



PLAN DE DÉCONFINEMENT

RANDONNEUR INDIVIDUEL / FAMILIAL

Du 11 mai au 1er juin

 PRÉCAUTIONS	
Port du masque	 <p>Conseillé avant et après la sortie Non conseillé pendant l'activité</p>
Distanciation physique	 <p>Distanciation obligatoire à adapter : 2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h , 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h</p>
Utilisation de gel hydroalcoolique	 <p>Obligatoire</p>
Si symptômes du COVID-19	 <p>Restez chez soi</p>
Kit sanitaire personnel composé de : 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle	 <p>Préconisé</p>
Matériels liés à la pratique	 <p>Utilisation du matériel personnel</p>
Attestation	 <p>Sans attestation</p>
Durée de pratique	 <p>Sans limitation de durée de pratique</p>
Vestiaires	 <p>Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire</p>
Locaux	 <p>Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire</p>
 PUBLICS	
Tous les licenciés	 <p>-10 personnes maximum -5 personnes maximum pour les personnes à risque</p>
 TRANSPORTS	
Transport individuel	 <p>Conseillé</p>
Transports en commun	 <p>À éviter, avec masque si utilisation</p>
Covoiturage	 <p>À éviter sauf pour personnes vivant sous le même toit</p>
 ESPACE DE PRATIQUE	
Lieu de pratique	 <p>Au plus proche du domicile et à moins de 100 km</p>
Legislation en vigueur	 <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>
Cotation	 <p>-Éviter technicité et risques élevés -Éviter toute sortie nécessitant une sécurisation par contact physique -Reprise de l'activité, donc programmer des sorties faciles au départ puis augmenter progressivement</p>
Espace de pratique	 <p>Favoriser les espaces et les itinéraires les moins fréquentés</p>



CONVIVIALITÉ

Partage de repas, pots, festivités



À éviter
Avec distanciation pour le pique-nique

Discussions en présentiel



Avec distanciation et masque
si possible



COMPÉTITIONS



interdites



MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC



interdites



SÉJOURS ET VOYAGES



Pas conseillé



ACCIDENT



Porter un masque et se désinfecter les
mains avant de porter secours,
sauf urgence



VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ

Votre comité départemental

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