

## Concept «Mesures de protection Covid-19»

### Recommandations pour Personal Trainer

#### Situation de départ

A partir du lundi 20 décembre 2021, des mesures renforcées contre la propagation du coronavirus entrent en vigueur en Suisse. Pour les activités sportives en intérieur, les personnes âgées de 16 ans et plus devront être munies d'un **certificat 2G et porter un masque**. Un certificat 2G est délivré aux personnes vaccinées et guéries.

Si l'accès est limité aux **2G+** (vaccinés, guéris plus certificat de test), **il n'est pas nécessaire de porter un masque**. Aucun certificat de test supplémentaire n'est nécessaire si la vaccination ou la guérison remonte à 120 jours au maximum. Les nouvelles mesures sont pour l'instant limitées au 24 janvier 2022.

Ce concept de protection contient les directives cadres pour un entraînement sûr dans le cadre du Personal Training avec des clients à l'extérieur, au domicile des clients et dans son studio de PT. Les [règles d'hygiène](#) de l'OFSP devraient toujours être respectées.

#### Objectifs du SPTV (Association Suisse des Personal Trainer)

- Nos règles, processus et instructions sont conformes aux exigences officielles
- Le message au public est clair: «Nous sommes et restons solidaires, nous nous conformons strictement aux lignes directrices. Nous nous comportons de manière exemplaire car cela sert à toute la branche fitness. La santé et le bien-être de nos clients est primordial.»
- Pour l'entraînement à l'extérieur, des règles claires, simples et faciles à mettre en place doivent être définies.
- Pour les clients des Personal Trainer, des règles, des processus et des solutions claires, simples et applicables doivent être définis, offrant la garantie de pouvoir s'entraîner en sécurité, sainement et sans risque.

#### Responsabilité

La Fédération Suisse des Personal Trainer SPTV ne peut que recommander les mesures. La responsabilité de leur mise en œuvre incombe individuellement à chaque Personal Trainer. Ni la Confédération, ni les cantons ne valident, ni n'approuvent les concepts de protection. Le respect des concepts de protection est contrôlé par les cantons. Si vous avez des questions concernant ce concept de protection ou concernant les spécifications-cadres qu'il contient, les organes de contrôle peuvent être référés à la direction (comité directeur et la direction) de la SPTV.

**La Fédération Suisse des Personal Trainer compte sur la solidarité et la responsabilité personnelle de tous les Personal Trainer en Suisse - avec et sans adhésion à la fédération !**

## Mesures de protection

Les dispositions suivantes s'appliquent aux activités sportives :

**En extérieur** : Il n'y a pas de restrictions. Nous recommandons toutefois, dans la mesure du possible, de respecter une distance de 1,50 mètre ou de porter un masque.

**Espace intérieur** : Pour les activités sportives en intérieur, l'obligation du certificat 2G plus le port du masque s'applique aux personnes de plus de 16 ans. Exception : l'entraînement a lieu au domicile du client, voir ci-dessous. Les personnes vaccinées et guéries reçoivent un certificat 2G.

Si le studio applique la règle **2G+** (vacciné, guéri, plus certificat de test), **il n'est pas nécessaire de porter un masque**. Aucun certificat de test supplémentaire n'est nécessaire si la vaccination ou la guérison remonte à 120 jours maximum. Informations sur le [certificat Covid](#).

### Entraînement personnel au domicile des clients\* (Indoor-Training 1)

---

Peut être effectué sans certificat.

Dans la mesure du possible, il convient de porter un masque, à l'exception de l'activité sportive à proprement parler. Dans le cas d'une prestation au domicile du client, le principe de la responsabilité individuelle s'applique principalement.

### Entraînement personnel dans les locaux de l'entraîneur\* (Indoor-Training 2)

---

Obligation du certificat. Le client ainsi que le Personal Trainer doivent être munis d'un certificat 2G. Ceci indépendamment de la taille de la salle, du nombre de salles et des personnes présentes.

Exception : les Personal Trainer employés, qui exercent cette activité dans le cadre d'une relation de travail fixée par contrat ne sont pas soumis à l'obligation de certificat. La responsabilité des mesures de protection appropriées incombe à l'employeur en vertu du devoir d'assistance prévu par le droit du travail. De plus amples informations pour les employeurs et les employés sont disponibles sur le site web du [SECO](#).

Il est possible de renoncer au port du masque dans l'ensemble des locaux, si l'accès est limité exclusivement aux personnes vaccinées ou guéries et testées (2G+). Aucun certificat de test supplémentaire n'est requis, si la vaccination ou la guérison remonte à 120 jours au maximum.

**Le Personal Trainer est responsable du contrôle du certificat!**

**Nous vous recommandons tout de même, d'établir un concept de protection individuel, de préférence imprimé, afin de pouvoir le montrer, si nécessaire, lors de contrôles.**

---

## La SPTV recommande les éléments suivants pour les concepts de protection individuels:

- Ne s'entraîner qu'en l'absence de symptômes ; aucun entraînement personnel ne peut être effectué avec des clients qui présentent des symptômes de maladie. Il leur est conseillé de suivre les instructions de l'OFSP pour la clarification de la maladie et l'auto-isolément éventuel.
- Si un Personal Trainer présente des symptômes de maladie, tous les rendez-vous doivent être annulés et les instructions de l'OFSP pour la clarification de la maladie et l'auto-isolément éventuel doivent être suivis.
- Lavez-vous soigneusement les mains et désinfectez-les si nécessaire. Toute personne qui se lave ou se désinfecte soigneusement les mains avec du savon avant et après l'entraînement se protège et protège son environnement.
- Si le studio de Personal Training dispose d'un bar/comptoir, les boissons et aliments ne peuvent être consommés qu'en position assise, avec l'exception 2G+.
- Les locaux doivent disposer d'une ventilation efficace.
- Le traçage des contacts doit être garanti à tout moment et doit être possible pendant au moins 14 jours.
- Respectez les règles d'hygiène et de distance "[Comment nous protéger](#)".
- Des informations actualisées sur "Covid-19 et le sport" sont disponibles sur le site de l'[OFSP](#).
- Les employeurs trouveront des informations importantes sur le site web du [SECO](#)
- Des adaptations cantonales aux prescriptions de l'OFSP sont possibles, voici la [liste des liens](#) cantonaux avec les contacts.

---

## Les principaux points des "Questions et réponses" de l'OFSP

### Le Personal Training en format 1:1 est-il possible sans certificat?

*Oui, dans la mesure où l'entraînement a lieu au domicile du client, il n'est pas possible d'exiger un certificat pour le Personal Trainer et le client/la cliente. Il en va de même pour le port du masque. En revanche, si l'entraînement a lieu dans les locaux du Personal Trainer ou dans des locaux loués à des tiers, le Personal Trainer et le participant doivent tous deux disposer d'un certificat 2G.*

### Le port du masque est-il obligatoire pour pratiquer du sport?

*Pas à l'extérieur. Dans les espaces intérieurs accessibles au public, le port du masque est obligatoire. Seules les personnes vaccinées, guéries et testées négatives (2G+) font exception à cette règle lors de la pratique du sport en tant que tel, en amateur ou pour le grand public.*

### **Qui prend en charge les coûts des tests pour obtenir un certificat?**

*Les tests PCR individuels pour les personnes symptomatiques, pour les personnes en contact et pour le diagnostic de confirmation (lorsqu'un test pool est positif) continuent d'être payés par la Confédération. Ils ne donnent toutefois pas lieu à un certificat. A partir du 18 décembre, la Confédération prendra en charge les coûts des tests rapides d'antigènes (frottis nasal) qui permettent d'obtenir un certificat Covid. Sera également payée la participation individuelle à des tests PCR salivaires en pool. A partir du 17 janvier 2022, les fournisseurs de tels tests seront tenus de délivrer un certificat Covid en cas de résultat négatif. Les autotests, les tests PCR individuels donnant lieu à l'établissement d'un certificat et les tests d'anticorps continueront à être payés par le patient.*

### **Dans quels établissements le certificat 2G est-il obligatoire?**

*Dans les établissements de loisirs, de sport et de divertissement accessibles au public, les centres de fitness, etc., dans lesquels les visiteurs n'ont pas exclusivement accès à des espaces extérieurs.*

### **L'obligation de certificat 2G s'applique-t-elle également aux espaces intérieurs non accessibles au public (par exemple, un garage privé avec des appareils de fitness)?**

*Non. Toutefois, il n'est pas permis de contourner la réglementation. Les locaux non ouverts au public ne doivent pas avoir de caractère commercial.\*\**

### **Les propriétaires d'installations sportives qui donnent en même temps des cours dans leurs locaux ont-ils besoin d'un certificat 2G pour cela?**

*Oui.*

### **Les moniteurs de cours qui ont un contrat de travail avec un employeur pour cette activité ont-ils besoin d'un certificat 2G pour cela?**

*Non. Les moniteurs de cours qui exercent cette activité dans le cadre d'un rapport de travail fixé par contrat ne sont pas soumis à l'obligation de certificat.*

### **L'obligation de certificat s'applique-t-elle également aux entraînements prescrits par un médecin?**

*Non, dans la mesure où il s'agit d'une offre dans le cadre d'une physiothérapie qui est fournie sous la forme d'une prise en charge 1:1. Dans ce cas, l'obligation de porter un masque s'applique au physiothérapeute comme au patient. Cela vaut aussi bien pour les thérapies individuelles que pour les thérapies de groupe et les entraînements.*

*\*\* Définition des "locaux intérieurs accessibles au public" et du "caractère commercial" : dès lors que l'utilisation d'un local donne lieu au paiement d'une redevance, quelle qu'en soit la forme, il s'agit d'un établissement ouvert au public et l'obligation du certificat 2G s'applique.*

## Entraînements en groupe ou dans les studios de Personal Training

Pour les entraînements en groupe et l'exploitation des studios de Personal Training, la SPTV continue de se référer aux associations partenaires BGB, QualiCert, [IG Fitness](#) et SFGV avec leurs recommandations.

### Coronavirus: le Conseil fédéral renforce les mesures

17.12.2021

A partir du 20 décembre dans toute la Suisse:



#### Application renforcée du certificat à l'intérieur

Culture, loisirs, sport, restaurants, événements



Là où on ne peut ni porter un masque ni consommer assis (p. ex. discos, piscines, bars, sport intensif, musique à vent)

A l'extérieur: événements de plus de 300 personnes



3G Personnes vaccinées, guéries ou testées

2G Personnes vaccinées ou guéries

2G+ Personnes vaccinées/guéries dans les 4 derniers mois ou vaccinées/guéries qui présentent un test négatif

Consommation assis



#### Réunions de famille et entre amis

10 Max. 10 personnes dès 1 personne non vaccinée ou non guérie

30 A l'intérieur: max. 30 personnes (2G)

50 A l'extérieur: max. 50 personnes



#### Télétravail obligatoire

Si impossible: masque obligatoire dans les locaux partagés



#### Masque obligatoire au secondaire II

Plusieurs cantons ont fixé des règles plus strictes

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
Swiss Confederation

Bundesrat  
Conseil fédéral  
Consiglio federale  
Cussegl federal  
Federal Council

