

**PROTOCOLE DE DÉCONFINEMENT DES CLUBS DE SQUASH
PAR LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SQUASH
VALABLE AU 2 JUIN 2020**

Ce document représente les recommandations de la Fédération Française de Squash pour la reprise du sport à la suite de l'épidémie du COVID-19.

Ces recommandations ne sont pas désignées à remplacer l'avis d'un professionnel médical mais pour assister les clubs aux différents gestes à adopter lors de la possible réouverture des clubs de Squash en France.

Il est important d'assurer la mise en place d'un plan d'organisation avant la réouverture des courts de squash. Des règles et des procédures claires et précises seront essentielles pour assurer une reprise du sport en toute sécurité et nécessaire pour encourager les pratiquants à rejouer dans les clubs grâce à une bonne communication.

Une attention particulière, pour rassurer les joueurs, que leur sécurité est primordiale et que des réglementations seront mises en place.



DÉTAIL DU PLAN DE DÉCONFINEMENT



1. RESPECT DES CONSIGNES GOUVERNEMENTALES	P 4
2. ACCÈS ET ORGANISATION DES CLUBS	P 5
3. RÉGLEMENTATION SUR LE COURT	P 6
4. RÈGLES PRINCIPALES DU JEU	P 7
5. FORMES DE JEU ET EXERCICES	P 8
6. SUPPORT VISUEL DE SÉCURITÉ SANITAIRE	P 12
7. KIT DE COMMUNICATION	P 14

I. UNE REPRISE PROGRESSIVE DU SQUASH EN CLUB SUIVANT DES RÈGLES SANITAIRES PRÉCISES

Assurer la distanciation physique - Gestion de la clientèle

Les gérants de clubs s'assurent du respect de la règle de distanciation physique d'au moins un mètre entre deux personnes. Le respect de cette règle, se traduit par une superficie individuelle d'environ 4 m² par personne qui déterminera le seuil maximal de fréquentation du club.

Les gérants de clubs demeurent évidemment libres de fixer un seuil inférieur qui tient compte notamment de l'agencement des lieux et de leur aménagement (sanitaires, couloirs, plan de circulation...), des accès ainsi que de la sécurité de l'environnement du club.

Les gérants de clubs s'assurent du respect du seuil de fréquentation maximal déterminé pour son club :

- La réservation à distance est une solution pour limiter l'afflux au-delà de la fréquentation autorisée (téléphone et/ou internet).
- Au moins un membre identifiable de l'organisation est responsable des phases d'entrée et de sortie. Bloquer les admissions une fois le plafond de présence atteint.
- En dehors du court, l'utilisation d'un masque de protection est obligatoire.
- Le sens de circulation est matérialisé au sol. Une attention particulière est portée aux flux de personnes afin qu'elles ne se croisent pas. Elles sont organisées de manière suffisamment espacée pour éviter les croisements de flux.
- Une désinfection obligatoire des mains est organisée au moment de l'entrée et de la sortie du club. Pour ce faire du gel est mis à disposition.
- Désinfection des locaux plusieurs fois par jour.

Les pratiquants devront arriver 15 minutes avant leur réservation.

Délai de 15 minutes entre chaque réservation, ce qui laissera le temps de désinfecter les chaises, les poignées, les portes et la vitre arrière.

Introduire une feuille d'émargement pour vérifier l'heure à laquelle les membres ont joué au club. Cette feuille d'émargement aidera à retrouver les joueurs qui auraient pu être en contact avec une personne infectée par le virus.

2. ACCÈS ET ORGANISATION DES CLUBS



Accueil et marquage au sol

Le sens de circulation est matérialisé au sol avec deux allées, une pour entrée et une pour sortir. Reproduire le marquage dans les espaces étroits du club pour éviter au maximum les croisements frontaux.

L'espace minimal d'un mètre entre personnes est matérialisé au sol dans les espaces d'accueil, d'attente dans et en dehors du club.

Si besoin, installer une vitre de protection à la réception pour protéger le personnel. Egalement privilégier le paiement sans contact ou en ligne.

Recommandations d'utilisation des équipements

Le matériel est strictement personnel. Le pratiquant doit venir avec sa raquette, sa balle, sa bouteille d'eau, sa serviette et au maximum en tenue de sport.

Le club ne pourra pas prêter de raquette ni tout autres équipements sportifs.

Les parties communes devront être désinfectées après chaque location.

Pas de mobilier superflu derrière les courts

Tous les mobiliers présents et dispensables à l'arrière du court dans l'espace joueur est à supprimer (table, chaise, canapé...).

Aménagement des vestiaires

Toutes les affaires doivent être rangées soigneusement ; en cas de casier partagés des désinfections doivent être réalisées entre chaque utilisation.

Il conviendra de réguler l'utilisation des vestiaires et des douches afin de respecter la distanciation physique. Si nécessaire, certaines douches devront être condamnées ;

Les bancs sont désinfectés par le client en vaporisant du produit désinfectant mis à disposition et en l'essuyant avec du sopalin.

Sanitaires

Une personne à la fois devrait être autorisé dans les toilettes. Le pratiquant ainsi que le personnel devront éviter de toucher quoique ce soit pour accéder aux toilettes.

Les sanitaires devront être nettoyés toutes les heures. Dans le cas, où il n'y aurait pas de personnel de nettoyage, mettre à disposition des lingettes nettoyantes, du spray désinfectant ou bien du papier essuie tout pour que les joueurs puissent prendre leurs propres précautions.

Gel désinfectant

Mise à disposition de produits désinfectants devant chaque court. Se laver les mains avant et après avoir utilisé le court.

Nettoyage

Renforcement des cycles de nettoyage, après chaque utilisation.
Nettoyer les courts régulièrement, au minimum d'une fois par jour.

Communication sur les règles

Affiche des consignes à l'entrée des courts sur l'importance des gestes barrières et sur le respect des mesures d'hygiène en vigueur :

- > Pas de serrage de main, ni d'accolade et d'embrassade ;
- > Ne pas s'essuyer sur les murs et la vitre arrière ;
- > Essuyez-vous les mains sur votre t-shirt ou sur votre propre serviette ;
- > L'utilisation du masque sur le court n'est pas obligatoire ;
- > Chacun doit apporter sa propre raquette ;
- > Utiliser sa propre bouteille d'eau et ne pas la partager. Pas d'utilisation des fontaines d'eau.
- > Du désinfectant est présent devant tous les courts pour les poignées ;
- > Les poignées sont désinfectées par le client en vaporisant le produit et en l'essuyant avec du sopalin ;



4. RÈGLES PRINCIPALES POUR LE JEU



Règles principales pour le jeu

Ce qui est autorisé :

- L'entraînement solo
- Les entraînements avec coach sont permis et doivent respecter les règles de distances
- Les exercices à deux sont autorisés, si **la distance de 2m est respectée**

Ce qui n'est pas autorisé :

- Les matches restent interdits
- Pas plus de 2 joueurs à la fois sur le court

La reprise du squash, en solo ou à travers des jeux aménagés en un contre un (gammes à deux), sur des courts (d'une superficie de 60m²), nettoyés régulièrement, permet une pratique pleinement respectueuse des recommandations sanitaires.

CONSIGNE GÉNÉRALE :

LES PERSONNES DEVRONT SE RESPONSABILISER ET NE PAS JOUER SI ELLES ONT ÉTÉ EN CONTACT AVEC UNE PERSONNE MALADE OU SYMPTOMATIQUE.

1. Côté/Côté

Procédure :

- Diviser le court en deux : côté droit et côté gauche
- A reste du côté gauche et ne joue que dans la partie droite
- B reste dans la partie droite et ne joue que dans la partie gauche
- Commencer avec un service normal

Facilitation/Options :

- Seulement à l'avant du court
- Seulement à l'arrière du court

2. Devant/Derrière

Procédure :

- Le joueur arrière commence avec un double mur
- Le joueur avant joue n'importe quel coup qui rebondit à l'arrière du court (derrière la ligne médiane)
- Le joueur arrière joue n'importe quel coup qui rebondit à l'avant du court

Coups autorisés :

- De l'avant : parallèle, croisés et lob
- De l'arrière : double-mur, volée double-mur, amortis, volée amortis, frappe courte, volée frappe courte

Facilitation :

Un coup à l'avant dont le 2ème rebond est derrière la ligne médiane entraîne un let

Complications / Options :

- Le coup du joueur arrière peut faire son 2e rebond derrière la ligne médiane
- La parallèle du joueur avant peut être plus courte et faire son 1er rebond dans la partie avant.

5. FORMES DE JEU ET EXERCICES

3. Jeu à la volée

Procédure :

- Les deux joueurs font des volées croisées de l'arrière du court
- L'objectif est de faire rebondir la balle dans le carré adverse
- Le perdant de l'échange précédent sert

Coups autorisés :

- Volées croisées / Service

Règle supplémentaire :

- Si la balle touche directement la vitre arrière, il est possible de jouer après le rebond

Facilitation :

Jouer avec une balle en mousse

4. Double-mur VS Parallèles

Procédure :

- Le joueur arrière commence chaque échange par un double mur et ne peut ensuite faire que des doubles-murs
- Le joueur avant ne fait que des parallèles vers l'arrière du court et si la balle ne rebondit pas derrière la ligne médiane, il perd
- Si le joueur arrière ne parvient pas à renvoyer la balle à l'avant du court avec un double-mur, il perd

Coups autorisés :

- Joueur avant : parallèles
- Joueur arrière : double-mur
-

Complications :

Le joueur avant peut également faire un croisé à la place de la parallèle

5. Gammes solo

- **Parallèles lobées :**

Le joueur se place à l'arrière du court, il effectue le plus grand nombre de frappes parallèles consécutives au-dessus de la ligne de service sur le mur frontal. Le premier rebond s'effectue derrière la ligne médiane, dans la largeur du carré de service. Même exercice à faire en revers.

- **Parallèles lobées-parallèles tendues :**

Le joueur se place dans la partie arrière du court, il effectue des parallèles en alternant une frappe au-dessus de la ligne de service et une frappe en dessous de la ligne. Le premier rebond s'effectue derrière la ligne médiane. Même exercices en revers.

- **Croisés/Croisés :**

Le joueur se place sur la ligne médiane, au centre du terrain. Il enchaîne les frappes directes sur le mur frontal, sous la ligne de service, une fois en coup droit et une fois en revers. Le premier rebond s'effectue devant la ligne médiane.

Evolution :

Les deux pieds sur la ligne médiane, le joueur enchaîne un maximum de frappes en croisé au-dessus de la ligne de service à la volée.

- **Croisés / Parallèles**

Le joueur se place sur la ligne médiane, au centre du terrain. Il enchaîne les frappes directes sur le mur frontal, sous la ligne de service, une fois en parallèle et une fois en croisé. Le premier rebond s'effectue devant la ligne médiane.

Evolution :

Les deux pieds sur la ligne médiane, le joueur enchaîne un maximum de frappes en alternant une parallèle puis un croisé à la volée. Toutes les frappes s'effectuent au-dessus de la ligne de service.

5. FORMES DE JEU ET EXERCICES

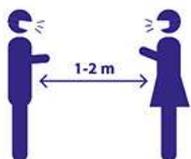


Séances individuel avec coach :

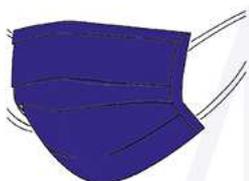
L'enseignant se positionne dans la partie arrière droite du terrain, derrière le carré de service. L'élève se positionne au centre du terrain, les deux pieds sur la ligne médiane, à 3 mètres du coach. L'enseignant distribue la balle seulement dans la partie avant du terrain. L'élève frappe la balle uniquement en direction de la partie arrière droite du terrain. Seul l'enseignant est en contact avec la balle durant la séance.

Aucun contact physique entre les deux personnes.

Un marquage au sol délimite l'espace de chacun. Aucune séquence de jeux n'est autorisée pendant la séance.



RESPECTER LA DISTANCE DE SÉCURITÉ DE MINIMUM 1 MÈTRE DANS LE CLUB
RESPECTER LA DISTANCE DE 2 MÈTRES SUR LE COURT



LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE DANS L'ENGEINTE DU CLUB
LE MASQUE N'EST PAS OBLIGATOIRE SUR LE COURT



LES AFFAIRES DOIVENT ÊTRE SOIGNEUSEMENT RANGÉES DANS UN SAC FERMÉ



UTILISER SA PROPRE RAQUETTE, PAS DE PRÊT NI DE LOCATION



UTILISER SA PROPRE BALLE, PAS DE PRÊT



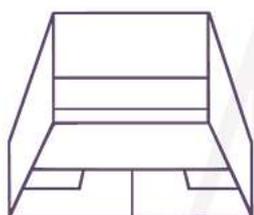
UTILISER SA BOUTEILLE D'EAU ET SA SERVIETTE, PAS D'ÉCHANGE POSSIBLE



VENIR 15 MINUTES AVANT SA RÉSERVATION
REPARTIR 15 MINUTES MAXIMUM APRÈS



SE LAVER LES MAINS EN ENTRANT DANS LE CLUB ET SUR LE COURT ET EN PARTANT



**RESPECTER LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ SUR LES PORTES DES COURTS
PAS PLUS DE DEUX PERSONNES SUR LE COURT**

EN CAS DE SYMPTOMES, RESPECTEZ LES CONSIGNES ET RESTEZ CHEZ VOUS.

Le kit de communication est téléchargeable sur le site de la Fédération Française de Squash, rubrique COVID-19.
<https://www.ffsquash.com>



COVID-19

PORTER UN MASQUE, POUR MIEUX NOUS PROTÉGER

- Se laver les mains avant de mettre son masque et après l'avoir retiré
- Mettre et enlever le masque en le prenant par les lanières
- Couvrir le nez et la bouche
- Une fois posé, ne plus le toucher

Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter ou s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000 (appel gratuit)

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS COMMENT SE LAVÉR LES MAINS ?

30 secondes

Se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.

- Frottez-vous les mains, paume contre paume
- Lavez le dos des mains
- Lavez entre les doigts
- Frottez le dessus des doigts
- Lavez les pouces
- Lavez aussi le bout des doigts et les ongles
- Séchez-vous les mains avec une serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique.

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000 (appel gratuit)

COVID-19

CONSEILS DE SÉCURITÉ ET D'UTILISATION DU COURT

- PAS DE SERRAGE DE MAIN, NI D'ACCOLADE ET D'EMBRASSADE
- NE PAS S'ESSUYER SUR LES MURS ET LA VITRE ARRIÈRE
- ESSUYER VOS LES MAINS SUR VOTRE T-SHIRT OU SUR VOTRE PROPRE SERVIETTE
- LE MASQUE N'EST PAS OBLIGATOIRE SUR LE COURT, SEULEMENT DANS LE CLUB.
- CHACUN DOIT APPORTER SA PROPRE RAQUETTE
- UTILISER SA PROPRE BOUTEILLE D'EAU ET NE PAS LA PARTAGER
- DU GEL EST À DISPOSITION DEVANT CHAQUE COURT POUR LES POIGNÈES DE PORTE
- LES POIGNÈES SONT DÉSINFECTÉES PAR LE CLIENT (PRODUIT ET SOPALIN)

↑ Affiche pour l'entrée du club

↑ Affiche pour les sanitaires

↑ Affiche portes des courts



COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES

- Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Se mousser dans un mouchoir à usage unique puis le jeter
- Éviter de se toucher le visage
- Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres
- Saluer sans serrer la main et éviter les embrassades

En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000 (appel gratuit)



COVID-19

LES BONS GESTES FACE AU CORONAVIRUS : OÙ JETER LES MASQUES, MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?

- Ces déchets doivent être jetés dans un sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.
- Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.
- Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le sac poubelle pour ordures ménagères.
- Ces déchets ne doivent en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables ou poubelle «jaune» (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenus à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

COVID-19

CRISE DU CORONAVIRUS : FAUSSES BONNES IDÉES, VRAIES SOLUTIONS

En protégeant notre santé, nous pouvons aussi protéger notre environnement.

- FAUSSE BONNE IDÉE :** PRIVILEGIER LES PRODUITS EMBALLÉS DANS DU PLASTIQUE. **VRAIE SOLUTION :** ÉVITER LE PLASTIQUE. Dans vos achats alimentaires, privilégiez les emballages durables, comme le sac réutilisable. Une fois à la maison, vos fruits et légumes peuvent être lavés ou, à défaut, lavés à l'eau potable et essuyés avec un tissu propre, comme le recommandent l'Anses.
- FAUSSE BONNE IDÉE :** JETER MES LINGETTES DANS LES TOILETTES. **VRAIE SOLUTION :** JETER MES LINGETTES DANS UN SAC POUBELLE. Les lingettes sont majoritairement composées de plastique, elles ne se dissolvent pas. Les jeter dans les toilettes crée des bouillottes dans les canalisations qui nécessitent des interventions lourdes. Les lingettes doivent être jetées dans un sac poubelle dédié. Une fois rempli, le sac doit être fermé, puis conservé 24 h pour des raisons sanitaires. Après ce délai, il doit être jeté dans le sac à ordures ménagères.
- FAUSSE BONNE IDÉE :** BRÛLER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX. **VRAIE SOLUTION :** VALORISER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX. Brûler 50 kg de végétaux chez soi représente en termes d'émissions de particules fines l'équivalent de 16 000 km parcourus dans une voiture essence récente. Pour éviter cette pollution de l'air, privilégiez le compostage de vos déchets verts. Vous pouvez aussi les stocker en fonction de la disponibilité de la déchèterie la plus proche de chez vous.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

COVID-19

Les bons réflexes à adopter

- Respecter les règles de distanciation : 10 m (Vélo, Jogging), 5 m (Marche), 4 m³ (Statique)
- Éviter tout contact corporel
- Respecter les règles barrières
- Se changer et se doucher à domicile
- Renoncer (pour l'instant) aux compétitions
- Commencer par des activités extérieures
- Renoncer aux manifestations comme les fêtes et les assemblées générales
- Limiter à 10 personnes maximum les rassemblements

SPORTS.GOUV.FR Retrouvez-nous sur : f t i