

## **Traduction de la pétition lancée par les salles CrossFit allemandes**

Chère Madame Merkel, chers owners, chère communauté,

Un peu plus de 30.000 personnes s'entraînent aujourd'hui dans 230 box de CrossFit en Allemagne. Depuis le 17 mars 2020, toutes les box ont été fermées suite au lockdown du au coronavirus. Ce sont des gens qui ont en moyenne 37 ans.

En tant que prestataires de soins de santé et propriétaires des box de CrossFit, nous comprenons très bien les précautions et les décisions prises jusqu'à présent en matière de sécurité et nous soutenons les dirigeants et les décisions des Länder.

Cependant, et justement pour la raison que nous offrons un service de santé, nous sommes pertinents pour le système de société et devons être considérés par les politiques.

Il n'est pas compréhensible pour nous, pourquoi les magasins de bricolage obtiennent plus de considération et de droits que les institutions du sport et de la santé. D'autant plus que nous sommes beaucoup plus à même de respecter les consignes de sécurité.

On peut démontrer que nos clients ne peuvent plus s'entraîner uniquement avec des home workouts. De nombreux membres se plaignent déjà, après seulement 4 semaines de suspension des contacts, d'un nombre considérable de restrictions et de problèmes de santé, tels que des douleurs dorsales et articulaires, ou encore la résurgence de diabète et de maladies cardiovasculaires.

D'une part, il s'agit de protéger les groupes à risque et de maintenir des mesures de précaution, d'autre part, il est extrêmement important de fournir à nos membres un équilibre sportif préventif. Car grâce à notre travail et aux mesures de promotion de la santé, nous avons pu améliorer l'état de santé de nombreux membres jusqu'à 100 %. Aujourd'hui, en raison de la fermeture immédiate et de l'interruption des offres de santé, l'état de nos clients se détériore énormément.

Aujourd'hui, nous connaissons déjà les premiers signes de maladies psychosomatiques de nos membres. Le blocage des contacts et une éventuelle prolongation entraînent un immense stress et une détresse psychologique. Non seulement pour les clients, mais aussi pour les employés et les propriétaires.

Selon le professeur Dr. med. Elke Zimmermann, il est important, surtout maintenant, de créer des tensions au-delà du seuil qui dépassent les mouvements quotidiens. Ces stimuli à seuil supérieur entraînent une forte production de myokines et donc un renforcement du système immunitaire. Nous pouvons assurer cette stimulation dans nos sessions de groupe.

La base de notre existence nous serait enlevée si on devait prolonger la fermeture. En tant que petites et moyennes entreprises, nous dépendons des cotisations de nos membres.

Nous vous demandons d'envisager la réouverture de toutes nos box en Allemagne à la fin du mois d'avril. C'est le souhait explicite de nos clients en bonne santé, qui voudraient reprendre leurs activités sportives sous leur propre responsabilité et qui adhèreraient également aux conditions de sécurité. Nous serions heureux de présenter un concept de sécurité complet et nécessaire. Voici une première ébauche :

- Groupes de maximum 5 personnes
- Distance de sécurité d'au moins 2.5 m
- Désinfection de tous les accessoires et appareils utilisés (avant et après utilisation)
- Pas d'accès aux douches et aux vestiaires
- Pas d'accès aux espaces communautaires et lounges
- Aucun contact physique

Nadine Krajewski, CrossFit Hiesfeld