

# Consignes de sécurité

## Recommandation de sécurité relative aux événements virtuels performés à domicile

- Lors de la rencontre pré-événement organisée par les clubs, les entraîneurs doivent s'assurer que l'environnement est sécuritaire pour chaque athlète. Un environnement sécuritaire implique que le sol est adéquat et que l'espace est dégagé ;

*Note : Un sol adéquat est une surface adhérente qui limite le glissement des pieds. Il doit également légèrement absorber pour limiter les impacts aux niveaux des chevilles. Un tapis de yoga est fortement conseillé.*

- L'entraîneur s'est assuré que le participant a les capacités physiques pour performer les épreuves dans lequel il est inscrit.
- L'entraîneur doit s'assurer que l'athlète est accompagné lors de sa prestation (i.e. qu'il n'est pas seul à la maison) ;
- L'entraîneur doit avoir la liste des athlètes, leur numéro de téléphone et l'adresse complète du lieu de prestation de chacun, en cas d'urgence ;
- Les entraîneurs doivent s'assurer que les athlètes sont assez échauffés pour performer leur habileté ;
- Dès que l'entraîneur remarque (en présence ou virtuellement) que son athlète ne fait plus le mouvement de manière sécuritaire, il a le devoir d'intervenir et de mettre fin à la pratique de l'habileté pour des raisons de sécurité.



**NATATION  
ARTISTIQUE  
QUEBEC** 