*selon les directives ministérielles



AVANT D'ENTRER DANS LE DOJO



**SE RENDRE AU DOJO EN SUIVANT LES
PRECONISACTIONS SANITAIRES**



PORTER UN MASQUE
(selon les directives ministérielles)



GARDER 1M DE DISTANCE AVEC LES AUTRES



PORTER SON SAC DE SPORT
(avec lotion hydro-alcoolique, bouteille d'eau,
mouchoirs, numéro d'un contact en cas d'urgence)



PORTER LES VÊTEMENTS COUVRANT SON JUDO GI



**SUIVRE LES CONSIGNES DE LA PERSONNE QUI
M'ACCUEILLE**



CHAUSSER SES ZOORIS
(selon les directives de ton enseignant)