



EHC SenSee Future
Case postale 62
CH-3186 Guin

info@senseefuture.ch
www.senseefuture.ch

EHC SenSee Future

Concept des entraînements "COVID" pour novembre 2020

Version: 8 novembre 2020

Auteur: Thomas Jungo, Responsable du plan Coronavirus



Résumé des points clé du concept de l'Association Cantonal Fribourgeoise de hockey

Dès le 5 novembre 2020 le concept cantonal des entraînements "Covid" permet aux clubs formateur de reprendre les entraînements d'équipe. En faisant des groupes de max. 10 personnes (en principe 9 joueurs et 1 entraîneur) nous allons pouvoir reprendre les entraînements dans des zones précisément définies. Lors des séances d'entraînement, les "compétences" individuelles sont principalement enseignées dont les techniques de patinage, de canne et de tris sans contact physique direct.

Les 5 principes en vigueur depuis le début de la saison doivent toujours être respectés:

1. Pas de symptômes à l'entraînement
2. Garder les distances
3. Se laver soigneusement les mains
4. Etablir des listes de présences
5. Désignation d'une personne responsable "Covid" au sein du club

Conformément aux réglementations cantonales, une distinction est faite entre les catégories de formation jusqu'à 12 ans et les catégories de formation dès 12 ans.

Selon les directives cantonales nous distinguons entre les groupes d'entraînements jusqu'à 12 ans et les groupes d'entraînements dès 12 ans. Pour éviter tout mélange de joueurs, chaque joueur ne peut s'entraîner que dans un seul groupe et un seul club. Les seules exceptions sont les joueurs avec statut SAF.

Règlement particulier et spécifique du club

Prescriptions pour les groupes d'entraînements jusqu'à 12 ans (U9/U11/U13)

Important: L'accès à la patinoire est interdit aux parents.

Pour ces catégories, les joueurs arrivent à ces entraînements-là en équipement complet y compris patins (les patins déjà attachés).

Les joueurs sont répartis à l'avance en groupes de max. 9 joueurs & 1 entraîneur (Groupe 1 = bleu, Groupe 2 = vert, Groupe 3 = rouge). **La répartition est exclusivement valable pendant cette période spéciale. Elle est définitive et aucune modification est possible.** La participation à l'entraînement est bénévole. Celui qui ne peut (veut) pas participer doit s'excuser par l'intermédiaire de l'application MIH.

La répartition des groupes a aussi une influence sur l'attribution des vestiaires et l'horaire du rendez-vous.

Groupe 1 (bleu)	=	Vestiaire 1	rendez-vous dans le vestiaire 15 min. avant l'entraînement
Groupe 2 (vert)	=	Vestiaire 2	rendez-vous dans le vestiaire 10 min. avant l'entraînement
Groupe 3 (rouge)	=	Vestiaire 3	rendez-vous dans le vestiaire 15 min. avant l'entraînement

Ces horaires doivent être strictement respectés afin d'éviter les rassemblements massifs devant et à l'intérieur de la patinoire avant l'entraînement. Pour rappel, dès l'arrivée à la patinoire jusqu'aux vestiaires, les masques sont obligatoires. Cette obligation de port du masque s'applique à tous (y compris aux joueurs qui rentrent dans la patinoire avec un casque, c'est-à-dire également une obligation de port du masque sous le casque.)

Important: les joueurs attendent les entraîneurs dans le vestiaire qui leur est attribué.

Les portes du vestiaire restent **toujours** ouvertes.

Dans les vestiaires les entraîneurs mesureront la température des joueurs. Tous joueurs ayant une température supérieure à 37.5 n'est pas autorisé à participer à l'entraînement en raison des règlements cantonaux et sera renvoyé chez lui immédiatement.

Les entraîneurs accompagnent ensuite les joueurs dans les zones d'attentes (1, 2 ou 3) prévues à cet effet.

Important: Chaque joueur doit apporter ses effets personnels dans la zone d'attente (par exemple, des sacs pour ranger les protections antidérapantes et les masques de protection ou d'autres effets personnels, ce qui signifie que les vestiaires sont également vides).

Déroulement des entraînements U9-U13 et matériel à emporter:

- Masques obligatoires pour les entraîneurs sur et hors glace

- du matériel personnalisé est utilisé :

- chaque joueur a sa propre gourde

- chaque joueur a sa propre zone d'entraînement

- chaque joueur est responsable du port et de l'utilisation de son masque de protection

- La patinoire est divisée en 3 zones et les joueurs ne se trouvent que dans une seule zone avec leur groupe

- Les joueurs restent toujours dans leur groupe et suivent strictement les instructions des entraîneurs

- A la fin de l'entraînement, les joueurs sont accompagnés par les entraîneurs dans les zones d'attente. A partir de là, les joueurs quittent la patinoire de manière décalée (sortie arrière selon les instructions des entraîneurs)

Les parents sont priés de venir chercher leur enfant sur le parking situé derrière la patinoire.

Prescriptions pour les groupes d'entraînements dès 12 ans (U15/U17/U20)

Important: L'accès à la patinoire est interdit aux parents.

Pour ces catégories, les joueurs ont à leur disposition les vestiaires habituels.

Les douches ne sont pas autorisées !

Pour ces catégories, seuls 2 groupes de 10 personnes max. sont autorisés à participer aux entraînements.

Les joueurs sont répartis à l'avance en groupe de 9 joueurs maximum & 1 entraîneur (groupe 1 = bleu, groupe 2 = vert, groupe 3 = rouge). **La répartition est exclusivement valable pendant cette période spéciale. Elle est définitive et aucune modification est possible**

Important : dans les catégories U15-Top, U17-Top et U20, seuls 2 groupes sur 3 peuvent participer par entraînement en raison des réglementations cantonales. La participation se fait par le biais d'une convocation dans le MIH (App). Pour les joueurs des U15-A et U17-A, il n'y a que 2 groupes d'entraînement en raison du nombre de joueurs.

La participation aux entraînements est optionnelle. Quiconque ne peut (ou ne veut) pas participer aux entraînements s'excuse via MIH (App).

Important : pour ces catégories (de U15 à U20), les joueurs doivent se présenter au vestiaire qui leur est attribué au moins 15 minutes avant le début de l'entraînement.

Pour rappel, chacun est tenu de porter un masque dès son arrivée à la patinoire jusqu'aux vestiaires.

Important : les joueurs attendent les entraîneurs dans le vestiaire.

Les portes du vestiaire restent toujours ouvertes.

Dans le vestiaire, les entraîneurs mesureront la température des joueurs. Tous joueurs ayant une température supérieure à 37.5°C n'est pas autorisé à participer à l'entraînement en raison des règlements cantonaux et sera renvoyé chez lui immédiatement.

Les entraîneurs accompagnent ensuite les joueurs dans les zones d'attente (1 ou 2) prévues à cet effet.

Répartition des vestiaires:

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
U15-Top : Vestiaire 1+3 (19.00 – 20.00)	U17-A: Vestiaire 2+4 (19.00 – 20.00)	U15-A : Vestiaire 1+3 (18.45 – 19.45)	U15-A : Vestiaire 1+3 (18.15 – 19.15)	U15-Top: Vestiaire 1+3 (16.30 – 17.30)	Goalies: Vestiaire 1 Shooter: Vestiaire 3 (10.00 – 11.00)
U17-Top : Vestiaire 2+4 (20.15 – 21.15)	U20: Vest. U20 + 3 (20.15 – 21.15)	U20: Vest. U20 + 4 (20.00 – 21.00)	U17-A : Vestiaire 2+4 (19.30 – 20.30)	U17-T. + U15-T. Vestiaire 2+4 (17.45 – 18.45)	U15-Top : Vestiaire 2+4 (11.15 – 12.15)
				U20: Vest. U20 + 3 (19.00 – 20.00)	U17-Top: Vestiaire 1+3 (12.30 – 13.30)

ATTENTION: Pour les entraînements des U15-Top (à Marly) et les entraînements des U17-Top (à Romont et Fribourg), l'entraîneur donnera les instructions sur place.

Déroulement des entraînements (dès U15 à U20) et matériel à emporter:

- Masques obligatoires pour les entraîneurs sur et hors glace

- du matériel personnalisé est utilisé :

- chaque joueur a sa propre gourde

- chaque joueur a sa propre zone d'entraînement

- chaque joueur est responsable du port et de l'utilisation de son masque de protection

- La patinoire est divisée en 2 zones et les joueurs ne sont que dans une seule zone avec leur groupe

- Les groupes suivent strictement les instructions des entraîneurs

- A la fin de l'entraînement, les joueurs se rendent dans leurs vestiaires de manière échelonnée.

- De là, les joueurs quittent la patinoire (à l'entrée/sortie arrière de la patinoire) de manière échelonnée au plus tard 20 minutes après la fin de l'entraînement et selon les instructions des entraîneurs.

- **RAPPEL:** Pour ces catégories également, il est interdit d'utiliser les douches !

Guin, le 8 novembre 2020

au nom du comité du EHC SenSee Future

Thomas Jungo



Annexes:

- Concept entraînement "COVID" de l'Ass. Cantonale de hockey sur glace du 5 novembre 2020 jusqu'à 12 ans

- Concept entraînement "COVID" de l'Ass. Cantonale de hockey sur glace du 5 novembre 2020 dès 12 ans

- Plan des entraînements, valable dès lundi 9 novembre 2020 jusqu'au samedi 28 novembre 2020

- Répartition des groupes d'entraînements fixes (Groupe 1 = bleu, Groupe 2 = vert, Groupe 3 = rouge)