

Consignes à respecter lors des Entraînements de l'AB Contern aussi longtemps que les restrictions COVID sont en vigueur

(mise à jour Janvier 2021)

Si nous voulons assurer que le basket-ball puisse continuer à être joué en ces temps spéciaux, il est essentiel que les règles et mesures prescrites soient TOUTES et par TOUS respectées.

Par conséquent: l'entraîneur doit rappeler à ses joueurs quelles sont les instructions et qu'elles doivent être respectées.

1) Premier grand principe: tout joueur/euse qui a des symptômes qui pourraient indiquer une infection COVID doit rester à la maison resp. rentrer chez lui immédiatement. Il risque non seulement de mettre en danger son entourage, mais aussi toute son équipe, tout le club et, dans le pire des cas, tout le championnat.

2) Chacun doit porter son masque, pour entrer et sortir du hall, ainsi que dans les vestiaires et pour tout mouvement dans le hall, par exemple vers les toilettes; seulement sur le terrain, les joueurs n'ont pas besoin de le porter! L'entraîneur par contre doit porter son masque tout au long de l'entraînement!

3) À l'entrée, et à la sortie, chacun doit se désinfecter les mains en utilisant les distributeurs de spray mis à disposition; les joueurs/euses doivent être prêts et habillés autant que possible à leur arrivée afin que dans la salle ils n'aient qu'à enlever leurs costumes d'entraînement et à enfiler leurs chaussures de basket; NB : chacun doit utiliser uniquement sa propre bouteille d'eau !

4) Selon les nouvelles instructions, aucune autre personne (ni parents, ni spectateurs) ne peut séjourner dans la salle pendant les séances d'entraînement ! les enfants seront donc déposés et enlevés à l'entrée du Hall.

5) Sauf cas exceptionnels, les vestiaires et les douches ne doivent PAS être utilisés pour les séances d'entraînement ; s'ils devaient l'être quand même, alors svp. avec le masque, et la distance requise de 2 mètres doit aussi être respectée (et de préférence pas plus de 4 personnes dans le même vestiaire).

6) L'entraîneur s'assurera que les balles et les autres équipements à utiliser soient désinfectés avant l'entraînement; le désinfectant se trouve dans le local technique et doit toujours y être remis!

7) les joueurs et joueuses convoqués aux séances d'entraînement via WhatsApp ou via un message similaire et qui sont empêchés de participer à la séance doivent s'excuser par un sms ! Merci !

8) À chaque séance d'entraînement, l'entraîneur doit établir une liste des personnes présentes à la séance d'entraînement; Ces listes seront envoyées par e-mail ou message WhatsApp après chaque séance à Patrick Medinger, Claude Mathieu et JeanLou Margue, lesquels - en cette matière de retraçage du Covid - sont les personnes de contact avec les autorités (Commune, Portiers,...).

9) Entre les séances d'entraînement, les portes de la salle doivent être ouvertes, ceci en plus de l'installation qui en permanence échange l'air dans la salle.

Une pause de 15 minutes est prévue entre chaque séance d'entraînement. Les horaires des entraînements doivent être strictement respectés par l'entraîneur.

10) Le Hall sportif doit être divisé en trois zones (sauf pour les entraînements des équipes seniors A) et les rideaux de séparation doivent rester baissés en permanence. C'est la condition pour que - dans chacune des trois zones - jusqu'à 10 personnes puissent s'entraîner ensemble !

NB : les entraîneurs comptent désormais dans ce nombre de 10 personnes !

11) Nous avons jusqu'à présent recommandé de former dans chaque zone un maximum de deux groupes de 4 joueurs ; au total donc 2x4 joueurs, et ce sur 3 terrains, donc 24 personnes au maximum dans la salle au même moment !

Ces groupes de 4 joueurs devant rester ensemble pendant l'entraînement et ne pas être mélangés!

12) Les contenus des entraînements doivent être adaptés par chaque entraîneur pour pouvoir respecter les nouvelles règles, en particulier celle des 2 mètres. L'accent sera donc mis plus particulièrement sur des exercices de ball-handling, de dribbling sous toutes ses formes, de passes (avec 2 mètres de distance), de shooting (par panier 3, maximum 4 joueurs).

D'autres exercices SANS la distance des 2 mètres sont possibles aussi, et même avec contact, et en 1 contre 1, mais alors par groupes de 2 joueurs seulement ! donc par zone, au maximum 4 groupes de 2 joueurs.... Et ces groupes aussi - en règle générale - seront censés ne pas être mélangés.

13) Nous recommandons toujours de limiter la participation de nos joueurs et joueuses à une seule catégorie, ce qui signifie qu'à l'heure actuelle et jusqu'à nouvel ordre, les joueurs ne sont pas autorisés à s'entraîner dans différentes catégories d'âge! Un joueur cadet doit donc s'entraîner soit avec les cadets, soit avec les espoirs ou avec la première équipe... et pas le mardi avec l'une et le jeudi avec une catégorie différente.

14) Pour minimiser les croisements dans la salle, les joueurs doivent entrer dans la zone prévue pour leur entraînement seulement 5 minutes avant le début de l'entraînement, et quitter la salle si possible 5 minutes après la fin de leur entraînement.

Pour rentrer chez eux, les joueurs doivent monter les escaliers et utiliser la sortie par où les spectateurs entrent et sortent habituellement.

ATTENTION : une nouveauté importante est que les sanctions prévues par la loi pour le cas où on ne respecte pas les règles sont désormais explicitement applicables aussi dans le domaine sportif ! Jusqu'à présent, cela n'avait pas été si clairement indiqué !

Un dernier grand principe à la fin:

**Dans la situation actuelle, le club comprend parfaitement quand on ne peut pas ou ne veut pas venir à l'entraînement. Il n'est par ailleurs pas nécessaire de donner une raison à cela!
Merci cependant d'en informer l'entraîneur à l'avance !**

*Les séances d'entraînement de nos Butzen ne pourront malheureusement pas être assurées pour le moment et ce jusqu'à nouvel avis; les limitations et contraintes sont trop importantes pour une organisation tant soit peu convenable (p.ex. pas de parents dans la salle, respect des distances,...).
Nous continuons à chercher à trouver des solutions alternatives !*

Merci de votre compréhension !

**Le Comité et la Commission des Jeunes
de l'AB Contern
15 janvier 2021**