MARTINIQUE
LIGUE
FFK

LES GESTES À ADOPTER = **PRATIQUER EN SÉCURITÉ**

karaté - arts martiaux vietnamiens - krav maga - wushu - yoseikan budo

Je porte mon masque dès mon arrivée dans l'enceinte sportive et je le garde lors de mes déplacements

>> Retirer son masque pendant la pratique sportive

Je me lave fréquemment les mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique

>> Avant d'entrer dans le dojo
>> Après la séance en quittant le dojo

J'arrive en tenue pour être prêt à démarrer la séance d'entrainement

>> Déposer son matériel (protections, serviettes, sacs ...) dans un endroit précis de la salle

J'apporte ma propre boisson et ma propre collation

>> Marquer son nom sur sa bouteille
>> Conserver la boisson et la collation au même endroit (avec protections, sacs ...)
>> Jeter les déchets dans la poubelle appropriée et mise à disposition par le club

Je ne partage pas mes effets personnels (serviette, protections, ...)

Le matériel commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation

#LigueKarate972