

# PLAN DE DÉCONFINEMENT

## LONGE CÔTE/MARCHE AQUATIQUE

À partir du 15 août 2020

	<b>Pratiquant encadré</b> Pour des raisons de sécurité la fédération déconseille fortement la pratique individuelle	<b>Animateur diplômé encadrant dans un club FFRandonnée</b>
<b>i PRÉCAUTIONS</b>		
<b>Port du masque</b>	 Fortement déconseillé pendant la pratique, sauf dans les zones où il est rendu obligatoire Conseillé avant et après la sortie	
<b>Distanciation physique 4m2/pers</b>	 À adapter à la vitesse de progression et à la force du vent : 2 mètres minimum entre et/ou en latéral sauf pour la pratique en équipe	
<b>Utilisation de gel hydroalcoolique</b>	 Obligatoire pour utilisation avant et après la séance en cas d'absence d'eau et de savon	
<b>Si symptômes du COVID-19</b>	 Restez chez soi Prévenir immédiatement l'animateur si des signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie groupe	 Restez chez soi Prévenir immédiatement le Président du club si des signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie groupe
<b>Kit sanitaire personnel composé de :</b> 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle	 Préconisé pour utilisation avant et après la séance	 Obligatoire pour utilisation avant et après la séance
<b>Matériels liés à la pratique</b>	 Préconisation d'utilisation de son matériel personnel Prêt matériel par le club à organiser avec une désinfection systématique avec un produit désinfectant virucide norme EN 14476 -Échange de matériel entre participants non autorisé ou avec désinfection systématique	 Préconisation d'utilisation de son matériel personnel Prêt matériel et de tenue par le club à organiser avec une désinfection systématique avec un produit désinfectant virucide norme EN 14476 -Échange de matériel entre participants non autorisé ou avec désinfection systématique
<b>Vestiaires</b>	 Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	
<b>Locaux</b>	 Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	
<b>👤 PUBLICS</b>		
<b>Nombre</b>	 Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	
<b>😊 ENCADREMENT</b>		
<b>Inscription aux sorties</b>	 Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux	 Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux
<b>Animation</b>	 -Utiliser les infrastructures mises en place pour traverser la plage et la mise à l'eau. -Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisés	 -Organiser la traversée de la plage et la mise à l'eau en tenant compte des infrastructures mises en place et de la législation en vigueur. -Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisés -L'animateur et l'assistant rappellent les gestes barrières et participent à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique. -

	<b>Pratiquant encadré</b> Pour des raisons de sécurité la fédération déconseille fortement la pratique individuelle	<b>Animateur diplômé encadrant dans un club FFRandonnée</b>
<b>Conseils pédagogiques</b>	 Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant Les conseils pratiques ne donneront lieu à aucun contact physique	
<b>Protocole sanitaire dans le cadre d'une potentielle contamination</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>-En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants.</li> <li>-La personne malade devra consulter et se faire tester.</li> <li>-Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contamination.</li> <li>-Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>-L'animateur doit porter à connaissance des pratiquants les gestes barrières, les consignes et conseils de pratique, le protocole sanitaire en cas de signes de maladie ou de potentielle contamination.</li> <li>-En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants.</li> <li>-La personne malade devra consulter et se faire tester.</li> <li>-Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas (l'animateur peut l'inciter à communiquer ce résultat) ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contamination.</li> <li>-Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.</li> </ul>
 <b>TRANSPORTS</b>		
<b>Transport individuel</b>		<b>Conseillé</b>
<b>Transports en commun</b>		Dans le strict respect des gestes barrières et dans la mesure du possible de la distanciation physique
<b>Covoiturage et mini-bus</b>		Avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières, en ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet
 <b>ESPACE DE PRATIQUE</b>		
<b>Législation en vigueur :</b> Préfecture, Mairie, ONF, Parc Naturel, Parc urbain, espace maritime...	 <ul style="list-style-type: none"> <li>-Sur des sites répertoriés, homologués et labellisés FFRandonnée</li> <li>-En accord avec la municipalité</li> <li>-Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>-À organiser sur des sites répertoriés, homologués et labellisés FFRandonnée</li> <li>-En accord avec la municipalité</li> <li>--Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque</li> </ul>
<b>Espace de pratique</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>-Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)</li> </ul>	 Favoriser les espaces et itinéraires les moins fréquentés et adapter l'horaire des séances à la fréquentation pour limiter les contacts avec autres pratiquants de sports aquatiques et nautiques Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)
<b>Département 13 et 75</b>		Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation
 <b>CONVIVALITÉ</b>		
<b>Partage de repas, pots, festivités</b>	 À éviter	 À ne pas organiser
<b>Discussions en présentiel</b>		Avec distanciation et masque si possible

	Pratiquant encadré Pour des raisons de sécurité la fédération déconseille fortement la pratique individuelle	Animateur diplômé encadrant dans un club FFRandonnée
 <b>MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC COMPÉTITIONS</b>	 Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 personnes	
 <b>SÉJOURS ET VOYAGES</b>		Autorisés
 <b>FORMATION</b>	 Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillées en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	 Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillées en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation
 <b>ACCIDENT</b>	 Les pratiquants portant secours ou ayant été secourus devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé	 Les animateur portant secours ou ayant été secourus devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé
 <b>VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ</b>	<b>Votre club</b>  <b><u>Votre comité départemental</u></b>  marcheaquatique@ffrandonnee.fr	<b><u>Votre comité départemental</u></b>  marcheaquatique@ffrandonnee.fr

Suivez les recommandations de la FFRandonnée et l'évolution du plan de reprise de l'activité régulièrement mis à jour sur le site [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)