



SERVICE DES LOISIRS ANGUS-BOURBONNIÈRE

En partenariat avec



MESURES SANITAIRES SPÉCIFIQUES EN LIEN AVEC LA COVID-19

COURS D'AÉROBIE / TABATA

EN TOUT TEMPS :

- Veuillez garder une distance de deux mètres entre chaque participant.

AVANT LE COURS :

- Lavez-vous les mains avec la solution hydroalcoolique en entrant dans le local;
- Placez-vous dans l'un des cerceaux qui déterminera votre espace pour le cours;
- Vérifiez que vous avez tout le matériel à portée de main de votre cerceau;
- Répondez honnêtement aux questions de santé posées par le/la spécialiste;
- Donnez votre présence au/à la spécialiste, et ce, surtout si vous êtes arrivée en retard.

PENDANT LE COURS:

- Limitez vos déplacements en faisant les exercices sur place, soit à l'intérieur de votre cerceau;
- Les dépôts de matériel seront barrés en tout temps. Ceci dit, vous ne serez pas en mesure d'aller chercher du matériel;
- Gardez votre bouteille d'eau à portée de main;
- Si possible, veuillez limiter l'utilisation de votre serviette ou conserver-la sur vos épaules ou accrochée à votre pantalon;
- Le temps de cours est réduit afin de permettre le nettoyage du matériel utilisé pendant le cours.

APRÈS LE COURS:

- Nettoyez le matériel que vous avez utilisé pendant le cours; le/la spécialiste passera vous voir avec le liquide désinfectant;
- Nettoyez les bancs et autres surfaces que vous aurez utilisés pendant le cours.

**MERCI DE VOTRE COLLABORATION PERMETTANT DE
FAIRE DU SLAB UN ENDROIT SÉCURITAIRE** 

L'Équipe du SLAB