

**Protocole de reprise des activités au sein de l'Ecole Internationale d'Aikido Traditionnel – Dojos 54. Impliquant les dojos de Laneuveville-devant Nancy, Tomblaine, Essey-les-Nancy, Communauté de Moselle et Madon, Jeandelaincourt.**

*Edité et approuvé par le bureau de l'association le 17 août 2020*

**Préambule :**

L'aikido est art martial qui exclut toute compétition . En ce sens, il propose un ensemble d'exercices que chacun peut pratiquer sans jamais dépasser ses limites ni épuiser ses ressources du moment. Ainsi, la reprises des exercices après une période d'arrêt ne place jamais les personnes en situation de risques physiques.

Le dojo est un espace privé où les pratiquants régulièrement inscrits évoluent sous la direction d'un professeur ; en règle générale, il n'est pas accessible au public pendant les entrainements sauf dérogation particulière accordée par le professeur (parents d'enfants, journalistes, responsables locaux ...)

La pratique au sein des dojos se décompose en plusieurs catégories :

- 1) Les exercices énergétiques de préparation, de respiration, de mobilisations du corps, de concentration et d'entretien (aikitaiso) se pratiquent individuellement, chacun reproduisant ce que le professeur du dojo va démontrer. Ils permettent de pratiquer dans le respect des consignes de distanciation physique avec un minimum de 2 mètres autour de chaque pratiquant. L'ensemble des exercices est pratiqué avec lenteur et concentration et ne génèrent jamais une augmentation du rythme cardio-respiratoire (risques de projection de gouttelettes réduits au minimum). Maître UESHIBA et les maîtres qui ont poursuivi son enseignement, présentent ces exercices comme des pratiques de santé stimulant les énergies de défense, améliorant le fonctionnement des organes, optimisant la souplesse et préparant les personnes à faire face à toutes sortes d'agressions dans les meilleures conditions. A l'instar d'autres disciplines énergétiques comme le yoga, l'aikido améliore la résistance et renforce la santé des pratiquants. Ces exercices, mobilisant des respirations profondes, ne sont pas compatibles avec le port du masque.
- 2) Les exercices permettant de maîtriser les chutes selon plusieurs situations (chutes avant, chutes arrières ...) en protégeant le corps de tout risque de blessure. Ces exercices, démontrés par le professeur, se pratiquent

individuellement dans le respect des consignes de distanciation physique avec un minimum de 2 mètres autour de chaque pratiquant. Ils sont pratiqués sans précipitation et respectent les capacités ou limites physiques de chacun. Ils nécessitent un contrôle des respirations qui n'est pas compatible avec le port du masque.

- 3) Les exercices utilisant les armes – Jo (bâton de 125 cm), boken (sabre en bois de 90 cm), en pratique individuelle, chacun reproduisant ce que le professeur du dojo va démontrer : comme les aikitaisos, Ils permettent de pratiquer dans le respect des consignes de distanciation physique avec un minimum de 2 mètres autour de chaque pratiquant. L'ensemble des exercices est pratiqué avec lenteur et concentration et ne génèrent jamais une augmentation du rythme cardio-respiratoire (risques de projection de gouttelettes réduits au minimum). Il sont réalisés sous la forme de Katas (enchainements) qui permettent aux pratiquants de se familiariser avec leurs armes, de contrôler les distances (mawai), de maîtriser leurs gestes et d'éprouver toute l'énergétique des mouvements. Ils vont solliciter l'équilibre, la bonne coordination des gestes et de la respiration (kokyu ryoku) permettant d'exprimer une puissance optimale. Ce faisant, ils améliorent la concentration et améliorent la fluidité des mouvements (ki no nagare). Tout comme des aikitaisos, ces exercices nécessitent une respiration libre et un champ de vision qui ne peut être limité ; Ils ne sont pas compatibles avec le port du masque.
- 4) Les exercices individuels de mouvements spécifiques d'aikido pratiqués à distance par deux personnes « en miroir » : la première reproduisant toutes les hypothèses d'attaques (saisies, coups ...), la deuxième adoptant les formes de corps et de déplacement (tai sabaki) en réponses à la forme d'attaque. Ces exercices, démontrés par le professeur avec un de ses élèves, respectent la distanciation minimale de plus d'un mètre et sont pratiqués avec calme et lenteur sans mobilisation du rythme cardio-respiratoire. Ils permettent aux pratiquants de se synchroniser avec le mouvement d'un alter ego et d'éprouver les sensations corporelles (centre, équilibre, concentration, respiration ...) en rapport avec des déplacements appropriés (tai sabaki) et les notions propres à notre discipline (shisei, tanden, zanshin, ki no nagare, kokyu ryoku). Ces exercices nécessitent une respiration libre et un champ de vision qui ne peut être limité ; ils ne sont pas compatibles avec le port du masque.

- 5) Les exercices utilisant les armes – Jo (bâton de 125 cm), boken (sabre en bois de 90 cm), pratiqués par deux personnes. Ces exercices, démontrés par le professeur avec un de ses élèves, permettent une distanciation minimale de plus d'un mètre (longueur des armes) ; ils sont pratiqués sans mobilisation du rythme cardio-respiratoire et sollicitent la conscience et la maîtrise des distances, l'arme jouant un rôle de médium matérialisant l'espace entre deux personnes (mawai). A la différence des exercices individuels, ils restituent une relation à l'autre et permettent un échange au sein duquel chacun va apprendre la maîtrise des peurs et des agressions. Ces exercices basés sur une hypothèse d'attaque, vont guider les pratiquants sur la voie d'une extinction de l'agressivité par la découverte du principe de non résistance (ki no nagare) qui fonde l'aïkido. Ces exercices nécessitent une respiration libre et un champ de vision qui ne peut être limité ; Ils ne sont pas compatibles avec le port du masque. Pratiqués avec calme et maîtrise, avec une distance suffisante entre les personnes, ils respectent parfaitement les mesures barrières préconisées par les autorités sanitaires.
- 6) La pratique intégrale de notre discipline rassemble tous ces exercices, mais ne se réalise pleinement que lorsque le contact entre les pratiquants est effectif. La sensation de l'autre, de son énergie, des forces qu'il mobilise pour réaliser des attaques, des saisies, reste un moyen fondamental pour évoluer dans la voie de l'aïkido. Dans sa finalité décrite par son fondateur, l'aïkido est un art martial qui conduit à la paix entre les hommes. Ce paradoxe se vit métaphoriquement quand un partenaire (ai té) se comporte d'abord comme un adversaire (attaque, agression) pour permettre à son alter ego de dépasser la réaction agressive pour contrôler l'attaque en ne s'opposant pas à elle mais en la dirigeant vers son extinction (contrôle) ; dans ces moments, les pratiquants se placent en situation de comprendre que la violence qui naît d'une relation d'opposition, n'est pas la bonne solution. La réunion des bases fondamentales de l'aïkido (shisei, kokyu ryoku, zanshin, ki no nagare, mawai), présentes dans toutes ses techniques, permettent ce dépassement sans violence.

Il s'avère que cette pratique qui nécessite un contact entre les personnes est une base incontournable pour évoluer dans la discipline. Le rapport à l'autre constitue une motivation majeure qui soutient la progression des pratiquants. Cette pratique reste toutefois responsable et ne génère pas, sous l'autorité du professeur du dojo, de rapports de

force sollicitant excessivement les capacités des pratiquants et les amenant à des efforts cardio-respiratoires inopportuns.

Tenant compte du décret N° 2020-860 art 44 du 10 juillet 2020 selon lequel *l'ensemble des activités physiques et sportives peuvent reprendre normalement dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire. La distanciation physique n'est plus obligatoire lorsque la nature même de l'activité ne la permet pas. De fait, cette évolution autorise à nouveau la pratique des sports de combat au niveau amateur et en pratique de loisir dans les territoires sortis de l'état d'urgence.*

Etant entendu que notre pratique n'est pas compétitive, ne nécessite pas d'accélération du rythme cardio-respiratoire, optimise l'appréciation des distances entre les personnes, renforce la santé des pratiquants par des exercices fondés sur une tradition éprouvée, restaure des relations sociales distandues, améliore la confiance en soi et la maîtrise des peurs irrationnelles,

**Nous souhaitons pratiquer notre discipline dans son intégralité, en rapport avec la fin de la situation d'urgence sanitaire décidée le 10 juillet 2020.**

Cependant, et au cas où la situation viendrait à changer, notamment au niveau des décisions qui pourraient être prises de manière motivée et en toute légalité par les responsables politiques locaux et/ou nationaux, nous savons nous adapter et fonctionner de manière partielle comme nous l'avons évoqué plus haut.

La pratique en extérieur, et/ou sous préault (comme c'est le cas au complexe de la Madeleine) pourra être privilégiée lorsque la météo le permet. **Il appartiendra à chaque commune qui nous héberge, de nous indiquer les lieux les plus appropriés et de nous autoriser sur demande et au cas par cas, à y accéder.**

Ces règles de pratiques au sein des dojos seront communiquées et explicitées par chaque professeur et devront être approuvées par chaque pratiquant.

En tant qu'association déclarée en préfecture (N° RNA:W543006434), régulièrement assurée, juridiquement responsable et représentée par les 4 membres de son bureau (Président/vice-président, secrétaire, trésorier), nous assumons de manière autonome, une entière responsabilité relativement à nos pratiques et sommes en mesure d'en répondre, sans avoir à en référer à une quelconque structure fédérale qui ne peut, en aucune manière se substituer à notre libre arbitre et à notre liberté associative.

Ainsi, au-delà de nos règles de fonctionnement internes, nous nous engageons à respecter l'ensemble des règles en vigueur au sein des structures sportives mises à disposition par les collectivités concernées et à respecter les dispositions du règlement intérieur des structures gestionnaires de ces structures, à l'appliquer et à le faire appliquer ; tous nos pratiquants seront dûment informés de l'ensemble de ces règles et s'engageront à les respecter en signant une attestation remise par le professeur du dojo.

En ce qui concerne la question de la sécurité de nos adhérents dans le contexte du COVID19, et le suivi des présences à chaque séance, les professeurs ont l'habitude de relever et d'enregistrer les personnes (**nom, prénom, adresse, téléphone, email**) présentes à chacun de leurs cours. Ces informations nominatives sont notamment utilisées pour apprécier l'assiduité des élèves.

Chaque professeur constitue ainsi un référent COVID qui conservera, pendant trente jours les listes de présents aux fins, le cas échéant, d'informer toute personne adhérente qui aurait été en contact avec une personne contaminée, sous réserve que la personne contaminée soit d'accord.

Au-delà de ce délai, elles n'auront plus vocation à être utilisées dans le cadre de la prévention et de la lutte contre la COVID.

Elles seront donc détruites et ne seront conservées que pour les données nécessaires à l'appréciation de l'assiduité de nos adhérents, comme habituellement, sans qu'elles ne puissent être transmises à qui que ce soit d'extérieur au bureau de l'association

Chaque professeur est ainsi responsable de l'application, par tous ses élèves dûment informés par ses soins, de l'ensemble des règles du présent protocole ainsi que de l'ensemble des règles sanitaires, édictées par la collectivité publique, liées à l'usage des bâtiments.

Le nom et les coordonnées (adresse, mail, téléphone) du professeur du dojo agissant en tant que référent COVID, sera communiquée en début de saison au responsable désigné de la collectivité.

Chaque adhérent sera dûment informé, dès son adhésion, que les fiches de présence habituellement renseignées seront conservées pendant 30 jours dans le cadre des mesures de prévention contre le COVID, et qu'il doit prévenir son professeur – référent COVID - s'il présentait des symptômes du COVID19.

## ECOLE INTERNATIONALE D'AIKIDO TRADITIONNEL DOJOS 54

Ces données, conformément aux exigences de la CNIL et du RGPD, sont strictement confidentielles. Cette confidentialité est garantie par le bureau de l'école internationale d'aïkido traditionnel – Dojos 54.

En aucun cas, ces informations ne peuvent être communiquées à un tiers quel qu'il soit et sous quelque prétexte que ce soit. **Seule, une autorité compétente, habilitée à recueillir des données à caractère confidentiel et notamment en respect des obligations relatives au RGPD, est en mesure de recevoir ces informations, délivrant ainsi le bureau de l'association de son obligation de confidentialité.**

**Il appartient à la collectivité locale d'indiquer l'autorité à laquelle les informations devront être communiquées, sur demande et sans délai, conformément aux dispositions applicables en la matière.**

**En cas de suspicion d'un cas COVID à l'entrée du dojo (prise de température et ou déclaration de signes évocateurs du COVID tels qu'indiqués dans l'attestation remise aux adhérents \*1...), le pratiquant ne sera pas autorisé à entrer et devra justifier, à posteriori, avoir pris contact avec un médecin qui sera en mesure de poser un diagnostic et orientera la personne en conséquence. Il appartiendra à ce médecin, dans l'éventualité d'une positivité COVID, de signaler ce cas à l'assurance maladie qui donnera toutes les suites souhaitables auprès de l'ARS qui saura nous informer et entamer toutes les mesures en son pouvoir.**

**\*1** si survenue, au cours des dernières 48 heures, d'un des symptômes avérés suivants :

- de la fièvre,
- une toux inhabituelle,
- une fatigue inhabituelle,
- un essoufflement inhabituel quand je parle ou quand je fais un petit effort,
- des douleurs musculaires et/ou des courbatures inhabituelles,
- des maux de tête inexplicables,
- une perte de goût ou d'odorat,
- des diarrhées inhabituelles.

**Cette personne ne pourra revenir au dojo que sur présentation d'un certificat médical attestant sa capacité à reprendre normalement ses activités au dojo.**

**Le professeur se réserve la faculté de refuser l'accès au cours dispensé, à toute personne qui présenterait des signes et symptômes de la Covid \*1.**

**Cependant l'association ne disposant d'aucune compétence médicale, ne saurait être tenue d'une quelconque responsabilité à ce titre, à l'égard de quiconque.**

Ainsi, la seule mesure d'isolation accessible de la personne suspecte, consiste pour l'association, en un refus d'accès aux locaux sans pouvoir légal de contrainte auprès de la personne suspecte, au delà du refus d'accès.

Chaque adhérent est informé de cette mesure et l'approuve en signant ce protocole, acceptant ainsi cette mesure exceptionnelle de refus d'accès pour suspicion de COVID19.

Plus particulièrement et pratiquement :

Les vestiaires n'étant pas accessibles, les pratiquants arriveront en tenue (Keikogi, Hakama, patins) et avec leur armes personnelles (Jo, Boken, tanto) à la porte des gymnases.

Le dojo n'est pas un lieu ouvert au public. Seuls, les pratiquants régulièrement inscrits y sont admis. La présence de spectateurs dans le dojo, n'est pas autorisée sauf cas particulier de parents souhaitant assister aux cours de leurs enfants mineurs, en qualité de représentants légaux titulaires de l'autorité parentale.

Sauf à bénéficier d'une décharge de responsabilité, auprès de la collectivité responsable, laquelle imposerait un refus d'accès des lieux, l'association ne saurait endosser les conséquences de cet éventuel refus d'accès à un responsable légal investi de l'autorité parentale sur son enfant mineur.

Pour se rendre aux dojos, les pratiquants devront porter un masque sur le trajet vers le dojo. Ils retireront celui-ci à l'invitation du professeur, à l'entrée sur le tatami.

Chaque pratiquant, en toute responsabilité, devra attester auprès du professeur de sa bonne santé à chaque séance, en signant le formulaire de présence qui précisera que le pratiquant atteste sur l'honneur l'absence de symptômes d'infection COVID. Au même titre que les autres données à caractère confidentiel, cette attestation sera conservée pendant un délai de 30 jours, puis sera détruite, sous la responsabilité du référent COVID.

## ECOLE INTERNATIONALE D'AIKIDO TRADITIONNEL DOJOS 54

Chaque pratiquant est responsable de l'hygiène de sa tenue et de ses armes ; il devra arriver, à chaque séance avec des effets en parfaite propreté. **Cela étant les armes personnelles des pratiquants, lorsque celles-ci sont utilisées dans le cours, seront désinfectées, avec une solution hydro alcoolique, en début de chaque séance sous la surveillance du professeur qui consignera cette opération sur son registre des présences qui comportera une case spécifique relative à cette opération.**

Chaque pratiquant devra se munir de sa propre bouteille d'eau qui sera repérée et marquée par son utilisateur . Cette bouteille ne sera en aucun cas partagée avec un autre pratiquant.

**Chaque pratiquant disposera à chaque séance de solutions de désinfection homologuées des mains et des pieds, et veillera, sous la surveillance du professeur, à se désinfecter avant de rentrer sur le tatami.**

10 minutes au moins avant la fin des séances, les locaux seront aérés, y compris en hiver.

A la fin des séances, les pratiquants remettront un masque sur le trajet entre le dojo et la sortie de l'équipement sportif.

Dans le cas des cours spécifiquement destinés aux enfants (6 ans/11 ans), les parents devront se rapprocher du professeur qui les informera des modalités de reprise , conformément au présent protocole dont ils auront pris valablement connaissance ; ils devront ainsi autoriser leurs enfants mineurs, à pratiquer selon les règles énoncées, en signant une attestation ad hoc remise par le professeur.

*Ce protocole est susceptible d'être révisé, modifié et/ou amendé, selon l'évolution des connaissances, des obligations légales et réglementaires ou de tout autre élément ou texte normatif que la Collectivité serait amenée à transmettre à la présente Association.*



## Annexes 1 :

### Décret n°202060 du 10.07.2020 - Chapitre 4 : Sports

#### Article 42

Modifié par Décret n°2020-1096 du 28 août 2020 - art. 1 (V)

I. - Dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire, les établissements recevant du public relevant des types suivants définis par le règlement pris en application de l'article R. 123-12 du code de la construction et de l'habitation ne peuvent accueillir du public que dans le respect des dispositions du présent titre : 1° Etablissements de type X : Etablissements sportifs couverts ; 2° Etablissements de type PA : Etablissements de plein air. II. - Les établissements mentionnés au I ne peuvent accueillir de public que dans le respect des conditions suivantes : 1° Les personnes accueillies ont une place assise ; 2° Dans les établissements situés dans l'une des zones de circulation active du virus mentionnées à l'article 4, une distance minimale d'un siège est laissée entre les sièges occupés par chaque personne ou chaque groupe de moins de dix personnes venant ensemble ou ayant réservé ensemble ; 3° L'accès aux espaces permettant des regroupements est interdit, sauf s'ils sont aménagés de manière à garantir le respect des dispositions de l'article 1er. III. - Les dispositions du II ne s'appliquent pas aux pratiquants et aux personnes nécessaires à l'organisation de la pratique d'activités physiques et sportives. **Les dispositions de ses 1° et 2° ne s'appliquent pas aux établissements : 1° N'accueillant pas de public en position statique ; 2° Dépourvus de sièges, à condition qu'ils soient aménagés de manière à garantir le respect des dispositions de l'article 1er. La dérogation mentionnée au présent 2° n'est pas applicable aux établissements lorsqu'ils accueillent des spectacles et projections.**

#### Article 44

0

I. - Dans tous les établissements qui ne sont pas fermés en application du présent chapitre, les activités physiques et sportives se déroulent dans des conditions de nature à permettre le respect d'une distanciation physique de deux mètres, **sauf lorsque, par sa nature même, l'activité ne le permet pas.**  
II. - **Sauf pour la pratique d'activités sportives**, le port du masque est obligatoire dans les établissements mentionnés au présent article.