

Le 5 juin 2020

À tous les membres du Club de judo XXX

**Objet : Reprise graduelle des activités**

Cher parent, cher(ère) judoka,

Le 4 juin dernier, la ministre Madame Isabelle Charest a fait l’annonce de la reprise des activités sportives de groupe en plein air à compter du 8 juin 2020. Cette annonce est positive pour la reprise graduelle de nos activités. Désormais, il sera possible de s’entraîner à l’extérieur dans le respect des consignes de distanciation sociale.

Suite à cet arrêt de 3 mois, nous sommes heureux d’inviter les judokas à un entraînement bihebdomadaire qui qui se déroulera tous les XXX et les XXX (inscrire les journées) de XXHXX à XXHXX au parc (nom du parc) situé au XXXX. Le point de rassemblement sera XXX (indiquer clairement le lieu de rassemblement).

Afin de limiter le nombre de personnes et permettre la distanciation sociale l’accompagnant devra laisser le judoka au point de rassemblement, l’accompagnant ne pourra assister à l’entraînement. L’accompagnant devra arriver 5 minutes avant la fin de l’entraînement et attendre que le groupe soit de retour au point de rassemblement.

Afin de respecter les consignes de la Santé publique ainsi que le protocole de retour de Judo Québec, vous trouverez plus bas tout ce que les athlètes doivent faire avant et après l’entraînement.

Afin de bien planifier les séances et l’espace nécessaire pour tenir nos entraînements, nous vous remercier de confirmer votre présence aux entraînements avant le XXX (inscrire la date limite) au courriel : [xxxxxxxxxx@xxxxx.com](mailto:xxxxxxxxxx@xxxxx.com).

Pour toutes questions, n’hésitez pas à contacter XXXX (inscrire la personne à contacter) au XXX-XXX-XXXX (inscrire ses coordonnées).

Nous avons tous très hâte de vous voir.

XXX (INSÉRER LA SIGNATURE)

Inscrire le nom de la signature

Directeur technique du Club de judo XXX (inscrire le nom du club)

**Directives avant et après l’entraînement**

Avant l’entraînement :

* Compléter et signer le formulaire de *"Reconnaissance de risque COVID-19"* et l’apporter avec vous au premier entraînement (1 fois)
* Compléter le "Questionnaire de santé" le jour de votre entraînement, si vous répondez "Oui" à une seule des questions, vous devez vous isoler à la maison.
* Assurez-vous que vos vêtements de pratique ont bien été lavés.
* Préparez votre kit sanitaire :
  + Mouchoirs jetables non-utilisés;
  + Lotion hydro-alcoolique;
  + Bouteille d’eau;
  + Fiche comprenant les coordonnées de l’accompagnant en cas de problème.
* Préparez le matériel d’entraînement qui vous a été demandé.
* Prenez une douche, lavez vos cheveux et assurez-vous que vos ongles sont correctement coupés.
* Avant de partir de la maison :
  + Mettre vos vêtements de pratique sous un survêtement pour éviter de le salir;
  + Allez aux toilettes;
  + Lavez vos mains;
  + Porter un masque si vous voyager en transport en commun.

Après l’entraînement :

* Le judoka doit retourner directement chez lui.
* Il doit prendre sa douche.
* Il doit mettre tous ses vêtements de pratique au lavage.
* Laver sa gourde
* Réapprovisionner son kit sanitaire.