

PLAN DE DÉCONFINEMENT PRATIQUANT NON ENCADRÉ

Du 11 mai au 1er juin

 PRÉCAUTIONS	
Port du masque	 Conseillé avant et après la sortie Non conseillé pendant l'activité sauf si la distanciation physique ne peut être respectée
Distanciation physique : 4m²/pers	 A adapter à la vitesse de progression (2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h, 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h, 1,5 mètres sur les côtés) et 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
Attestation	 Sans attestation
Durée de pratique	 Sans limitation de durée de pratique
Vestiaires	 Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
Locaux	 Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
 PUBLICS	
Type	 Tous les publics
Nombre	 -10 personnes maximum -5 personnes maximum pour ceux susceptibles de développer une forme grave de Covid-19
 ENCADREMENT	
Protocole sanitaire dans le cadre d'une potentielle contamination	 -En cas de signe 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	 À éviter, avec masque ou distanciation
Covoiturage	 À éviter sauf pour personnes vivant sous le même toit
 ESPACE DE PRATIQUE	
Lieu de pratique	 Au plus proche du domicile, ou à moins de 100 km ou dans son département

<p>Législation en vigueur : Préfecture, Mairie, ONF, Parc Naturel, Parc urbain, espace maritime...</p>	<p> Dans les espaces ouverts autorisés et en fonction de la situation sanitaire de chaque territoire (zone rouge ou verte) A vérifier localement et à respecter</p>
<p>Cotation</p>	<p> -Éviter technicité et risques élevés -Éviter toute sortie nécessitant une sécurisation par contact physique -Reprise de l'activité, donc débiter avec des sorties faciles puis augmenter progressivement le niveau</p>
<p>Espace de pratique</p>	<p> -Privilégier les itinéraires balisés -Favoriser les espaces et les itinéraires les moins fréquentés</p>
<p> CONVIVALITÉ</p>	
<p>Partage de repas, pots, festivités</p>	<p> À éviter Avec distanciation ou distanciation</p>
<p>Discussions en présentiel</p>	<p> Avec distanciation et masque si possible</p>
<p> COMPÉTITIONS</p>	<p> interdites</p>
<p> MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC</p>	<p> interdites</p>
<p> SÉJOURS ET VOYAGES</p>	<p> Pas conseillé</p>
<p> ACCIDENT</p>	<p> 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</p>
<p> VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ</p>	<p><u>Votre comité départemental</u> info@ffrandonnee.fr</p>

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