



Martigny Basket
Case postale 69
CH-1920 Martigny

IBAN : CH12 0076 5001 0081 4070 3

Mail : info@martignybasket.ch

Site : www.martignybasket.ch

A tous les membres du Martigny Basket
A tous les parents

Reprise des entraînements : point de situation

Chers membres, chers parents,

Nous sommes heureux de vous informer qu'un compromis a pu être trouvé avec nos autorités pour que nos équipes puissent continuer à s'entraîner, moyennant le respect de certaines conditions. Vous trouverez le détail de ces conditions dans le concept et le plan que nous venons de finaliser et que nous vous transmettons en pièces jointes. Contrairement aux entraînements, le championnat demeure quant à lui suspendu jusqu'à nouvel avis. Nous tenons à préciser que cet accord est trouvé et peut encore à tout moment être suspendu selon les différentes mesures mises sur pied par le Conseil d'Etat Valaisan.

Nous sommes conscients que ces conditions peuvent vous sembler contraignantes mais, au vu de la situation, nous sommes ravis de pouvoir malgré tout offrir des entraînements à tous nos membres dès mercredi 11 novembre 2020, et espérons que vous partagerez notre enthousiasme. Nous sommes par ailleurs convaincus que l'opportunité de s'entraîner sans contact et en groupes restreints permettra à chacun de poursuivre sa progression par le biais d'exercices spécifiques proposés dans différents domaines (technique, sauts, vitesse, etc.).

Dans le respect de ce concept, nous vous remercions de déposer et d'attendre votre enfant à l'extérieur des bâtiments. L'entraîneur de chaque équipe vous communiquera la composition des groupes et le tournus établi. Nous vous remercions d'ores et déjà pour votre flexibilité.

Nous nous tenons à votre disposition si vous souhaitez obtenir des compléments d'informations, de même que pour répondre à vos questions.

Martigny, le 2 novembre 2020

Pour le
Comité du Martigny Basket

Charles-Edouard Nicolet Président

Responsable COVID

078 629 67 40

cdnicolet@gmail.com



Martigny Basket
Case postale 69
CH-1920 Martigny

IBAN : CH12 0076 5001 0081 4070 3
Mail : info@martignybasket.ch
Site : www.martignybasket.ch

Concept de protection du Martigny Basket pour les entraînements (dès le 1er novembre 2020)

Auteur : Sous-commission COVID du Martigny Basket

Nouvelles conditions cadres

Le 21 octobre 2020, le Conseil d'Etat valaisan a arrêté les mesures suivantes (en vigueur du 22.10 au 30.11.2020) :

- 1. Interdiction de pratiquer des sports de contact (tels que le basketball)*
- 2. Interdiction des rassemblements de plus de 10 personnes*

Lignes directrices du concept :

- 1. Ne pas venir à l'entraînement en cas de symptômes*

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, être isolées et contacter leur médecin.

- 2. Porter le masque (dès la catégorie U13)*

Le port du masque est obligatoire dès 12 ans, soit dès la catégorie U13, sur tout le périmètre de la salle de gymnastique sans exception, y compris dans le vestiaire.

Le seul moment où le port du masque n'est plus obligatoire est lors de la pratique du sport.

- 3. Se laver/désinfecter soigneusement les mains et se munir de sa gourde personnelle*

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage. Il y a à la salle, en plus du savon dans chaque sanitaire, du désinfectant à l'entrée du bâtiment.

De plus, chaque joueur est tenu d'apporter sa propre gourde et de l'utiliser exclusivement.

- 4. Etablir une liste de présence*

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient une liste des présences pour chaque entraînement. L'entraîneur tient une liste exhaustive et exacte, et la remet au responsable du plan coronavirus du club (Charles-Edouard Nicolet, président du Martigny Basket).



Martigny Basket
Case postale 69
CH-1920 Martigny

IBAN : CH12 0076 5001 0081 4070 3
Mail : info@martignybasket.ch
Site : www.martignybasket.ch

5. S'entraîner sans contacts par groupe de 10 personnes maximum (9 joueurs et le coach)

Les entraînements se déroulent en salle, sans contacts et par groupe de 10 personnes maximum, par secteurs délimités et indépendants les uns des autres (y compris les WC).

Les entraînements sont composé uniquement de travail technique sur le dribble et les tirs. Des séquences de renforcement physique et de condition physique. Les exercices auront des zones prédéfinies et le contacts y seront prohibés. Le travail par différents poste sera privilégié.

Les entrainements se déroulent obligatoirement de la manière suivante :

- *Aucun contact entre les joueurs ;*
- *Groupe de 10 personnes maximum, y compris dans les vestiaires ;*
- *Possibilité de faire 2 groupes d'entraînement dans 2 secteurs définis et séparés par plus de 2 mètres de distance ;*
- *Aucun contact entre les 2 groupes d'entraînement avec des accès et des WC séparés pour chacun des groupes; l'accès aux vestiaires est fermés.*

6. Ne pas rester dans le périmètre de la salle (pour l'entourage)

Comme le rassemblement de plus de 10 personnes est prohibé, l'entourage du joueur ne se rend pas dans l'enceinte de la salle (par exemple gradins ou vestiaires), et ne se regroupe dans le périmètre de cette dernière.

7. Désigner une personne responsable au sein du club

La personne responsable COVID du Martigny Basket est Charles-Edouard Nicolet (Président), que vous pouvez contacter au 078 629 67 40 ou par courriel à cdnicolet@gmail.com

Martigny, le 29 octobre 2020

Pour le
Comité du Martigny Basket

Charles-Edouard Nicolet
Président
Responsable COVID
078 629 67 40
cdnicolet@gmail.com

Annexe : plan de la salle et des accès



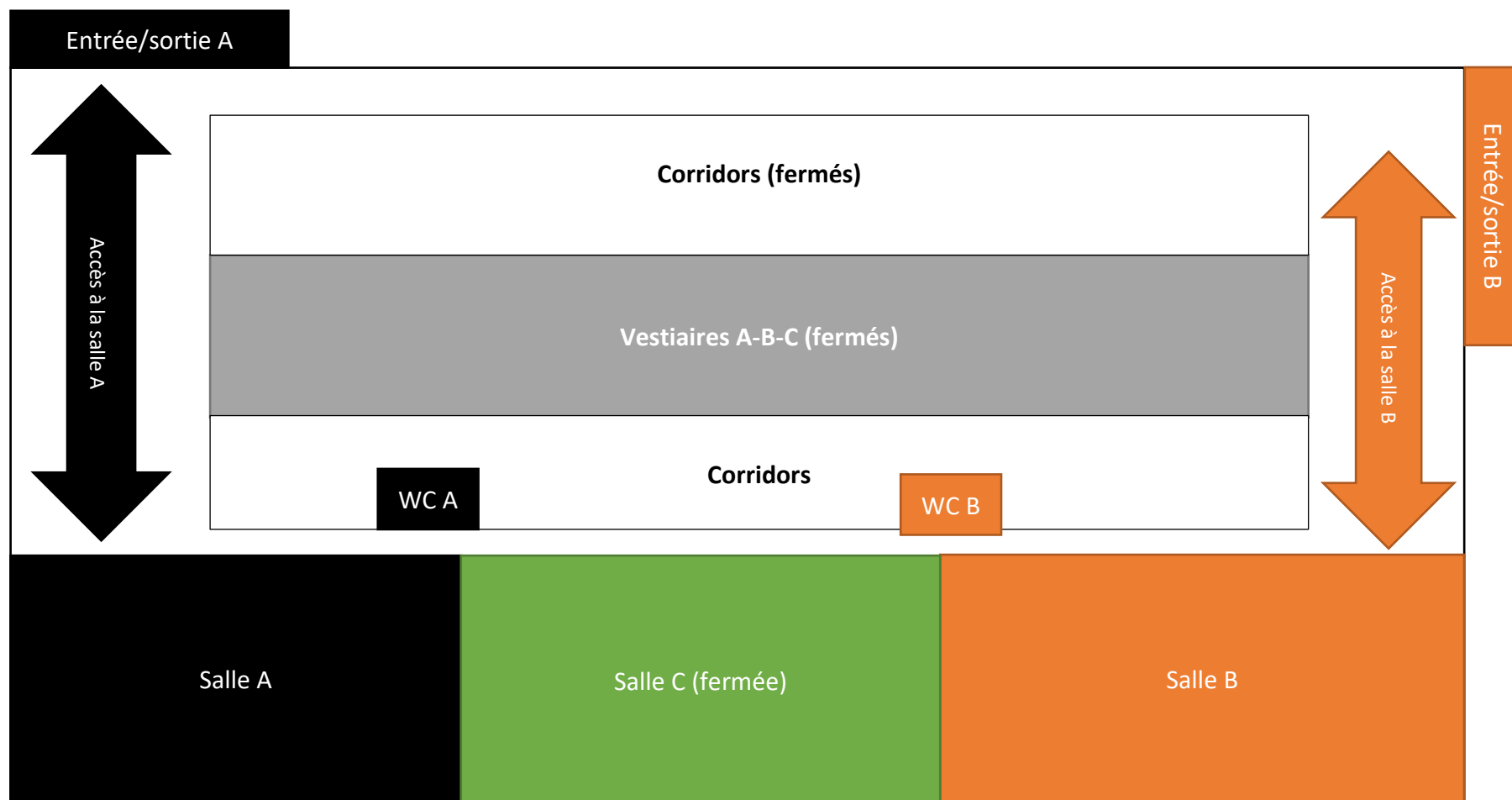
Martigny Basket
Case postale 69
CH-1920 Martigny

IBAN : CH12 0076 5001 0081 4070 3

Mail : info@martignybasket.ch

Site : www.martignybasket.ch

Croquis du plan de la salle





Ré-organisation des entraînements - COVID-19 Salle du Midi + Sainte-Marie

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi			
	Salle du Midi		Sainte-Marie		Salle du Midi		Sainte-Marie		Salle du Midi		Sainte-Marie		Salle du Midi		Sainte-Marie		Salle du Midi		Sainte-Marie	
	Entrée A /Salle A	Salle B /Fermée	Entrée C/Salle C	Entrée simple	Entrée A /Salle A	Salle B /Fermée	Entrée C/Salle C	Entrée simple	Entrée A /Salle A	Salle B /Fermée	Entrée C/Salle C	Entrée simple	Entrée A /Salle A	Salle B /Fermée	Entrée C/Salle C	Entrée simple	Entrée A /Salle A	Salle B /Fermée	Entrée C/Salle C	Entrée simple
13:00																				
13:15																				
14:00																				
14:30																				
15:00																				
15:30																				
16:00																				
16:30																				
17:00																				
17:30																				
18:00	U9																			
18:30																				
19:00	U13																			
19:30																				
20:00																				
20:30																				
21:00																				
21:30																				

Recap

Equipe	Jour	Heure début	Heure fin	Salle	Remarque	Equipe	Jour	Heure début	Heure fin	Salle	Remarque	Equipe	Jour	Heure début	Heure fin	Salle	Remarque		
U7	Mercredi	14:00	15:00	Midi	Finir 10 min plus tôt pour éviter les croisements	U15F	Jeudi	18:30	20:00	Midi	Finir 10 min plus tôt pour éviter les croisements	2LM	Mardi	20:00	21:30	St-Marie	Finir 10 min plus tôt pour éviter les croisements		
	Mercredi	15:00	16:00	Midi		U17M	Vendredi	17:30	19:00	St-Marie			Jeudi	20:00	21:30	St-Marie			
U9	Lundi	17:30	18:30	Midi		U17M	Lundi	18:30	20:00	Midi				Relaxs	Mercredi	19h00		20h00	St-Marie
	Mercredi	16:00	17:00	Midi		U17M	Mercredi	17:00	18:30	Midi				LNBF	Lundi	20:00		21:30	Midi
U11	Mardi	17:00	18:30	Midi		U17F	Vendredi	18:30	20:00	Midi				LNBF	Mercredi	20:00		21:30	Midi
	Vendredi	17:00	18:30	Midi		U17F	Lundi	18:00	20:00	St-Marie				1LNM	Vendredi	20:00		21:30	Midi
U13	Lundi	18:30	20:00	Midi		U17F	Mardi	19:00	20:30	St-Marie									
	Mercredi	17:00	18:30	Midi		U17F	Jeudi	18:30	20:00	Midi									
	Jeudi	18:30	20:00	St-Marie															
U15M	Mardi	18:30	20:00	Midi															
	Mercredi	17:30	19:00	St-Marie															
	Vendredi	18:30	20:00	Midi															

Règles importantes en supplément du plan de protection*

- tenir à jour le listing donné par le club (2ème onglet de ce document)
- l'accès à la cantine pour les études est fermé
- les joueurs attendent les entraîneurs dehors en respectant les distances
- les entraîneurs vont chercher les joueurs dehors et attendent que les équipes d'avant soient sorties !
- les vestiaires sont fermés, les joueurs viennent directement en affaire de sport (exceptés les chaussures)
- 9 joueurs et 1 coach. Le coach est responsable de faire un tournus équitable entre les joueurs
- les équipes qui s'entraînent sur le grand terrain entre par la porte du haut



*Tout manquement à ces directives et celles du plan de protection, pourront amener à la fermeture de la salle pour les équipes concernées