



GUIDE HYGIENE

2020



MON VESTIAIRE



D **Defense Soap**
Defend what you have built.

INTRODUCTION

La pratique sportive dans son ensemble permet de se maintenir en bonne santé. L'hygiène étant primordiale il est d'autant plus important au sein des sports de combat.

Avec la sueur et l'humidité de la respiration des sportifs en plein effort, on obtient un magnifique bain de microbes, provenant de dizaines de personnes différentes. Aujourd'hui plus que jamais, avec la pandémie du COVID-19, les normes d'hygiène se durcissent.

Voici nos conseils pour nettoyer et bien désinfecter votre salle de lutte, sambo, grappling ou vos équipements de wrestling circuit.

MON VESTIAIRE vous accompagne afin de pratiquer votre discipline dans les meilleures conditions. Nous travaillons avec Defense Soap, le spécialiste de l'hygiène, partenaire de l'United World Wrestling.

Ce guide n'a pas vocation à remplacer les mesures gouvernementales, il a été conçu pour vous aider dans l'organisation de vos pratiques sportives.

RESTEZ ATTENTIF AUX MESURES GOUVERNEMENTALES



SOMMAIRE

+	LA SUEUR TRANSPORTE-T-ELLE VRAIMENT LES BACTÉRIES ?	4
+	NETTOYER ET DÉSINFECTER : QUELLES DIFFÉRENCES ?	6
+	QUELS PRODUITS UTILISER POUR BIEN DÉSINFECTER LE MATÉRIEL SPORTIF ?	8
+	LES BONNES HABITUDES À ADOPTER	10
+	NOTRE SÉLECTION DE MATÉRIEL DE NETTOYAGE	12
+	BON DE PRE-COMMANDE	24
+	POLITIQUE DE RETOUR	25

“UNE SEULE VIE POUR DEVENIR MEILLEUR”

La sueur transporte-t-elle vraiment les bactéries ?

Notre corps fabrique en permanence des déchets, que nos organes émonctoires (portes de sortie du corps) s'évertuent à éliminer. Cependant, l'analyse de la sueur, révèle qu'elle ne transporte pas de toxines (l'urée non plus d'ailleurs).

La sueur ou encore la salive forment un terrain propice où les bactéries aiment se développer.

C'est ainsi qu'on retrouve un taux considérablement élevé de bactéries sur les surfaces du matériel sportif en fin de journée : un million de germes sur 2 cm² !

La Lutte et ses disciplines associées sont des pratiques de duels sous forme de corps à corps, l'échange de ces bactéries est constant. Une bonne hygiène est indispensable afin de garantir la sécurité de tous.



Nettoyer et désinfecter : quelles différences ?

Ca a l'air propre, et pourtant

Un entretien régulier des salles de sport ne suffit pas à garantir une désinfection optimale du matériel : des microbes peuvent résister au nettoyage. D'où l'intérêt de désinfecter au maximum les surfaces de contacts.

Que signifie concrètement désinfecter ?

Désinfecter signifie tuer ou inactiver les virus :

En altérant leur structure : la bactérie ou le virus change de forme moléculaire et perd ses « pouvoirs ». En inhibant leur métabolisme : ils ne peuvent plus se développer et se reproduire.

Passer l'aspirateur ou éponger ne suffit pas à détruire les bactéries, qui seront déplacées tout au plus.



Désinfecter implique d'utiliser des produits ou des substances qui interagissent avec la structure même de la molécule. Il s'agit donc d'une action chimique. Certains produits naturels ont ce pouvoir, comme le citron, le vinaigre, l'alcool, le soleil et d'autres.

Les produits professionnels, eux, permettent de désinfecter une surface, sans l'abîmer.



Quels produits utiliser pour bien désinfecter votre matériel sportif ?

Ne faites pas les choses à moitié

Si certains mélanges faits maison fonctionnent réellement pour désinfecter, ceux-ci peuvent altérer de façon prématurée la surface sur laquelle ils sont appliqués. De plus l'utilisation de produits non adaptés à la peau peuvent provoquer des altérations de la peau.

Pour ne pas prendre le risque de devoir changer votre tapis de lutte ou votre matériel au bout de quelques années, utilisez des produits adaptés.

MON VESTIAIRE vous propose une offre de produits désinfectants adaptés au matériel sportif et à l'usage corporel tels que :

- Les sprays désinfectants
- Des lingettes désinfectantes
- Du nettoyeur pour sol désinfectant
- Du gel douche adapté

Chaque surface a son protocole de désinfection. Vous trouverez des recommandations d'utilisation sur la notice ou sur la fiche produit de chaque article. Veillez notamment à bien respecter les consignes de dilution, le cas échéant.

Enfin, **protégez vos mains avec des gants**, car les produits ne réagissent pas de la même façon selon qu'ils sont utilisés sur des surfaces inertes ou sur la peau.



L'hygiène des pratiquants
est primordiale



Les bonnes habitudes à adopter

ROUTINE DE NETTOYAGE

Si vous ne faites pas appel à une société de nettoyage, voici quelques recommandations à suivre.

- **Le matériel** : pulvérisez du spray professionnel désinfectant, puis passez un papier jetable pour essuyer. Quotidiennement, désinfectez les parties qui entrent en contact avec les mains ou les vêtements (dossiers, assises, pieds)..

- **Tapis de lutte** : Utilisez un vaporisateur afin de répartir le produit désinfectant sur l'ensemble de la surface de combat y compris les protections murales le cas échéant. Cette désinfection doit être réalisée après chaque utilisation de l'aire de combat.

- **Avant la pratique** : Assurez vous que chaque pratiquant s'est lavé les mains et ne présente pas de symptômes contre-indiquant la pratique sportive. Après vérification le pratiquant pourra rejoindre l'aire de pratique en passant au préalable ses chaussures dans la station de lavage disposée auprès du tapis.

- **Durant la pratique** : Assurez-vous que les pratiquants quittant l'aire de combat suivent le même protocole avant de rejoindre le tapis :

- Nettoyage et désinfection des mains
- Passage dans la station de lavage des chaussures.

Lors de la pratique du **wrestling circuit** le matériel devra dans la mesure du possible être attribué à une seule personne (prévoir donc assez de matériel pour chaque pratiquant). L'idéal serait de mettre à disposition des lingettes désinfectantes afin de laver le matériel après chaque séance.

Les lingettes et le spray garantissent la bonne hygiène des équipements. Ces produits sont efficaces contre une grande variété de microbes et empêchent la propagation de bactéries et de virus entre les utilisateurs.



STATION DE LAVAGE POUR CHAUSSURES - DEFENSE

● TYPE : HYGIENE

● PRIX : 65 €



DEF-01

RENSEIGNEMENTS :

Cette station de lavage permettra de désinfecter les chaussures de lutte avant de monter sur le tapis.

Contient :

- 1 Station en plastique très robuste
- 1 tapis à surface de récurage
- 1 gallon (=3.7 litres) de produit désinfectant
- 1 serviette surper-absorbante

Composition :

- Huile d'arbres à thé et eucalyptus
- Sans parabène, sans sulfates, sans colorant ni parfum

RECHARGE STATION



- TYPE : HYGIENE
- PRIX : 15 €

RENSEIGNEMENTS :

Recharge pour station de lavage pour chaussures

- 1 gallon (=3.7 litres) de produit désinfectant



DEF-02



SPRAY EQUIPEMENT

• TYPE : HYGIENE

• PRIX : 19 €



DEF-03

RENSEIGNEMENTS :

Le Spray pour équipement Défense Soap 32 oz est un nettoyant pour équipement de pointe qui utilise des ingrédients naturels pour débarrasser votre équipement des bactéries présentes sur les tapis et dans votre gymnase.

- Il suffit de verser le 4 oz. bouteille de concentré dans vos 32 oz. vaporisateur et remplir avec de l'eau
- Vaporiser et essuyer, c'est tout ce que vous avez à faire pour garder votre équipement propre et frais

Les équipements de Defense Soap en aérosol ont été développés pour les tapis muraux, les sacs lourds et tout autre équipement pouvant être utilisé par les athlètes de combat pendant l'entraînement.

Le spray pour équipement de Défense Soap n'est PAS conçu pour les surfaces de marche, y compris les tapis de lutte.

SPRAY ANTIMICROBIEN - PEAU

- TYPE : HYGIENE
- PRIX : 13 €



DEF-04

RENSEIGNEMENTS :

Le vaporisateur antimicrobien avancé Hypochlorous peut être utilisé sans danger sur toutes les parties du corps, du visage et de la tête pour aider à prévenir un large éventail d'infections cutanées.

Le produit Défense Soap antimicrobienne de la peau peut détruire les micro-organismes nuisibles, mais il est complètement non toxique et sans danger pour tous les types de peau. Pensez-y comme un premier intervenant pour aider à prévenir les infections cutanées. Le Nettoyant Antimicrobien pour la Peau de Défense est essentiel à avoir dans votre salle d'entraînement, où vous vous entraînez ou dans votre sac d'équipement.

- Approuvé par la Food and Drug Administration (chargée de protéger la santé publique aux USA)
- Nettoyant antimicrobien pour la peau et les plaies
- Non-toxique
- Aucun résidu chimique sans rinçage
- Non irritant
- Sans parfum ajouté
- Sans alcool

LINGETTES CORPS

- TYPE : HYGIENE CORPORELLE
- PRIX : 12 €



DEF-05

RENSEIGNEMENTS :

Les lingettes corporelles Defense Soap contiennent les mêmes huiles essentielles naturelles combattant les maladies que les savons et gels de la même gamme..

Les lingettes pour le corps sont un excellent choix lorsque la douche n'est pas possible pendant au moins deux heures.

Que ce soit entre deux matchs, pendant les entraînements ou juste pour essuyer l'équipement, les lingettes corporelles Defense Body constituent la solution idéale pour garder votre peau en santé pendant vos déplacements. Chaque contenant contient 40 lingettes.

Ingrédients: 1% d'huile de théier australienne et 1% d'huile d'eucalyptus.

NE CONTIENT AUCUN COMPOSE PÉTROCHIMIQUE, TRICLOSAN OU SULFATE DE LAURYLE SODIQUE

LINGETTES CORPS - 400

• TYPE : HYGIENE CORPORELLE

• PRIX : NOUS CONTACTER

RENSEIGNEMENTS :

Les lingettes corporelles Defense Soap contiennent les mêmes huiles essentielles naturelles combattant les maladies que les savons et gels de la même gamme.

Les lingettes pour le corps sont un excellent choix lorsque la douche n'est pas possible pendant au moins deux heures.

Que ce soit entre deux matchs, pendant les entraînements ou juste pour essuyer l'équipement, les lingettes corporelles Defense Body constituent la solution idéale pour garder votre peau en santé pendant vos déplacements. Chaque contenant contient 400 lingettes.

Ingrédients: 1% d'huile de théier australienne et 1% d'huile d'eucalyptus.

NE CONTIENT AUCUN COMPOSE PÉTROCHIMIQUE, TRICLOSAN OU SULFATE DE LAURYLE SODIQUE



DEF-06

GEL DOUCHE - 3,7L

- TYPE : HYGIENE
- PRIX : NOUS CONTACTER



DEF-07

RENSEIGNEMENTS :

Defense Gel douche - One Gallon soit 3,7L de gel douche.

Gel douche de défense. 8 fl oz (240ml) ORGANIQUE. Ce savon liquide est formulé de la même manière que le Bar Savon de la même gamme. Les meilleures huiles essentielles naturelles pour combattre les bactéries sont infusées dans ce gel douche de haute qualité. Votre peau sera nettoyée, protégée et nourrie en douceur.

NE CONTIENT AUCUN COMPOSE PÉTROCHIMIQUE, TRICLOSAN OU SULFATE DE LAURYLE SODIQUE

Caractéristiques :

- Huiles saponifiées de noix de coco et d'olive
- Huile de jojoba
- Extrait de gomme végétale / glycérine
- Aloe Vera
- TeaTree et huile d'eucalyptus

SAVON - CLEAN HUGS

• PARFUM : MULTIPLE

• PRIX : 8 €

RENSEIGNEMENTS :

Le savon Citron et Menthe poivrée de chez CLEAN HUGS purifiera et tonifiera la peau après les entraînements. L'huile essentielle de niaouli a des propriétés antifongiques puissantes qui permettent de prévenir les maladies de peaux provoquées par l'irritation de l'épiderme et les surfaces de combat intensément fréquentées.

Composition :

- Voir site internet mon-vestiaire.com

Allergène :

- Voir site internet mon-vestiaire.com



CH-01



CH-02

PULVÉRISATEUR SANS FIL

- TYPE : HYGIENE SURFACE
- PRIX : NOUS CONTACTER



DEF-08

RENSEIGNEMENTS :

Ce pulvérisateur sans fil permet de nettoyer les surfaces de votre matériel sportif ainsi que le tapis de lutte.

- La charge électrostatique brevetée pénètre dans les produits chimiques pour fournir une pulvérisation mince et uniforme sur toutes les surfaces
- Ne pèse que 2,6kg. avec un réservoir plein
- La commodité sans fil permet un mouvement sans effort d'une pièce à l'autre
- La buse 3 en 1 vous permet de régler la taille des particules de pulvérisation en fonction de votre application
- Le réservoir rechargeable Easy Fill HDPE 0,97L vous permet de recouvrir jusqu'à 260m² sur un réglage de 40 microns
- La batterie au lithium-ion Victory 16,8 V vous permet d'exécuter entre 20 et 80 réservoirs sur une seule charge

PULVÉRISATEUR DORSAL



- TYPE : HYGIENE SURFACE
- PRIX : NOUS CONTACTER



DEF-09

RENSEIGNEMENTS :

Ce pulvérisateur permet de nettoyer toutes vos surfaces sportives

- La charge électrostatique en instance de brevet pénètre dans le produit chimique, offrant un jet fin et uniforme sur toutes les surfaces
- Le réservoir amovible en PEHD facile à remplir contient 8,5L de produit chimique, vous permettant de recouvrir jusqu'à 2136 m².
- La commodité sans fil permet un mouvement sans effort d'une pièce à l'autre
- La buse 3 en 1 vous permet de régler la taille des particules en fonction de votre application
- Tuyau de 4 pieds avec valve de libération rapide permet une portée confortable et une maniabilité maximale

NETTOYANT TAPIS ET SURFACES



- TYPE: HYGIENE
- PRIX: NOUS CONTACTER



DEF-10

RENSEIGNEMENTS :

Nettoyant pour tapis et surfaces

- Nettoyant quotidien au pH sûr et neutre
- N'émousse pas et n'endommage pas la finition des sols ou des tapis
- Nettoie les surfaces de saleté et autres sols sans rinçage requis
- Prépare les surfaces à désinfecter correctement
- Un parfum propre et frais

32fl oz

NETTOYANT ET DÉSINFECTANT POUR TAPIS

- TYPE : HYGIENE SURFACE
- PRIX : NOUS CONTACTER



DEF-11

RENSEIGNEMENTS :

Nettoyant concentré polyvalent qui tue le VIH-1, le SARM, l'hépatite B et C et d'autres virus

- Nettoyant, fongicide, mildewtat, virucide et désodorisant - tout en un
- Appliquer directement sur les tapis, les sols, les murs, les tables d'entraînement, les vestiaires ou les objets personnels
- Une dose de concentré mélangée avec de l'eau fait 3,7L de désinfectant à pleine puissance à 128 dilutions par bouteille



POLITIQUE DE RETOUR

Un produit est échangeable ou remboursable pour une période de **15 jours** (à l'exception des produits personnalisés, qui sont des ventes finales).

Pour effectuer un retour ou remboursement, le client devra entrer en contact avec **MON VESTIAIRE** afin de respecter la procédure de retour.

Le remboursement du produit, hors frais de livraison, se fera par le mode de paiement utilisé lors de l'achat.

Le renvoi du produit est à la charge du client.

Afin de bénéficier du remboursement, le produit devra être neuf et propre à la revente. Les étiquettes devront être présentes sur le produit.

Le produit devra être dans son emballage original. Tous les produits techniques feront l'objet d'une vérification de qualité lors du retour.

MON VESTIAIRE se réserve le droit de refuser tout retour qui serait jugé non-conforme.



LUTTONS ENSEMBLE
CONTRE LES VIRUS



MON-VESTIAIRE.COM

TÉLÉPHONE :
+33 06 01 01 69 15