

RETOUR A LA DANSE POST-CONFINEMENT

Bonjour à tous,

L'activité danse va pouvoir reprendre et nous espérons que c'est avec grand plaisir que vous allez pouvoir retrouver le chemin de vos salles de danse.

Pour les personnes ayant contracté le Covid-19 ou ayant été en contact avec des malades confirmés, une consultation médicale s'impose avant la reprise.

Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été modérée durant le confinement et/ou présentant une pathologie chronique, il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.

Pour tous les sportifs, il est recommandé une reprise progressive de l'activité en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort et de limiter les risques d'accidents, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

La crise sanitaire n'étant pas encore terminée, il va être nécessaire de respecter un certain nombre de règles et de recommandations si l'on veut que la reprise perdure, ce que nous souhaitons tous. Pour garantir cette continuité et assurer un maximum de sécurité, nous vous donnons une petite liste de précautions individuelles à prendre et à respecter bien sûr au maximum :

-respecter l'heure de vos séances.

-Si besoins, attendre la fin de séance précédente à l'extérieur de l'établissement et l'autorisation de votre professeur pour entrer dans les locaux.

-Vous munir d'un sac personnel avec fermeture contenant le strict minimum : tenue, chaussures, bouteille d'eau, tout objet personnel ...

- Respecter la distanciation avec les autres danseurs lors des temps d'attente, ne pas s'embrasser ni se serrer la main.

-Désinfection des mains par lavage rigoureux à l'eau et savon ou gel hydro alcoolique.

-Reporter la reprise de vos séances si vous êtes une personne fragile ou si vous avez été récemment en contact et sans protection avec une personne atteinte du covid-19.

-Ne pas venir à votre séance et prévenir votre professeur si vous ou une personne de votre entourage présente les signes du covid-19.

Nous comptons sur la compréhension et l'implication de tous au respect de ces règles individuelles afin que cette nouvelle saison se déroule dans les meilleures conditions possibles de sécurité.

Dans l'attente du plaisir de vous retrouver,

Le Staff Atout Danses