

Concept Corona EXIT **02** Swiss Karate Federation SKF Annexe 3 – Version 2 à partir du 6. Juin 2020

Concept de protection de la formation Corona

Pour le karaté en tant que sport populaire
Pour le karaté en tant que sport de compétition
Pour d'autres arts martiaux ou systèmes d'autodéfense

Krav Maga Self Protect (KMS) - Organisation partenaire de la SKF

Krav Maa est un système d'autodéfense qui est partenaire de la **Swiss Karate Federation (SKF)**. Comme le KMS SV-System est un produit de combat rapproché, le contact physique est normal dans le but de combattre, contrairement aux autres arts martiaux, mais grâce à un système d'entraînement nouvellement conçu, il est maintenant possible de le faire **sans partenaire** et **sans contact physique** (voir les vidéos) !

Dans le contexte des assouplissements, le concept de salle et de formation susmentionné a été développé et adapté pour l'entraînement dans une surface d'entraînement de 10m² par personne, à partir du 6 juin 2020. La distance de 2m doit être respectée.

Comme dans le karaté populaire, les techniques de l'école de base, c'est-à-dire les pas, les combinaisons de pas, les mouvements du corps (sur place), la boxe krav (coups de poing et de pied) et les techniques de défense du programme d'examen sont compilées dans les leçons d'entraînement à domicile et réalisées sans partenaire. Les aspects conditionnels et de coordination ne sont pas négligés. **Avec le concept actuel de salle et d'entraînement dans le domaine de l'entraînement marqué, l'entraînement du Krav Maga Self Protect peut être effectué sans partenaire et sans contact physique !**

Entraînement Krav Maga avec contact physique à partir du 6 juin 2020

Uniquement autorisé si la formation a lieu exclusivement dans des groupes stables. Il faut garantir que ce sont toujours les mêmes (deux) partenaires qui s'entraînent ensemble et qu'ils ne changent pas entre eux, ce qui entraînerait un mélange.



Exemple / Krav Maga - école de base (Krav-Boxing) sur place sans partenaire et sans contact physique

Lien vers les vidéos de démonstration d'entraînements

Concept de formation - aux fins du respect des spécifications / principes
et pour l'entraînement individuel à domicile ou comme contrôle d'apprentissage après l'entraînement

Link Krav Maga: <https://vimeo.com/408752788/13a46ee364>

Krav Coups de pied avant: <https://vimeo.com/411392822/ef07475db7>

Krav techniques défensives avec des coups: <https://vimeo.com/411433552/6df43dcd72>

Adresse de contact pour toutes demandes de renseignements complémentaires :

Giuseppe Puglisi, Concept pratique

Tel + 41 79 411'74'88, giuseppe.puglisi@budosportcenter.ch

Daniel Puglisi, concept pratique (vidéo sur les problèmes techniques)

Tel + 41 79 283'37'47, daniel@codegestalt.com

Matériel d'entraînement pour l'entraînement technique

sans partenaire et sans contact physique

Entraînement avec un sac de frappe debout ou un mannequin debout

Techniques de karaté ou de Krav Maga sur place, sans partenaire ni contact physique



Remarque:

Le matériel d'entraînement est nettoyé avec un désinfectant après chaque entraînement !

Les participants apportent leur équipement de protection personnel (protections pour les mains et les pieds) pour la formation et sont informés que cet équipement est également nettoyé avec un désinfectant avant et après la formation !

Mesures

Opération de formation

Dans cette modification, KMS se contente d'énumérer les règles et les nouvelles possibilités applicables à partir du 6 juin 2020 sous le titre "Content Requirements Protection Concept Specification". Les conditions-cadres actuelles ont été adaptées à l'ordonnance COVID-19- 2 actuelle et aux mesures générales correspondantes du Conseil fédéral ainsi qu'aux exigences spécifiques de l'OFSP. Tous les centres KMS doivent réviser leurs concepts de protection et les présenter aux autorités sanitaires si nécessaire.

Pour un aperçu de l'historique, des règlements COVID-19, etc., veuillez-vous référer au concept 01, daté du 27 avril 2020

Au centre du concept des opérations de formation des centres du KMS à partir du 6 juin se trouvent les cinq principes primordiaux du sport :

1. aucun symptôme à l'entraînement ou en compétition
2. garder la distance (10m² de surface d'entraînement par personne, si possible 2m de distance)
3. le respect des règles d'hygiène de l'OFSP
4. les listes de présence (recherche de contacts proches – Contact Tracing)
5. désignation de la personne responsable

Réglementation Représentant/e Corona Centre KMS

Chaque centre KMS qui prévoit de reprendre les opérations de formation ou qui a déjà ouvert depuis le 11 mai 2020, doit nommer un responsable COVID-19. Cette personne est chargée de veiller au respect de la réglementation applicable. Si cette personne n'est pas identique au responsable du centre KMS, le nom (nom, prénom, numéro de téléphone, adresse e-mail) de KMS Suisse doit être disponible.

Cadre pour le sport à partir du 6 juin 2020



Fonctionnement du Centre KMS

Spécifications de contenu pour la structure du concept de protection

01. Evaluation des risques et triage



a) Symptômes de la maladie

Les membres présentant des symptômes de maladie restent à la maison et informent le responsable du centre afin qu'il puisse informer les membres du groupe de formation. Il n'y aura pas de rapport aux autorités. Si la personne en question est infectée, un médecin signalera l'infection. Dans ce cas, les directives de l'Office fédéral de la santé publique s'appliquent (auto-isollement, etc.). Les formateurs doivent également noter leurs propres personnes de contact et observer leur état de santé. → *Commitments*

02. Voyage, arrivée et départ vers et depuis le lieu de l'entraînement

a) Voyage aller-retour au lieu de l'entraînement

Les membres et les entraîneurs doivent se rendre individuellement au lieu de formation (dojo) peu de temps (5 minutes maximum) avant la formation. Il leur est recommandé de marcher, de faire du vélo ou d'utiliser le véhicule (voiture). Les transports publics ou les transports collectifs ne sont pas autorisés. Après l'entraînement, vous devez quitter les lieux dans les 5 minutes (pas tous ensemble).



Les parents des enfants ne sont pas autorisés à accompagner leurs enfants en classe. Ils doivent attendre dehors et peuvent y prendre leurs enfants.

03. Infrastructure

a) Ratios espace/emplacement de l'entraînement

Il s'agit ici du nouveau concept de salle adapté avec des champs d'entraînement marqués de 10 m² par personne et, si possible, une distance de 2 m (distance de sécurité) par rapport au champ d'entraînement ou à la personne suivante. → *Concept pratique SKF*

b) Vestiaires /douches /toilettes



Les membres viennent déjà en survêtement avec des gants d'entraînement. Les vestiaires sont fermés. S'il y a également des toilettes dans les vestiaires, la zone du vestiaire doit être bouclée et seule l'utilisation des toilettes (en cas d'urgence) et des lavabos pour le lavage des mains doit être rendue accessible. Du savon (liquide) et des serviettes en papier jetables doivent être disponibles pour le maintien des mesures d'hygiène. Cela sera communiqué aux membres (et aux parents) à l'avance. Chaque participant est responsable de s'assurer qu'il a également son propre désinfectant et un masque de protection (recommandé) avec lui pour la formation. → *Commitments*

c) Nettoyage des tapis et du matériel d'entraînement

Les tapis et le matériel d'entraînement ou les équipements de sport et de force nécessaires sont nettoyés avec les agents appropriés après chaque séance d'entraînement (spray de désinfection). Après chaque leçon, la salle utilisée est également ventilée.

d) Restauration



Les locaux du club ou les bistrots resteront fermés conformément à la réglementation fédérale. Chaque membre apporte sa bouteille d'eau personnelle et la garde dans son sac de formation. Personne ne mangera au centre de formation ni ne laissera ses déchets derrière lui. Les bouteilles vides doivent être récupérées.

e) Accessibilité et organisation de l'infrastructure

Bien qu'un plus grand nombre de membres puisse être admis en raison de la détente, chaque participant doit néanmoins s'inscrire à l'avance (par e-mail ou par téléphone). Cependant, personne ne peut venir à la formation sans être inscrit, ce qui évite qu'il n'y ait pas plus de personnes présentes que de personnes inscrites. Ils doivent entrer dans le centre de formation et la salle de formation de manière échelonnée (système de gouttelettes).

Temps d'entraînement au concept

Durée : 45 minutes de cours, 15 minutes de changement de poste, nettoyage compris. Il n'y a pas de réunions de formation sur place, cela peut se faire virtuellement.

f) Répartition de plusieurs groupes dans les grandes installations sportives

→ *concept pratique SKF (concept de salle)*

04. Formes d'entraînement, jeux et organisation

a) Le respect des principes primordiaux dans des formes d'entraînement ou d'exercice adéquates ou adaptées

En ce qui concerne la conformité aux nouvelles exigences du cadre et aux principes primordiaux, nous faisons référence au concept de salle et de formation adapté avec les champs de formation marqués de 10m² et une distance de 2m (contrôle de distance) au champ d'entraînement ou à la personne suivante. Tous les entraînements peuvent être effectués sans contact physique. L'entraînement avec contact physique n'est autorisé que s'il a lieu exclusivement dans des groupes stables. Il faut veiller à ce que les mêmes (deux) partenaires s'entraînent toujours ensemble et ne changent pas entre eux, ce qui pourrait entraîner un mélange.

Principe

- Enregistrement de tous les membres dans une liste de présence (recherche de contacts)
- Après chaque groupe de formation, 15 minutes d'intervalle
- Concept d'approbation

Avec contact au corps

Seulement autorisés s'ils ont lieu exclusivement en groupes permanents. Ces Karatékas ne peuvent pas se mélanger avec d'autres groupes.

Personnes vulnérables

Pour ce groupe cible, des formations individuelles sont possibles. Si possible, le KMS recommande que ces personnes soient formées dans un petit groupe. Les formateurs âgés de 65 ans et plus évaluent leur état de santé et réduisent les séances de formation dans la mesure du possible. Ils respectent toujours la règle de la distance de 2 m.

b) Matériel

Le matériel d'entraînement fourni est désinfecté après chaque session de formation. Il est recommandé au membre de désinfecter le matériel apporté personnellement, également avant et après la formation.

c) Risque / Comportement en cas d'accident

Selon le concept de salle, les sessions d'entraînement se déroulent sur les champs de formation marqués prévus à cet effet. → *concept pratique SKF (concept de salle)*

d) Procès-verbaux écrits des participants

Les participants aux cours de formation seront toujours inscrits sur la liste de présence avec leur prénom, nom et numéro de téléphone lors de leur inscription, de sorte qu'une traçabilité éventuelle est garantie à tout moment. Les listes de présence de tous les cours de formation sont conservées et sont disponibles à tout moment.

05. Responsabilité de la mise en œuvre sur place

Suivi, engagement et clarification des rôles

La SKF/KMS a adapté tous les engagements. Le responsable du centre prend en compte le nouvel engagement et l'envoie à KMS. Il veille à ce que ses formateurs, tous les membres et les parents soient informés des nouvelles possibilités et des exigences qui y sont associées (notamment les groupes permanents de formation aux contacts, assurant la recherche des contacts). L'approbation est donnée lorsque l'engagement est reçu. Tous les documents sont disponibles sur la page d'accueil du KMS et peuvent être téléchargés

06. Communication du concept de protection

Les centres de formation KMS sont informés simultanément par tous les canaux disponibles (courrier, page d'accueil KMS Suisse et Facebook KMS Suisse). Les centres KMS sont tenus d'afficher le concept de protection avec tous les documents associés sur leurs pages d'accueil ou de fournir un lien vers les pages d'accueil de KMS concernées.

07. Activités de formation

Pour les manifestations de KMS Suisse (cours de formation et atelier spécial) de septembre à novembre, le directeur (instructeur en chef) de KMS Suisse élaborera un concept de protection conforme aux exigences du cadre actuel.

Pour les cours de formation (examens, cours d'instructeurs) au siège du KMS Suisse, le concept de protection du Budo Spot Center Liestal s'applique, puisque les cours ont lieu dans ces locaux. Les participants à ces formations seront informés directement et en temps utile des mesures prises.



Schweizerischer Karate-Verband
Fédération Suisse de Karaté
Federazione Svizzera di Karate

08. les formations des centres KMS

Comme pour les événements et les formations de KMS Suisse, tous les sites de KMS et leur responsable de centre sont également tenus de développer des concepts de protection appropriés et de les faire approuver par leur représentant COVID. Le KMS en délègue ici la responsabilité.

Adresse de contact pour toutes demandes et renseignements complémentaires :

Giuseppe Puglisi, directeur et instructeur en chef du KMS Suisse
Tel + 41 79 411 74 88, giuseppe.puglisi@budosportcenter.ch