

Consignes concernant l'épidémie COVID-19

Respectez les recommandations de confinement, et suivez les consignes officielles de prévention.

En absence de symptômes :

- Essayez de poursuivre une activité physique en respectant le confinement et en vous hydratant bien.
- Proscrire les exercices d'intensité maximale. ([Cf article du Dr Laurent Chevalier, cardiologue](#))

Si vous présentez les signes suivants :

- Fièvre, courbatures, sueurs
- Toux
- Mal de gorge
- Fatigue inhabituelle
- Essoufflement inhabituel
- Diarrhée
- Perte brutale de l'odorat ou du goût

→ Faites le test suivant : [J'ai des symptômes](#)

Selon le résultat, appelez votre médecin traitant. Ne vous déplacez pas sans les consignes d'un médecin.

Si vous n'arrivez pas à le joindre, contactez le 15, ou à défaut votre médecin de club ou d'équipe.