

Rugby et COVID-19

Directives pour Rejouer au rugby



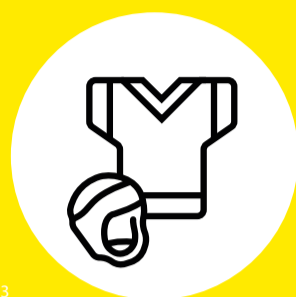
1

Respecter les règles et directives gouvernementales : aucune personne présentant des symptômes ne doit s'entraîner ou jouer



2

Apporter et utiliser uniquement sa propre bouteille d'eau



3

Apporter et utiliser uniquement sa propre tenue et son propre équipement d'entraînement



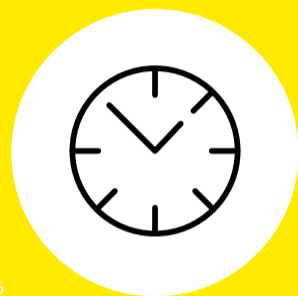
4

Se rendre aux entraînements par un moyen privé, en marchant, à vélo ou en voiture
Essayer d'éviter les transports publics et ne pas faire de covoiturage



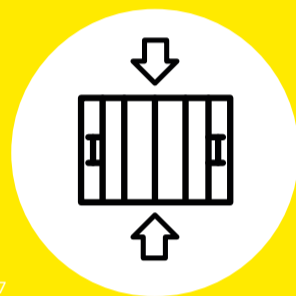
5

Nettoyer et désinfecter vos mains avant, pendant et après l'entraînement



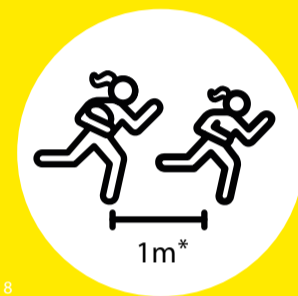
6

Arriver peu de temps avant l'entraînement et aller directement sur le terrain



7

Suivre le plan de circulation pour entrer et sortir du terrain



8

Respecter la distanciation sociale lors de l'entraînement et se conformer aux directives de la fédération

* variantes locales des lignes directrices de l'OMS



9

S'amuser, mais ne pas se féliciter par une accolade ou un « high-five »



10

Nettoyer et désinfecter les ballons de rugby, les remplacer régulièrement



11

Savourer la reprise de la pratique du rugby



12

S'entraîner à la mêlée uniquement sur des machines lors de l'entraînement



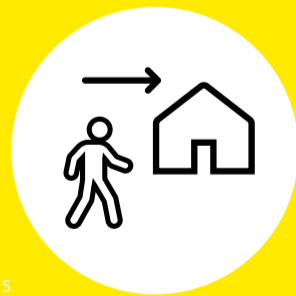
13

Toujours plaquer bas pour diminuer le risque de transmission



14

Ne pas cracher ou dégager son nez, et si possible ne pas manipuler son protège-dents, avant la fin de l'entraînement



15

Rentrer chez soi immédiatement après l'entraînement

