

Les bons gestes à adopter

- Éviter tout contact corporel
- Respecter les règles de distanciations



- Ne pas utiliser les vestiaires et les douches



- Désinfecter les parties de contact des appareils avant et après utilisation
- Le port d'un masque grand public est recommandé pendant les exercices d'intensité faible à modérée. En revanche, son port est incompatible avec les exercices intenses, mais doit être porté juste avant le début et juste après l'arrêt de la pratique.

Merci de votre compréhension