

# COMPORTEMENT & GESTES BARRIÈRES

## POUR UNE BONNE REPRISE AU CLUB

### AVANT MA SÉANCE D'ESCALADE



- ✓ SI JE SUIS MALADE, **FIÉVREUX**, SI JE TOUSSE, JE RESTE CHEZ MOI ET J'APPELLE UN MÉDECIN.



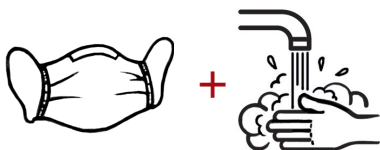
- ✓ VESTIAIRE FERMÉ : J'ARRIVE EN TENUE DE SPORT PROPRE.



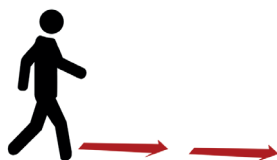
- ✓ J'AI PRÉVU **MASQUE**, **GEL HYDROALCOOLIQUE**, **MAGNÉSIE LIQUIDE**, **GOURDE** (FLACONS MARQUÉS À MON NOM).



- ✓ J'UTILISE **MON MATÉRIEL D'ESCALADE PERSONNEL**.



- ✓ À L'ENTRÉE DE LA SALLE, JE ME NETTOIE LES MAINS (EAU + SAVON OU GEL HYDROALCOOLIQUE), JE PORTE LE MASQUE LORS DE L'ACCUEIL.



- ✓ JE RESPECTE LES MARQUAGES AU SOL, **LES SENS DE CIRCULATION**.



- ✓ JE POSE MES AFFAIRES À **DISTANCE** DE CELLES DES AUTRES PRATIQUANTS.



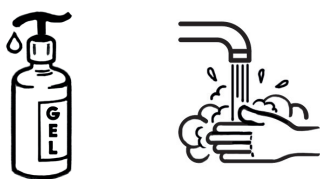
- ✓ JE SALUE MES PARTENAIRES DE GRIMPE, L'ENTRAÎNEUR, LE RESPONSABLE EN RESPECTANT LES GESTES BARRIÈRES (PAS DE CONTACT).

# COMPORTEMENT & GESTES BARRIÈRES

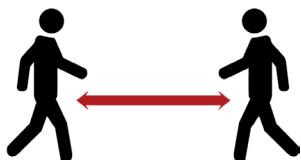
## POUR UNE BONNE REPRISE AU CLUB

### PENDANT MA SÉANCE

**"JE PRATIQUE DANS LE RESPECT  
DES AUTRES ET DE MA SANTÉ."**



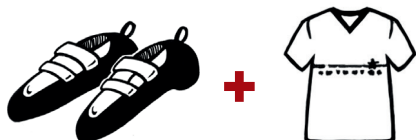
- ✓ **JE ME NETTOIE LES MAINS ENTRE CHAQUE ESSAI OU LONGUEUR, AU GEL HYDROALCOOLIQUE OU À L'EAU + SAVON.**



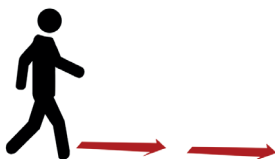
- ✓ **J'APPLIQUE LES RÈGLES DE DISTANCIATION PHYSIQUE :**
  - 1 MÈTRE DANS LA SALLE, AU PIED DES VOIES, DES BLOCS
  - 2 MÈTRES LORS DE LA PRATIQUE.



- ✓ **J'UTILISE UNIQUEMENT MON FLACON DE MAGNÉSIE LIQUIDE, MARQUÉ À MON NOM.**



- ✓ **PIEDS NUS INTERDITS** DANS LA SALLE, SUR LES TAPIS, AU PIED DES VOIES - **PORT DU TEE-SHIRT OBLIGATOIRE.**



- ✓ **JE RESPECTE LES SENS DE CIRCULATION** REPÉRÉS AU SOL, LES ZONES D'ATTENTE.



- ✓ **PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE** SI LA DISTANCIATION PHYSIQUE NE PEUT ÊTRE RESPECTÉE.



- ✓ **J'ÉVITE LES ÉCHANGES DE MATÉRIEL PERSONNEL** ENTRE GRIMPEURS.



- ✓ **JE ME SERS D'UN MATÉRIEL COLLECTIF** (CORDES, DÉGAINES) : UN PEU DE GEL HYDROALCOOLIQUE OU LAVAGE DES MAINS AVANT ET APRÈS UTILISATION, **ET PAS DE CORDE ENTRE LES DENTS POUR MOUSQUETONNER.**

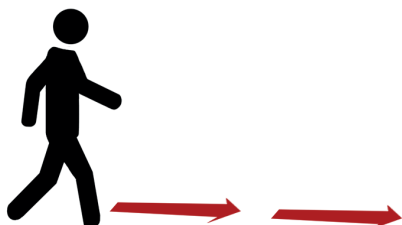
# COMPORTEMENT & GESTES BARRIÈRES

## POUR UNE BONNE REPRISE AU CLUB

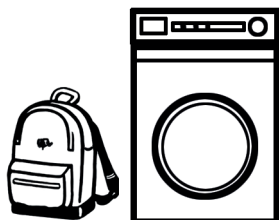
### APRÈS MA SÉANCE



JE ME NETTOIE LES MAINS AVANT DE QUITTER LA SALLE.



JE ME DIRIGE VERS LA SORTIE EN RESPECTANT LES SENS DE CIRCULATION POUR ÉVITER DE CROISER DE TROP PRÈS D'AUTRES PERSONNES.



JE LAVE MA TENUE DE SPORT AU RETOUR À LA MAISON.

