



PLAN DE DÉCONFINEMENT

PRATIQUANT NON ENCADRÉ

À partir du 15 août 2020

 PRÉCAUTIONS	
Port du masque	 Fortement déconseillé pendant la pratique, sauf dans les zones où il est rendu obligatoire Conseillé avant et après la sortie
Distanciation physique : 4m2/pers	 A adapter à la vitesse de progression : 1 mètre minimum entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h, 2 mètres minimum pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h, 1 mètre minimum en latéral. A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)
Utilisation de gel hydroalcoolique	 Obligatoire
Si symptômes du COVID-19	 Restez chez soi
Kit sanitaire personnel composé de : 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle	 Préconisé
Matériels liés à la pratique	 Utilisation du matériel personnel
Vestiaires	 Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
Locaux	 Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
 PUBLICS	
Nombre	 Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et sur la voie publique en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux
 ENCADREMENT	
Protocole sanitaire dans le cadre d'une potentielle contamination	 <ul style="list-style-type: none"> -En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie, le pratiquant doit prévenir immédiatement les autres éventuels participants à la sortie. Il devra consulter et se faire tester. -Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne reprendre ses activités collectives qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contamination. -Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.
 TRANSPORTS	
Transport individuel	 Conseillé
Transports en commun	 Dans le strict respect des gestes barrières et dans la mesure du possible de la distanciation physique
Covoiturage et mini-bus	 Avec port du masque 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
 ESPACE DE PRATIQUE	
Législation en vigueur : Préfecture, Mairie, ONF, Parc Naturel, Parc urbain, espace maritime...	 Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter
Espace de pratique	 Favoriser les espaces et les itinéraires les moins fréquentés. Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)
Département 13 et 75	 Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation

 CONVIVIALITÉ	
Partage de repas, pots, festivités	 À éviter Avec masque ou distanciation
Discussions en présentiel	 Avec distanciation et masque si possible
 MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC COMPÉTITIONS	 Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 personnes
 SÉJOURS ET VOYAGES	 Autorisés
 ACCIDENT	 Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence
 VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ	<u>Votre comité départemental</u> info@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**