PROTOCOLE DE DÉCONFINEMENT DES CLUBS DE SQUASH PAR LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SQUASH

VALABLE AU 2 JUIN 2020

PRÉAMBULE

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 évidement 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 paiment 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 le 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.

3. RÉGLEMENTATION SUR LE COURT

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'entrainement solo
- Les entrainements 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.

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 rebondis 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 enchaine 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 enchaine un maximum de frappes en croisé au-dessus de la ligne de service à la volée.

- **Croisés / Parallèles**

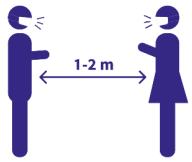
Le joueur se place sur la ligne médiane, au centre du terrain. Il enchaine les frappes directes sur le mur frontal, sous la ligne de service, une fois en parallèle et une fois en croisé. Le premier rebond s'effectue devant la ligne médiane.

Evolution :
Les deux pieds sur la ligne médiane, le joueur enchaine 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.

Séances individuel avec coach :

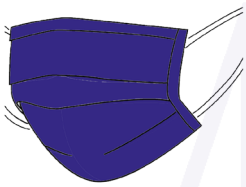
L'enseignant se positionne dans la partie arrière droite du terrain, derrière le carré de service. L'élève se positionne au centre du terrain, les deux pieds sur la ligne médiane, à 3 mètres du coach. L'enseignant distribue la balle seulement dans la partie avant du terrain. L'élève frappe la balle uniquement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

FAIRE DU SQUASH AUTREMENT ET PRUDEMMENT



RESPECTER LA DISTANCE DE SÉCURITÉ DE MINIMUM 1 MÈTRE DANS LE CLUB

RESPECTER LA DISTANCE DE 2 MÈTRES SUR LE COURT

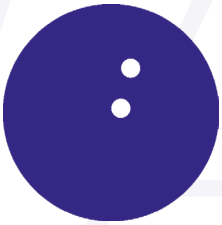


LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE DANS L'ENCEINTE DU CLUB

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



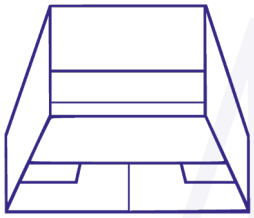
UTILISER SA PROPRE BALLE, PAS DE PRÊT

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

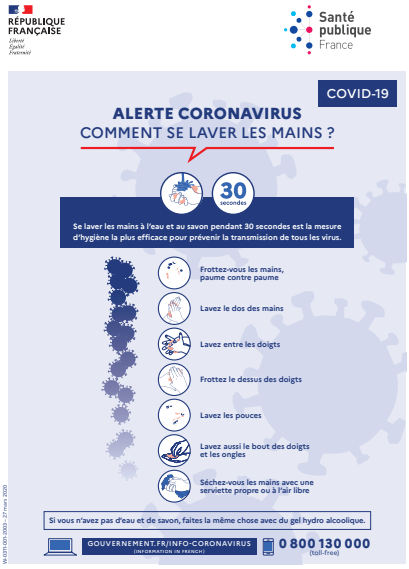
PAS PLUS DE DEUX PERSONNES SUR LE COURT

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

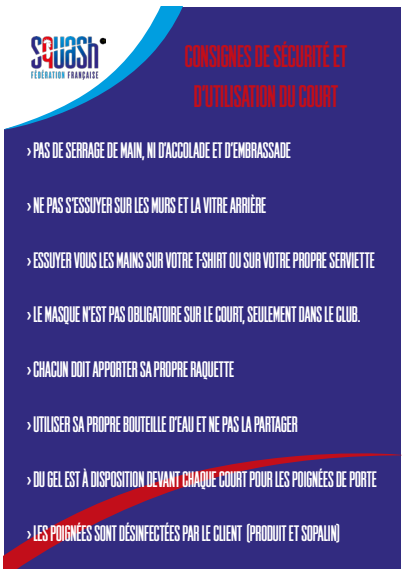
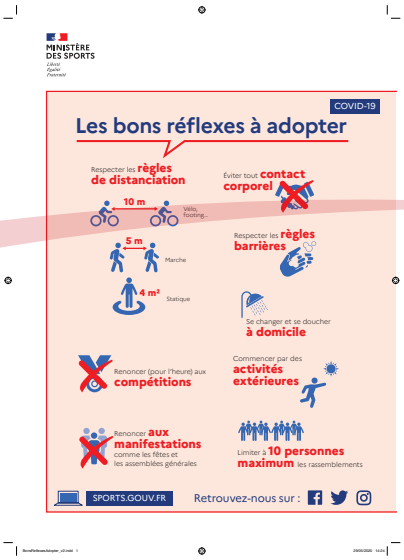
7. KIT DE COMMUNICATION POUR LES CLUBS

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

↑Affiche pour l'entrée du club



↑Affiche pour les sanitaires



↑Affiche portes des courts