A.S.T.A.

Association Sportive et Culturelle Notre-Dame de Toutes-Aides

PLAN DE REPRISE D'ACTIVITE

Post confinement lié à l'épidémie de Covid-19

Mise à jour du 15/06/2020

Siège social : Salle Joseph Olivier - 9, rue des Epinettes – 44300 NANTES – **Tél.** 02 40 49 97 73
Courriel : contact@asta.fr – Site : www.asta.fr - Siret n° 78835343100018 – Agrément sportif n° 44S36 – Agrément culturel n° 44.110

SOMMAIRE

1. PROTOCOLE SANITAIRE À LA REPRISE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 DES ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION 1

1.1. INTRODUCTION 1

1.2. CONTEXTE 1

1.2.1. Activités sportives 1

1.2.2. Activités d'action culturelle et d'éducation artistique et culturelle 2

1.3. RECOMMANDATION SANITAIRES GENERALES 2

1.4. ORGANISATION DES ESPACES & MESURES GENERALES 3

1.4.1. Planning d'occupation 3

1.4.2. Demande de créneaux 3

1.4.3. Affichage 3

1.4.4. Accueil 3

1.4.5. Vestiaires et sanitaires 3

1.4.6. Bungalows 3

1.4.7. Autres locaux de rangements 4

1.4.8. Ventilation des locaux 4

1.5. ORGANISATION DES PRATIQUES 4

1.5.1. Formulaire de reprise d'activité 4

1.5.2. Traçabilité des pratiquants et de l'encadrement 4

1.5.3. Reprise progressive 4

1.5.4. Consignes à respecter lors des séances d'entraînement 5

1.5.5. Consignes à respecter toutes activités 5

1.6. LES DIX RÈGLES D'OR ÉDICTÉES PAR LE CLUB DES CARDIOLOGUES DU SPORTS 7

1.7. LES BONS REFLEXES A ADOPTER 8

2. PROTOCOLE SANITAIRE À LA REPRISE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 SPÉCIFIQUE À CHAQUE ACTIVITÉ 9

2.1. LISTE DES REFERENTS COVID-19 PAR SECTIONS 9

2.1.1. Sections Sports Individuels & Collectifs 9

2.1.2. Sections Activités Culturelles & de Loisirs 9

2.2. PROTOCOLE SANITAIRE BASKET 10

2.3. PROTOCOLE SANITAIRE BOULE LYONNAISE 12

2.4. PROTOCOLE SANITAIRE GYMNASTIQE SANTÉ BIEN-ÊTRE 14

2.5. PROTOCOLE SANITAIRE RANDONNÉ PÉDESTRE 18

2.6. PROTOCOLE SANITAIRE ROLLER SPORTS 19

2.6.1. Protocole sanitaire Roller Sports : Artistique 21

2.6.2. Protocole sanitaire Roller Sports : Course 25

2.6.3. Protocole sanitaire Roller Sports : Rink Hockey 28

2.6.4. Protocole sanitaire Roller Sports : Roller Hockey 30

2.7. PROTOCOLE SANITAIRE TENNIS DE TABLE 33

2.8. PROTOCOLE SANITAIRE HARMONIE 36

2.9. PROTOCOLE SANITAIRE LOISIRS 39

2.9.1. Fiches d'activités 39

3. ANNEXES 45

3.1. ANNEXE N° 1 : Affiches gestes barrières 45

3.2. ANNEXE N° 2 : Formulaire de reprise 50

3.3. ANNEXE N° 3 : Listing participants 51

Avertissement : Toutes les activités présentées dans les «Fiches des Fédérations Sportives et Culturelles» doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales et du protocole sanitaire à la reprise, post confinement lié à l'épidémie de Covid-19, des activités de l'Association ASTA.

Ce plan de reprise comprend deux parties qui sont indissociables et leur lecture successive est absolument nécessaire.

Le non-respect du protocole Covid-19, dans son intégralité, entraînera d'office la suspension des activités de la section ou de la discipline concernée.

1. PROTOCOLE SANITAIRE À LA REPRISE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 DES ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION

1.1. INTRODUCTION

Ce plan de continuité s'inscrit dans les démarches de prévention et de lutte contre l'épidémie COVID-19. Il prend en considération les préconisations gouvernementales, les recommandations des fédérations sportives ainsi que les décisions prises par l'association. Les dispositions du présent plan de reprise d'activités portent pour l'instant sur la période à partir du 2 juin.

Elles seront mises à jour régulièrement en fonction de nos propres contraintes et de l'évolution des mesures organisationnelles qui nous seraient imposées par le gouvernement.

Ce plan concerne permettra de répondre à une double exigence :

- Autoriser une reprise partielle de certaines activités autorisées
- Permettre aux usagers d'accéder dans les espaces dédiés à leur activité en toute connaissance de cause par rapport aux risques de contagion du virus Covid-19.

La mise en œuvre de ce plan implique de profonds changements dans l'organisation de notre association et de l'ensemble des sections, puisqu'il s'agit de mettre en œuvre des mesures sanitaires exceptionnelles.

Toutes les mesures collectives et individuelles qui sont mises en œuvre ont pour but de vous permettre de reprendre vos activités à l'ASTA dans des conditions favorables et sécurisées. Elles visent à garantir la santé, la sécurité et les conditions de travail de nos salariés.

1.2. CONTEXTE

Le Premier Ministre a annoncé, le 28 mai 2020, la phase 2 du plan de sortie du confinement, le Décret n° 2020-663 du 31 mai 2020 vient préciser les mesures de reprise d'activités.

En application de ce décret, le Ministère des Sports a précisé les mesures qui s'appliquent au monde sportif.

De son côté, le ministère de la culture a diffusé un document d'aide à la reprise des activités d'action culturelle et d'éducation artistique et culturelle.

1.2.1. Activités sportives

Pour les départements classés en **ZONE VERTE**, la réouverture des établissements classés PA et X dès le 2 juin (Établissement sportif clos et couvert, salle omnisports, piscine couverte, transformable ou mixte, Salle polyvalente sportive de moins de 1 200 m² ou d'une hauteur sous plafond de plus de 6,50 m) et aux conditions suivantes (art. 43) :

- pas plus de 10 personnes simultanées dans l'établissement ;
- respect de la distanciation physique spécifique aux activités sportives impératif entre les pratiquants (10m pour une activité physique comme la course, 5m pour une activité à intensité modérée) ;
- vestiaires collectifs fermés et inaccessibles ;
- pas de contact entre les pratiquants ;
- application des gestes barrières ;
- port du masque obligatoire dès 11 ans sauf pour la pratique d'activités sportives ;

- interdiction des sports de combat ;
- interdiction des sports collectifs.

1.2.2. Activités d'action culturelle et d'éducation artistique et culturelle

Pour tous les départements classés en **ZONE VERTE**, la réouverture des répétitions et cours qui ont lieu dans des locaux classés L (salles d'auditions, de conférences, de réunions, de spectacles ou à usage multiple) aux conditions suivantes (art. 45. III) :

- les personnes accueillies ont une place assise ;
- une distance minimale d'un mètre, voir 1,5m, est laissée entre chaque personne ;
- l'accès aux espaces permettant des regroupements est interdit, sauf s'ils sont aménagés de manière à garantir les mesures de distanciation sociales ;
- le port du masque est obligatoire sauf pour la pratique d'activités artistiques ;
- le nombre de personnes pouvant être accueillies dépend de la surface de la salle permettant le respect des mesures barrières.

Par rassemblement limité à 10 personnes, encadrement compris, il convient bien de considérer qu'il s'agit là d'une mesure des flux de personnes présentes simultanément à un endroit donné sur un même site (voie publique, lieux de pratique publics ou privés). Ces flux doivent respecter en leur sein les règles de distanciation physique.

1.3. RECOMMANDATION SANITAIRES GENERALES

1.3.1. Pour les personnes ayant contractées le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le covid-19) ou ayant été en contact avec des malades confirmés une consultation médicale s'impose avant la reprise ;

1.3.2. Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée durant le confinement et/ou présentant une pathologie chronique, il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive ;

1.3.3. Pour tous les sportifs, il est recommandé une reprise progressive de l'activité sportive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort et de limiter les risques d'accident, notamment cardiaque, musculaires ou articulaires, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort ;

Le signalement de tous signes ou symptômes évocateurs d'une atteinte par le Covid-19 impose un arrêt de l'entraînement, son isolement immédiat et une prise en charge médicale, à savoir :

- Douleur thoracique (dans la poitrine)
- Dyspnée (essoufflement anormal)
- Palpitations (sensation que votre cœur bat trop vite ou irrégulièrement)
- Variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort
- Perte brutale du gout et/ou de l'odorat
- Fatigue anormale
- Température supérieure ou égale à 38 au repos à distance de l'activité
- Reprise ou apparition d'une toux sèche

1.4. ORGANISATION DES ESPACES & MESURES GENERALES

1.4.1. Planning d'occupation

Les plannings actuels d'occupation **des salles de l'ASTA,** salle de sport et locaux associatifs, (entraînements ou réunions) ne sont pas conservés. Il en va de même pour les **salles municipales**.

1.4.2. Demande de créneaux

Toute demande de créneau devra indiquer le nom du responsable ou encadrant, l'horaire du début et de fin de séance qu'il sera impératif de respecter. Le nombre de participants ne devra pas dépasser 10. Les plannings seront adaptés afin de réguler les flux de circulation.

Un battement d'une ½ heure sera appliqué entre chaque séance d'entraînement ou de chaque réunion, de façon, à éviter les croisements et permettre le nettoyage et la désinfection. Celle-ci est à la charge de l'occupant et placé sous la responsabilité du responsable ou de l'encadrant.

1.4.3. Affichage

Les consignes sanitaires (distanciation, lavage des mains, liste des symptômes du Covid-19) sont affichées sur tous les lieux, de pratique et de réunion, ouverts (SAS d'entrée, Bar, Billard, Tennis de Table, Harmonie, Salle de sport).

Chaque utilisateur à l'obligation de respecter les gestes barrières et la distanciation ainsi que l'interdiction d'accéder aux équipements fermés et aux vestiaires.

1.4.4. Accueil

Pour tous les adhérents (sportifs ou non), les bénévoles et les salariés le port du masque est obligatoire lors des phases d'accueil. Un rappel systématique des gestes barrière sera fait à chaque nouvel arrivant. Du gel hydro-alcoolique, du produit désinfectant et essuie tout sont mis à votre disposition. L'accès du public reste interdit jusqu'à nouvel ordre.

1.4.5. Vestiaires et sanitaires

Il est interdit d'utiliser les vestiaires de la salle de sport y compris les douches et d'y déposer des affaires personnelles. Afin de pouvoir utiliser l'un des sanitaires PMR, il sera possible d'y accéder par le vestiaire **A**. Dans ce cas-là, une seule personne à la fois sera autorisée. Avant et après usage des toilettes les personnes devront se laver soigneusement les mains. Quand cela est possible laisser les fenêtres ouvertes pendant l'occupation.

Le sanitaire accessible par la salle de réunion/Billard reste disponible aux usagers. Avant et après usage des toilettes, les personnes devront se laver soigneusement les mains et procéder à la désinfection. L'utilisation de la douche est interdite.

1.4.6. Bungalows

Les bungalows de rangements de matériel ne sont pas utilisables dans l'immédiat. Le bungalow de la section Boule Lyonnaise ne sera accessible que si les conditions de distanciation et les gestes barrière sont respectés. Dans tous les cas, le nombre maximum de personnes autorisé en même temps est de 2. Le local devra être désinfecté après usage (table, chaises, bans, bar, réfrigérateur, poignées de porte…) en utilisant les produits mis à disposition. La liste des présents sera tenue à jour.

1.4.7. Autres locaux de rangements

Les autres locaux de rangements sont soumis aux mêmes règles que les bungalows. Toutefois, il sera possible, ponctuellement et sous réserve d'un protocole soumis à approbation, d'y accéder pour organiser, par exemple, des retours de matériel. Les dépôts d'équipements devront obligatoirement se faire sur rendez-vous. Les locaux devront être désinfectés après usage en utilisant les produits mis à disposition.

Le port du masque, le respect des gestes barrières ainsi que la tenue de la liste des participants sont de rigueur.

1.4.8. Ventilation des locaux

Les portes étant fermées pour des raisons de sécurité, le responsable ou l'encadrant devront, avant l'utilisation des espaces, ouvrir les portes et les laisser ouvertes pendant leur séance, de façon à ventiler au maximum (15 minutes au moins après chaque utilisation). Ils devront être vigilants concernant les lieux sans fenêtre (vérification des VMC et aérations).

1.5. ORGANISATION DES PRATIQUES

1.5.1. Formulaire de reprise d'activité

Chaque licencié ou adhérents de l'ASTA s'engage à signer le formulaire qui définit les conditions auxquelles il peut accéder aux installations dans le contexte de sortie du confinement instauré en raison de la crise sanitaire COVID-19. Cette possibilité d'accès et les engagements pris par la signature de ce formulaire sont exclusivement réservés aux adhérents et aux licenciés de l'association, en cours de validité, à l'exclusion de toute autre personne.

1.5.2. Traçabilité des pratiquants et de l'encadrement

Les coordonnées de chaque pratiquant seront enregistrées par le responsable ou l'encadrant sur un cahier ou une fiche de présence suivant modèle en annexe. L'association s'engage à communiquer ces éléments aux services sanitaires qui en feraient la demande.

1.5.3. Reprise progressive

La reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

- Masque obligatoire pour les entraineurs ;
- Dans toutes les disciplines un échauffement peut être réalisé en extérieur pour réduire encore le temps d'activité à haut volume respiratoire dans un même espace ;
- Le respect de la distanciation physique spécifique aux activités sportives impératif entre les pratiquants. Les pratiques autorisées sont fondées sur l'absence de contact physique aussi devons-nous privilégier les activités favorisant :
    - La remise en forme (sans utilisation d'outils, sauf individuels) ;
    - Le travail technique ne nécessitant pas de contact physique ;
    - La réalisation de « jeux » pour les plus jeunes (sans contacts physiques).
- **Toute personne symptomatique sera invitée à quitter les lieux et à consulter.**

1.5.4. Consignes à respecter lors des séances d'entraînement

1.5.4.1. Les activités sportives impliquant ou favorisant les contacts entre les personnes ne sont pas autorisées ;

1.5.4.2. Les activités sportives autorisées ne peuvent donner lieu à des regroupements de plus de 10 personnes ;

1.5.4.3. L'éducateur sportif devra :

- expliquer, montrer et illustrer les gestes barrières ;
- les rappeler à chaque exercice ou situation ;
- privilégier les passages individuels dans les exercices ;
- matérialiser les espaces d'attente pour aider à la distanciation physique.

1.5.4.4. L'entraînement devra débuter 5 min après le début du créneau et finir 5 min avant afin d'éviter que les différents groupes ne se croisent ;

1.5.4.5. Un lavage à l'eau et au savon pendant au moins 30 secondes ou avec une solution hydro-alcoolique, avec un séchage soigneux de préférence avec une serviette en papier jetable, doit notamment être réalisé à l'arrivée et à la sortie de l'entrainement, après être allé aux toilettes, après s'être mouché et avoir toussé ou éternué ;

1.5.4.6. La tenue des entraînements ou activités en extérieur ou en salle de sports uniquement dans le strict respect de distanciation physique. Il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact au-delà de 1 m :

- 10m pour la pratique du vélo et de la course à pied ;
- 5m pour la marche rapide ;
- 1,50 m en latéral entre deux personnes ;
- pour les autres activités ne nécessitant pas de déplacement, prévoir un espace de 4 m2 minimum pour chaque pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique.

1.5.5. Consignes à respecter toutes activités

1.5.5.1. En intérieur (groupe)

- groupe ou sous-groupe de 10 personnes maxi (encadrant compris) ;
- respect des règles de distanciation physique dans chaque groupe (2 m entre chaque pratiquant, 4 m² par personne minimum) et entre les groupes (10 m recommandés).

1.5.5.2. Accès aux tribunes

L'accès aux tribunes est interdit à tout public, y compris les pratiquants, autant que possible afin de limiter les opérations de nettoyage et de désinfection. A défaut, la rangée du bas, étant la plus facilement accessible, pourra servir de zone de dépôt des effets personnels rangés dans des sacs

1.5.5.3. Equipement personnel

Les pratiquants doivent utiliser leur propre équipement de protection individuelle et leur matériel de pratique. Les échanges de matériel et d'outillage entre pratiquants, sans désinfection préalable, sont interdits.

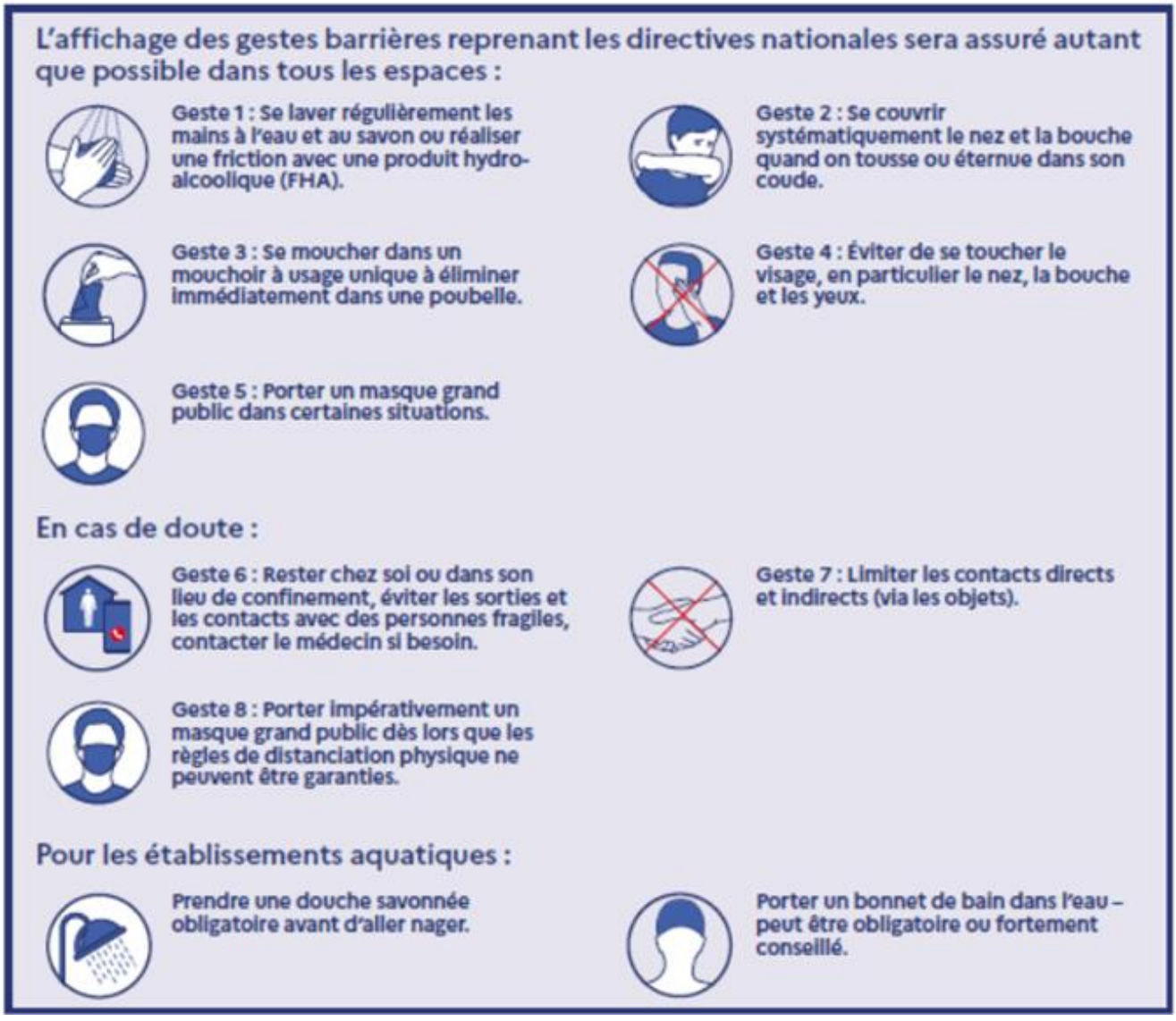
L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette...) est proscrit.

Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc.).

Du gel hydro-alcoolique sera mis à disposition. Il est cependant souhaitable que les pratiquants utilisent leur propre flacon notamment dans les équipements municipaux.

En fonction de l'âge des pratiquants l'encadrant doit superviser le lavage des mains et l'utilisation du gel hydro-alcoolique.

Le port du masque rend difficile la pratique de disciplines sportives. Il se justifie dans certaines situations OU les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.



1.6. LES DIX RÈGLES D'OR ÉDICTÉES PAR LE CLUB DES CARDIOLOGUES DU SPORTS

1/ Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort.*

2/ Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort.*

3/ Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.*

4/ Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives.

5/ Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.

6/ J'évite les activités intenses par des températures extérieures < – 5° ou > +30° et lors des pics de pollution.

7/ Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précédent ou suivent ma pratique sportive.

8/ Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.

9/ Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures).

10/ Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.

* Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.

https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or

1.7. LES BONS REFLEXES A ADOPTER

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

2. PROTOCOLE SANITAIRE À LA REPRISE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 SPÉCIFIQUE À CHAQUE ACTIVITÉ

Avertissement : Toutes les activités présentées dans les «Fiches des Fédérations Sportives et Culturelles» doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales et du protocole sanitaire à la reprise, post confinement lié à l'épidémie de Covid-19, des activités de l'Association ASTA.

Ce plan de reprise comprend deux parties qui sont indissociables et leur lecture successive est absolument nécessaire.

Le non-respect du protocole Covid-19, dans son intégralité, entraînera d'office la suspension des activités de la section ou de la discipline concernée.

2.1. LISTE DES REFERENTS COVID-19 PAR SECTIONS

2.1.1. Sections Sports Individuels & Collectifs

- BASKET ..... PAPIN Yohann
- BOULE LYONNAISE..... MAXIME Jacky
- GYMNASTIQUE SANTE BIEN-ETRE..... TROUVE Françoise
- RANDONNEE PEDESTRE (ASTAPAT) ..... BROS Marcelle
- ROLLER SPORTS
  - Artistique..... DOMINGIE Marie-Claire
  - Course ..... LE TILLY Soazig
  - Rink Hockey ..... CREFF Jean-Michel
  - Roller Hockey ..... MUGLIONI Loïc
- TENNIS DE TABLE..... BOUTON Alain

2.1.2. Sections Activités Culturelles & de Loisirs

- HARMONIE ..... DRODELOT Christophe
- LOISIRS ..... GOVIN Jean

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité des fédérations sont disponibles sur le site internet de chaque fédération.

2.2. PROTOCOLE SANITAIRE BASKET

MINISTÈRE DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

Stratégie nationale de déconfinement
Reprise des activités sportives
Période du 2 juin au 22 juin 2020

Fiche relative aux activités autorisées du 2 juin au 22 juin

FEDERATION FRANCAISE de BASKETBALL

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire

- **Les activités alternatives proposées :**

La reprise du basketball (5x5, 3x3 et Vivre Ensemble) sur des terrains couverts ou découverts permet une pratique respectueuse des recommandations sanitaires, dans la limite fixée de 10 personnes encadrement compris.
Les activités doivent se limiter à une pratique sans contact encadrée par un entraîneur diplômé autour de l'ensemble des registres de l'entraînement individuel (physique et technique) et de réathlétisation.
« La reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort. »
(cf. Page 5 du guide de recommandations sanitaires – Ministère des Sports – 11 mai 2020).

- **Les publics concernés et les lieux de pratique envisagés :**

Les publics concernés :
- Les pratiquants Basket, jeunes et seniors,
- Les scolaires,
- L'encadrement diplômé.

Les lieux de pratique :
Zone verte :
- Tous les établissements sont concernés,
- Dans la limite de 10 personnes (encadrement compris).

Zone orange :
- Pratique extérieure exclusive jusqu'au 22 juin,
- Dans la limite de 10 personnes (encadrement compris).

BASKET

Cas d'une séance en salle :
Limitation exigée des mouvements de 10 personnes (éviter les croisements, flécher les déplacements, les vestiaires sont fermés, inciter au huis-clos).

- Distance minimale de 2 m à observer entre le joueur et l'entraîneur,
- L'entraîneur est porteur d'un masque.

Les joueurs arrivent sans accompagnateur sur le terrain, en tenue et doivent amener leur propre gel hydro-alcoolique, leur boisson (identifiée) et laisser leur serviette dans leur sac.

- **Les aménagements imposés par le contexte sanitaire :**

Désignation d'un manager COVID-19 chargé, auprès des encadrants et des joueurs, de la communication et de l'application :

- Des recommandations médicales,
- Des mesures barrières,
- De la distanciation.

Lavage des mains systématique (ou friction de gel hydro alcoolique) pour l'entraîneur lorsqu'il change de joueur à entraîner.

Les ballons sont régulièrement nettoyés avec du gel hydro alcoolique, notamment quand il y a changement de joueur à entraîner.

L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique (désinfection, nettoyage des surfaces, du matériel pédagogique, sens de circulation, etc.) sont détaillés dans les protocoles fédéraux accessibles sur le site internet FFBB.com.

- **Le rythme de reprise des activités envisagé après le 2 juin (en fonction des contraintes sanitaires fixées) :**

Etape 2 :
Pratique du basket sans contact en effectif réduit :

- Formes de jeu sans croisement de joueurs à moins de 2m,
- Privilégier des enchaînements de jeu à 2, 3, 4 joueurs maximum.

Etape 3 :
Pratique collective sans mesure de distanciation (retour à la pratique normale des disciplines 5x5 & 3x3).

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale sont disponibles sur le site internet de la fédération.

2.3. PROTOCOLE SANITAIRE BOULE LYONNAISE

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

SPORT BOULES

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT BOULES

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- Reprise des activités individuelles en extérieur à compter du 11 mai

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés et les pratiquants

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

AUTORISÉES : les PRATIQUES INDIVIDUELLES

- Entrainement point et tir
- Tir de précision
- Opposition en Simple

INTERDITES : Les PRATIQUES COLLECTIVES

- Le double
- Le triple
- La quadrette
- Les tirs sportifs avec ramasseurs de boules

LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Désinfection des boules, buts et cinquante.
- Utilisation d'un but et d'un cinquante par joueur.
- Mettre un jeu de sécurité de part et d'autre du terrain et respecter les positionnements sur les différentes aires.
- Ramassage des boules en alternance.
- Ne pas se croiser lors des déplacements

BOULE LYONNAISE

ACTIVITÉ SPORTIVE

SPORT BOULES

NE JAMAIS TOUCHER UN OBJET QUI N'EST PAS LE SIEN

- Procéder à un aménagement des boulodromes extérieurs en neutralisant un terrain sur deux (zone de sécurité)

- Du matériel sera à disposition des clubs qui en feront la demande : gel hydro-alcoolique, masques, gants...

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur le site internet de la fédération : www.ffsb.asso.fr

2.4. PROTOCOLE SANITAIRE GYMNASTIQE SANTÉ BIEN-ÊTRE

PLAN DE LA REPRISE PROGRESSIVE DES ACTIVITÉS SPORTIVES DE LA FFEPGV À PARTIR DU 11 MAI 2020

À destination des clubs affiliés

(version du 14 mai 2020)

La reprise des activités sportives individuelles est autorisée depuis le 11 mai 2020 dans les espaces ouverts dans le respect des règles sanitaires décrites au chapitre 2 et pour un groupe de 10 personnes maximum.

Au regard de ces informations, ce plan de reprise vous propose d'aborder les conditions dans lesquelles il vous est possible de proposer, à nouveau, des activités sportives aux licenciés à partir du 11 mai 2020. **Les préconisations indiquées peuvent changer en fonction de l'état de la crise sanitaire, nous vous communiquerons les évolutions, le cas échéant.**

SOMMAIRE

1 - LES ACTIVITÉS UNIQUEMENT EN EXTÉRIEUR

2 - LES MESURES SANITAIRES À RESPECTER PAR TOUS ET L'INFORMATION DU PRATIQUANT

3 - LA SÉCURITÉ DES ANIMATEURS

4 - LES PUBLICS CONCERNÉS PAR LA REPRISE DES ACTIVITÉS EN CLUB

5 - LA POURSUITE DES ACTIVITÉS À DISTANCE

6 - L'ASSURANCE

7 - OÙ TROUVER DES FICHES D'ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR ?

Sources complémentaires :

- https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus
- Décret n° 2020-545 du 11 mai 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire _ Article 8

GYMNASTIQUE SANTÉ BIEN-ÊTRE

1 - LES ACTIVITÉS EN CLUB UNIQUEMENT EN EXTÉRIEUR

Les activités physiques en club peuvent être mises en place dans les conditions suivantes :

- **Séances de 10 personnes maximum (animateur compris).**
- **Séances exclusivement en extérieur (lieu adapté, sans passage et sécurisé).**
- Dans une limite de distance du domicile inférieure à 100 km.
- Dans le respect des règles sanitaires indiquées au point 6.

La reprise des activités sportives est possible sur tout le territoire national. Toutefois, dans les départements classés en zone rouge, les parcs et jardins resteront souvent fermés, il conviendra donc, dans ces zones, de vous rapprocher de la municipalité pour connaitre les lieux dans lesquels la pratique d'une activité physique encadrée est envisageable. Les vidéos en ligne sur le site fédéral (Sport Santé Chez Soi - https://www.sport-sante.fr/fr/adherents/seances-sport-sante-chez-soi.html) constituent un complément intéressant que les animateurs intégreront éventuellement à leur offre.

L'attestation de déplacement ne sera plus nécessaire.

Attention : Il est impératif de se renseigner auprès de la municipalité pour connaitre les restrictions locales à la pratique des activités sportives en extérieur, au niveau local ou préfectoral et s'informer des lieux ouverts à l'activité extérieure.

GYMNASTIQUE SANTÉ BIEN-ÊTRE

2 - LES MESURES SANITAIRES À RESPECTER PAR TOUS ET L'INFORMATION DU PRATIQUANT

En toutes circonstances, respecter les gestes barrières indiqués en bas de page.

AVANT LA SÉANCE, INFORMER LE PRATIQUANT :

- Par la remise d'une note d'information sur les mesures sanitaires à respecter.
- Par le rappel du port obligatoire d'une tenue adaptée à l'activité pratiquée (il ne pourra pas disposer de vestiaires pour se changer avant ou après la séance.
- Qu'il doit être en possession de gel hydroalcoolique.
- En lui préconisant un transport individuel pour se rendre sur le lieu de la séance.

PENDANT LA SÉANCE :

- Etablir un listing des personnes présentes lors des séances qui pourra éventuellement être communiqué aux autorités sanitaires en cas de demande.
- Respecter une distance physique minimum entre les pratiquants de **5 mètres** pour une activité physique et sportive modérée (Exemples: randonnées pédestres, marche nordique, marche active, body zen, yoga, tai chi, stretching,...) et de **10 mètres** pour une activité physique et sportive intense (exemple: jogging, vélo, cross training, zumba, LIA,...) - (Décret n° 2020-545 du 11 mai 2020).
- Séances de 10 personnes maximum (animateur compris).
- Séances exclusivement en extérieur sur des espaces autorisés et sécurisés.
- Utilisation d'un gel hydroalcoolique pour se laver les mains, avant et après la séance. Le port du gants est déconseillé par les autorités médicales.
- Les pratiquants doivent apporter leur propre matériel et ne jamais se l'échanger.
- Les pratiquants ne doivent pas utiliser les vestiaires qui peuvent être mis à disposition pour les activités de plein air et il est vivement conseillé d'éviter l'utilisation de toilettes publiques.
- Pas de contacts physiques entre pratiquants avant, pendant ou après la séance.
- Eviter d'utiliser le mobilier urbain lors de la séance (bancs, poteaux...).

GYMNASTIQUE SANTÉ BIEN-ÊTRE

3 - LA SÉCURITÉ DES ANIMATEURS

L'animateur, comme les pratiquants, doit respecter strictement les mesures sanitaires indiquées ci-dessus et les gestes barrières indiqués en bas de page.

Le port du masque est obligatoire pour l'animateur, dès lors qu'il sera amené à s'approcher d'un pratiquant à moins de 5 mètres, par exemple, pour corriger un exercice.

Le dialogue au sein de l'association est essentiel à une reprise en confiance des activités sportives. La reprise doit donc être discutée entre animateurs et dirigeants.

Seuls les animateurs ne présentant pas de risques de développer une forme grave d'infection au Covid-19 peuvent reprendre les cours en présentiel. La liste des personnes à risque est disponible sur le site du ministère de la santé (www.solidarites-sante.gouv.fr).

Les animateurs présentant un état de santé ne leur permettant pas de reprendre l'activité, doivent être placés en arrêt de travail par leur médecin traitant.

La reprise peut avoir lieu aux horaires habituels de cours ou à des horaires différents en accord avec l'animateur.

4 - LES PUBLICS CONCERNÉS PAR LA REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES EN CLUB

La reprise des activités en club concerne tous les publics. Toutefois, un risque élevé de développer une forme grave de l'affection au Covid-19 a été identifié et largement commenté pour certaines catégories de personnes.

- Les séances organisées en collaboration avec une institution (EHPAD, logements foyers, Ligue Contre le Cancer...) peuvent reprendre en accord avec les responsables de l'institution et selon des modalités garantissant la sécurité des résidents.
- Pour les séances organisées par le club : le licencié doit être libre de se rendre aux séances proposées par son club, au regard des recommandations de son médecin traitant et dans le respect des règles sanitaires.

2.5. PROTOCOLE SANITAIRE RANDONNÉ PÉDESTRE

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

RANDONNÉE PÉDESTRE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

L'accès aux plages reste par principe interdit et par conséquent la pratique du longe côte et des autres activités nautiques partant de la plage également. Le préfet dispose toutefois de la possibilité, sur proposition du maire, d'autoriser cet accès dans la mesure où les conditions de sécurité sanitaires nécessaires sont réunies.

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- A partir du 11 mai : Pratique individuelle encadrée ou non des activités de marche et randonnée (hors longe côte) dans la limite de 10 personnes maximum encadrement compris en privilégiant les sentiers balisés et peu fréquentés
- Pratique du longe côte sur les seules plages d'accès autorisé par l'autorité administrative

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous les licenciés fédéraux
- Tous les pratiquants

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Randonnée pédestre
- Raquette à neige
- Marche nordique
- Balisage
- Longe côte et marche aquatique (sites autorisés)

LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

Kit sanitaire personnel spécial Covid-19 fortement préconisé, constitué de : 1 masque, 1 flacon de gel hydro-alcoolique, lingettes désinfectantes, 1 morceau de savon, 1 sac poubelle.

2.6. PROTOCOLE SANITAIRE ROLLER SPORTS

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

ROLLER (course et randonnée), PATINAGE ET SKATEBOARD

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE ROLLER ET SKATEBOARD

Avertissement : **toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.**

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- A partir du 11 mai, pour les pratiques individuelles des activités et dans la limite de 10 personnes maximum encadrement compris.

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous les publics, à condition que les pratiquants soient autonomes et maitrisent les techniques permettant de maîtriser trajectoire, vitesse et arrêt en Roller ou en Skateboard.

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

Disciplines individuelles de plein air : Course et Randonnée

- Activité pratiquée seul ou en groupe de moins de 10 personnes en respectant les règles de distanciation proposées par le Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP) : « *2 mètres au moins entre chaque pratiquant, à tout moment et en tous points de l'activité, écartement qu'il est recommandé d'augmenter en fonction de la vitesse de déplacement (5 à 10 mètres).* »
- Respect des règles de distanciation latérale (1,5 mètre) lors des phases de dépassement ou de croisement.

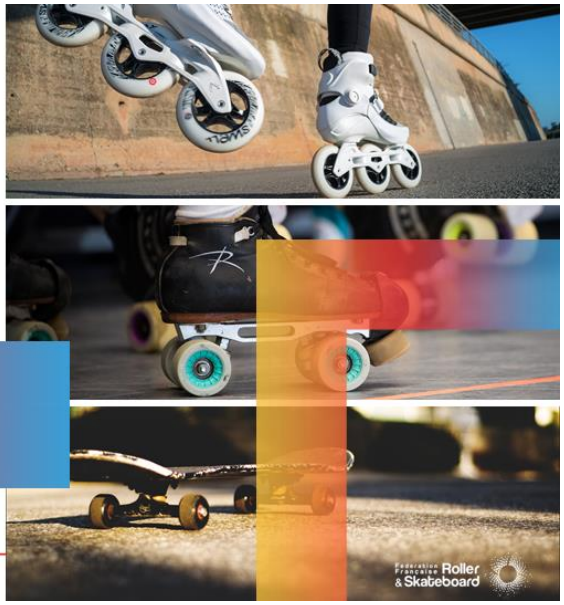
LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- **Disciplines individuelles pouvant être pratiquées en tout lieu autorisé (intérieur ou extérieur) : Freestyle, Patinage artistique et Skateboard**
- Ces activités doivent être pratiquées sur des lieux aménagés autorisés ou skate-parks extérieurs, par petits groupes (moins de 10 personnes, encadrement compris) dans le respect des règles sanitaires de distanciation interpersonnelle (2 mètres d'espace libre autour de chaque patineur ou skateur).

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur le site internet de la fédération : www.ffroller.fr

ROLLER SPORTS

Pas d'activité Hockey fauteuil



Recommandations pour le déconfinement du 11 mai

Ce qui est autorisé :
Sous réserve d'autorisation d'utilisation des équipements par les municipalités et communautés de communes

– En extérieur exclusivement :

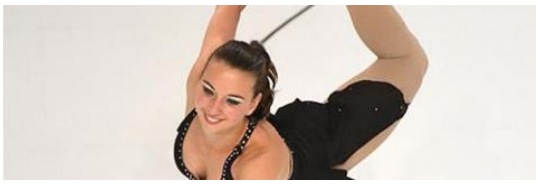
- Pratique individuelle ou par foyer domestique ou 10 personnes maximum ;
- 2 mètres de distance sociale en statique ;
- 10 mètres de distance sociale en déplacement (sous-entendu en période d'effort) ;
- 1,5 mètres d'écartement latéral ;
- Déplacement autorisé dans un rayon de 100 km maximum autour du domicile ;
- Sans limite de durée ;
- Pas d'attestation requise.

Ce qui est interdit :

– En espace intérieur :

- Sports collectifs, sports de contact, sports d'intérieur ;
- Regroupements dépassant 10 personnes.

2.6.1. Protocole sanitaire Roller Sports : Artistique



Rappel des règles en vigueur au 2 JUIN 2020

La FFRS, par le biais de sa commission artistique, souhaite vous accompagner suite aux récentes annonces du gouvernement concernant la réouverture des équipements sportifs couverts au 2 JUIN.

Le protocole présenté dans ce document ne peut se substituer aux préconisations locales; il vient en complément des mesures sanitaires imposées par certaines municipalités.

Mesures générales :
La réouverture des équipements sportifs couverts en zone verte est possible (sous réserve d'autorisation d'utilisation des équipements par les collectivités territoriales propriétaires)

- Ce qui est obligatoire :
  - 10 personnes maximum (éducateur inclus)
  - 2 mètres de distance sociale minimale en statique
  - 10 mètres de distance sociale minimale en déplacement
  - 1,5 mètre de distance sociale minimale en cas de croisement ou dépassement

- Ce qui est interdit :
  - Sports collectifs, Sports de contact
  - Contact physique entre les différents protagonistes de la séance
  - Le partage et l'échange de matériel
  - Interdiction d'utiliser des vestiaires
  - La pratique du couple et du patinage de groupe

- Ce qui est recommandé :
  - Le port du masque pour l'éducateur lorsque la distanciation sociale ne peut être maintenue

Roller Sports : Artistique

Préconisation pour la reprise en Artistique

- Accueillir :
  - Inviter les arrivants à rejoindre un espace dédié par foyer (enfants et parents)
  - Être séparé de 2 mètres minimum les uns des autres
  - Rappel des consignes sanitaires générales et spécifiques.
- Se chausser :
  - Arriver de préférence déjà changé. Sinon rejoindre l'espace pour se changer ou s'asseoir sur une serviette espacée de 2 mètres (respect des 4m2 en mode statique). Les parents sont invités à aider les enfants non autonomes à mettre les patins.
- Transmettre les consignes :
  - Rejoindre un par un l'espace dédié aux consignes de lancement des situations pédagogiques avec des postes espacés de 2 mètres minimum les uns des autres.
- Se Déchausser :
  - Rejoindre l'espace pour se changer
  - Les parents sont invités à aider les enfants à se déchausser
  - Retirer les vêtements de pratique à la maison si possible

Préconisation pour la reprise en Artistique

Adaptation de la distanciation en Artistique

Distance de pratique privilégiée : **10 mètres minimum**. Pourquoi ?

- La distance parcourue des gouttelettes émises par la respiration peuvent dépasser atteindre 10 mètres lorsque la personne est en mouvement.

Des exemples d'organisation de l'espace pour des groupes restreints sont proposées dans la suite du document pour respecter cette préconisation.

Situations pédagogiques à proscrire

Toutes les situations d'entraînement **en couple et en groupe** qui impliquent une **impossibilité de respecter les règles de distanciations préconisées**.

La distanciation ne serait pas respectée et le contact favorisé.

Préconisations particulières pour l'entraînement

Reprise de séance en effectif réduit (10 personnes maximum)

- Si vous avez plus de 10 personnes dans votre club, privilégiez les séances d'entraînement plus courtes afin de pouvoir proposer **plusieurs créneaux d'entraînement** le même jour.
- Veillez à reprendre entraînement avec une **intensité progressive** afin de prendre en considération le temps d'inactivité dû au confinement
- Soyez vigilant concernant **l'utilisation de matériel pédagogique** qui nécessite une désinfection systématique.

Situations pédagogiques adaptées

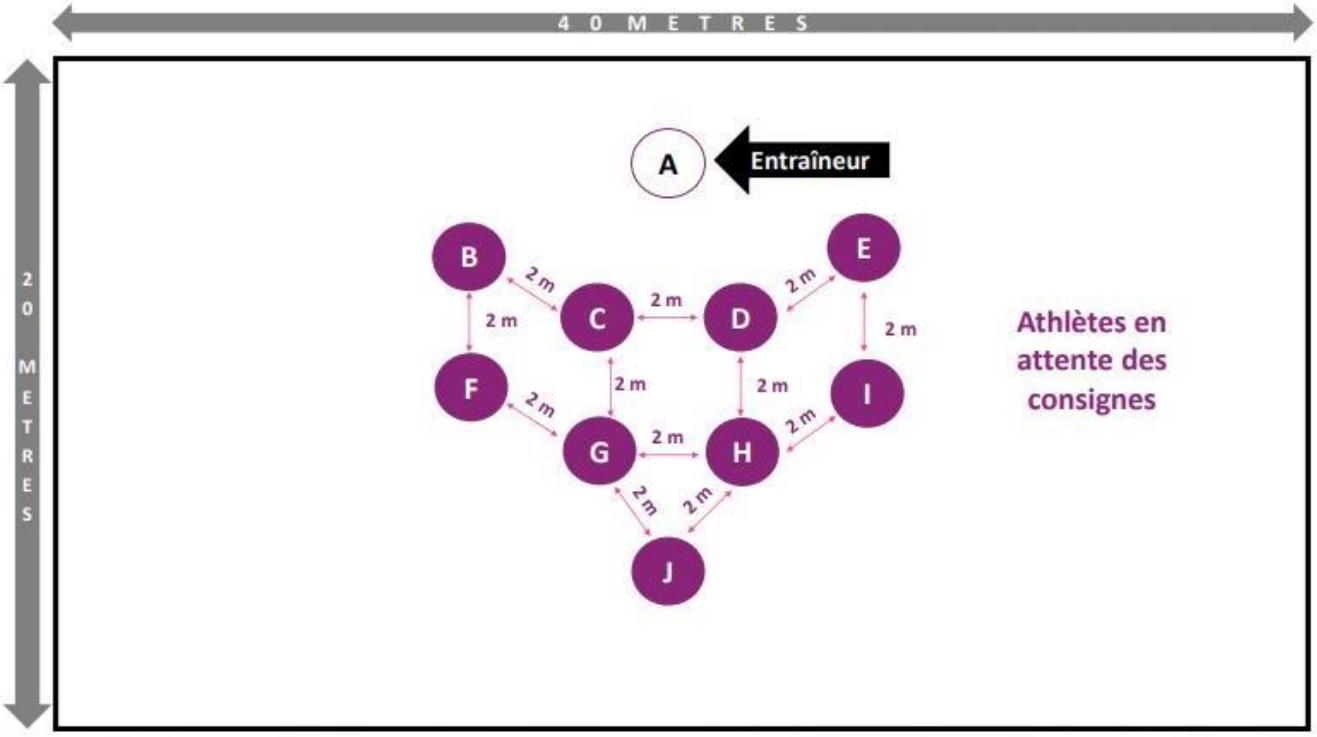
Afin de reprendre l'activité en gymnase, veillez à favoriser des situations permettant une **reprise des sensations de glisse :**

- Par des **exercices basiques de patinage** (exercices de propulsion, exercices de prise de carre, molleggio…)
- Par les **retournements,**
- Par les éléments techniques de votre discipline en isolé.

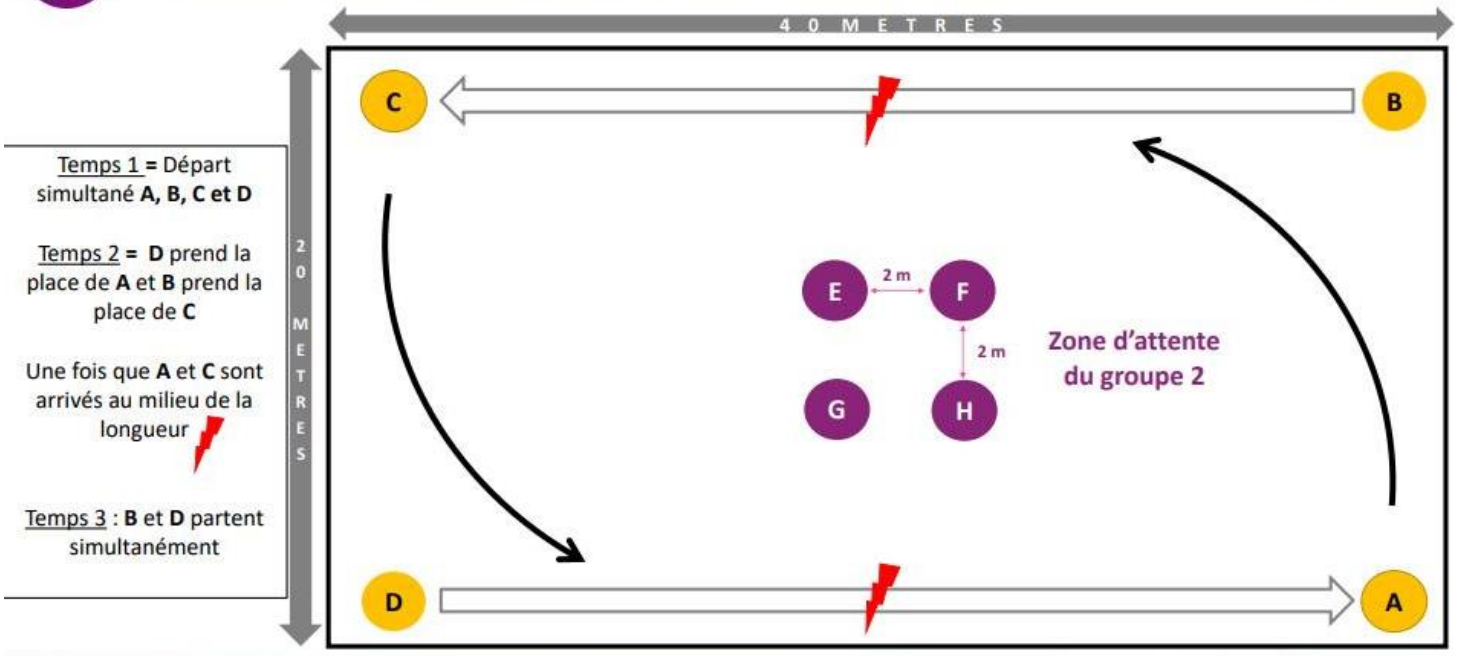
Il serait préférable d'envisager un travail en parcours / programme / danse dans un second temps une fois les sensations retrouvées.

Roller Sports : Artistique

Exemple d'organisation statique d'un groupe pendant la diffusion des consignes de l'entraîneur

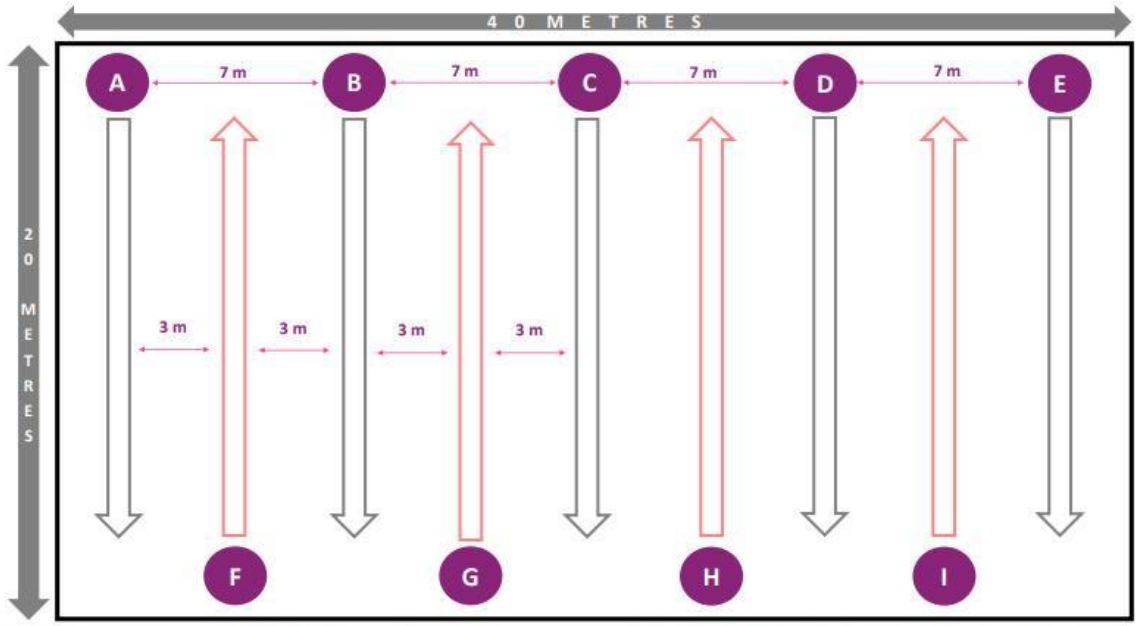


Exemple d'organisation pour 2 groupes de 4 patineurs pour réaliser un élément dans la longueur



Roller Sports : Artistique

Exemple d'organisation pour 1 groupe de 9 patineurs

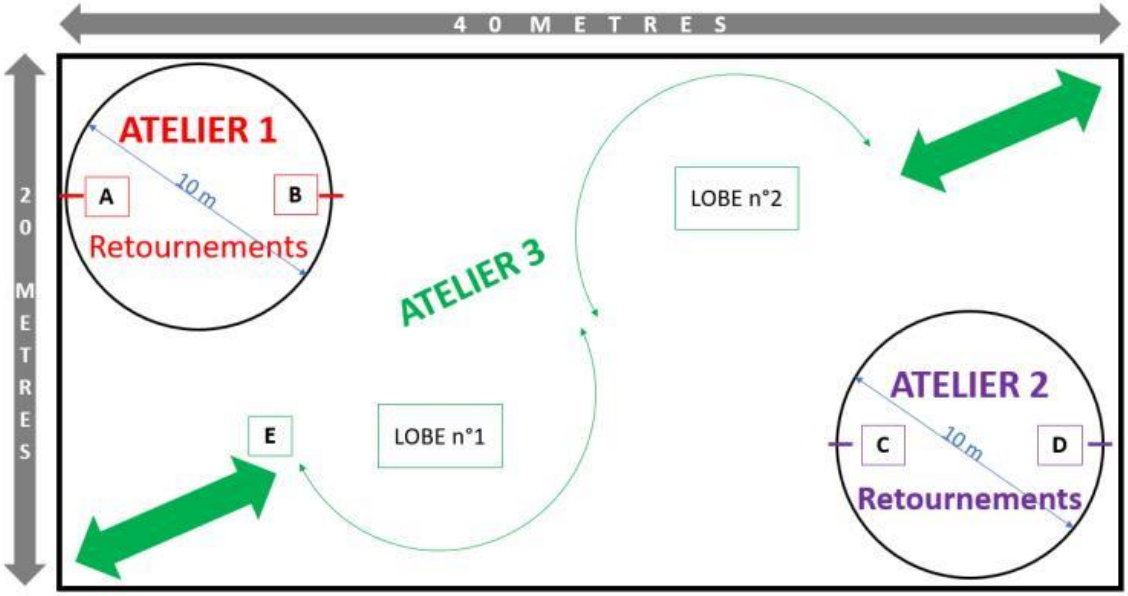


Exemple d'organisation pour 5 patineurs répartis en 3 ateliers
(Réalisation de retournements en cercle et sur lobes contraints pour respecter la distanciation minimale)

Atelier 1 = Départ simultané
A et B

Atelier 2 = Départ simultané
C et D

Atelier 3 = Aller et retour de E en respectant le dessin des lobes



2.6.2. Protocole sanitaire Roller Sports : Course

COURSE / RANDONNEE

- - En zones vertes : ces activités doivent être pratiquées sur des plateaux en plein air, des voies vertes, des anneaux routiers ou pistes extérieures ou en gymnase ou en salle de sport, équipements qui seront ouverts selon un calendrier propre à chaque collectivité ou exploitant, en fonction du délai nécessaire à la remise en service des équipements concernés après plus de deux mois de fermeture.
- - En zones orange : ces activités doivent être pratiquées sur des plateaux en plein air ou voies vertes, des anneaux routiers ou pistes extérieures.
- - Activités pratiquées seul ou en groupe de moins de 10 personnes en respectant les règles de distanciation proposées par le Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP) : « La distance entre deux personnes pratiquant une activité sportive doit être suffisamment augmentée bien au-delà d'un mètre, par exemple 10 m pour la pratique du footing ou une pratique du vélo ».
- - Les vitesses de déplacement s'apparentant plus à celle du cyclisme, nous souhaitons préconiser le respect d'une distance de 10 m entre les patineurs ou les skateurs ainsi que le respect des règles de distanciation latérale (1,5 mètre) lors des phases de dépassement ou de croisement.
- - Pour toutes les informations spécifiques relatives à la course cliquez ici.
- - Pour toutes les informations spécifiques relatives à la randonnée cliquez ici.

Mesures spécifiques à la pratique du roller Course

ROLLER course
Fédération Française Roller & Skateboard

CONSEILS TRANSVERSAUX :

- S'équiper chez soi ou rapidement sur le parking
- Pratiquer avec son propre matériel
- Ne pas s'échanger d'éléments matériels
- Nettoyer son matériel avant et après utilisation
- Ne pas utiliser de vestiaires et se doucher chez soi
- Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

COURSE :

- Activité pratiquée seul ou en groupe de moins de 10 personnes en respectant les règles de distanciation proposées par le Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP) : « La distance entre deux personnes pratiquant une activité sportive doit être suffisamment augmentée bien au-delà d'un mètre, par exemple 10 m pour la pratique du footing ou une pratique du vélo ».
- Les vitesses de déplacement s'apparentant plus à celle du cyclisme, nous souhaitons préconiser le respect d'une distance de 10 m entre les patineurs ou les skateurs ainsi que le respect des règles de distanciation latérale (1,5 mètre) lors des phases de dépassement ou de croisement.

Roller Sports : Course

L'accueil des patineurs

- Accueillir :
  - Inviter les arrivants à rejoindre un espace dédié par foyer (enfants et parents)
  - Séparés de 2 mètres minimum les uns des autres
  - Rappeler les consignes sanitaires générales et spécifiques.

- S'équiper :
  - Interdiction d'utiliser des vestiaires
  - Arriver de préférence déjà changé. Sinon rejoindre l'espace pour se changer ou s'asseoir sur une serviette espacés de 2 mètres les uns des autres (respect des 4m2 en mode statique). Les parents sont invités à aider les enfants à se chausser

- Transmettre les consignes :
  - Rejoindre un par un l'espace dédié aux consignes de lancement des situations pédagogiques avec des postes espacés de 2m minimum les uns des autres. On peut les matérialiser avec des cerceaux par exemple.

- Se Déséquiper :
  - Rejoindre l'espace pour se changer
  - Les parents sont invités à aider les enfants à se déchausser
  - Retirer les vêtements de pratique à la maison si possible

ENTRAINER EN COURSE PENDANT LA PERIODE DE DECONFINEMENT

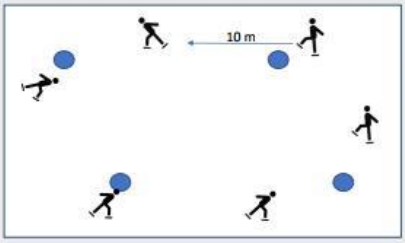
Situations pédagogiques adaptées	Situations pédagogiques à proscrire	Préconisations particulières pour l'entraînement
Favoriser tous les exercices de travail individuel : ✓Fondamentaux techniques de la course ; ✓Exercices d'imitations sans roller ; ✓Parcours d'agilité et motricité (sans et avec roller) ; ✓Travail foncier, reprise de la vitesse ; ✓Etirements ; L'intensité doit être modérée lors de cette phase de reprise	✓Toutes les situations de l'entraînement amenant à la constitution d'un peloton sont proscrites ✓La distanciation ne serait pas respectée et le contact favorisé	Reprise du foncier ✓Si vous avez plus de 10 patineurs dans votre club, privilégiez des groupes de niveaux afin que tout le monde puisse rester à une distance qui permet de maintenir les 10m minimum en toute sécurité ✓ Prenez en considération l'aspiration qui peut rapidement faire fondre la distance de 10m. Vous pouvez donc augmenter cette distance pour s'assurer plus facilement du maintien d'une distanciation. ✓A la fin de l'exercice, chaque patineur se relève et se laisse rouler pour ralentir jusqu'à l'arrêt complet en évitant de dépasser celui qui le précède.

Roller Sports : Course

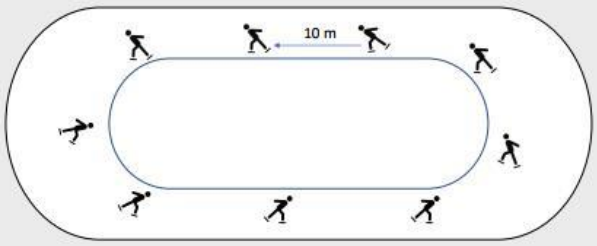
L'ORGANISATION DE L'ESPACE

Sur un espace plateau bitumé de 40x20 ou 44x22 :

L'espace est réparti en 4 zones :
1 atelier de travail à pied ou en roller dans chaque zone ;
2 patineurs maximum par atelier.

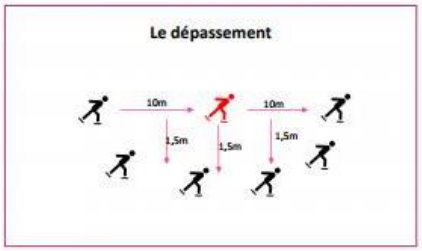


6 patineurs maximum sur la piste;
Espacé d'un minimum de 10 m.



Le dépassement dans la pratique Course

- En cas de dépassement, la zone de propagation comprend une zone latérale qu'il est nécessaire d'apprécier. Pour cela, je me décale de 1,5m lorsque je double un autre patineur (cf. schéma ci-dessous)
- Si je suis doublé, j'applique la même procédure en me laissant doubler et en adoptant rapidement une distance minimale de 10 m



2.6.3. Protocole sanitaire Roller Sports : Rink Hockey

Recommandations pour le déconfinement du 11 mai

Ce qui est autorisé :
Sous réserve d'autorisation d'utilisation des équipements par les municipalités et communautés de communes

– En extérieur exclusivement
- Pratique individuelle ou par foyer domestique ou 10 personnes maximum
- 2 mètres de distance sociale en statique
- 10 mètres de distance sociale en déplacement (sous-entendu en période d'effort)
- 1,5 mètres d'écartement latéral
- Déplacement autorisé dans un rayon de 100 km maximum autour du domicile
- Sans limite de durée
- Pas d'attestation requise

Ce qui est interdit :
– En espace intérieur
- Sports collectifs, sports de contact, sports d'intérieur
- Regroupements dépassant 10 personnes

L'accueil des hockeyeurs

- Accueillir :
  - Inviter les arrivants à rejoindre un espace dédié par foyer (enfants et parents)
  - Séparés de 2 mètres minimum les uns des autres
  - Rappeler les consignes sanitaires générales et spécifiques.
- S'équiper :
  - Interdiction d'utiliser des vestiaires
  - Arriver de préférence déjà changé. Sinon rejoindre l'espace pour se changer ou s'asseoir sur une serviette espacés de 2 mètres les uns des autres (respect des 4m2 en mode statique). Les parents sont invités à aider les enfants à se chausser
- Transmettre les consignes :
  - Rejoindre un par un l'espace dédié aux consignes de lancement des situations pédagogiques avec des postes espacés de 2m minimum les uns des autres. On peut les matérialiser avec des cerceaux par exemple.
- Se Déséquiper :
  - Ø Rejoindre l'espace pour se changer
  - Ø Les parents sont invités à aider les enfants à se déchausser
  - Ø Retirer les vêtements de pratique à la maison si possible

Roller Sports : Rink Hockey

L'activité Rink-Hockey

Les gymnases étant fermés, la reprise de la pratique du rink-hockey, sport collectif d'intérieur, ne peut se faire que de façon très dégradée.
Dans l'attente de nouvelles consignes sanitaires concernant les sports collectifs, nous vous conseillons bien évidemment d'effectuer un travail physique d'entretien musculaire et de cardio, mais aussi de ne pas laisser votre crosse de côté trop longtemps, et de reprendre (pour ceux qui ne l'auraient déjà fait) un travail technique crosse / balle

Organisation pédagogique en fonction des possibilités:

- Pour ceux qui ne peuvent bénéficier d'un espace suffisant, les exercices sont à faire sur place, avec ou sans patins.
- Si vous avez, chez vous, un espace de roulement suffisant, alors les exercices peuvent être réalisés en mouvement, voire même ponctués d'un tir sur des cibles.
- Si vous êtes plusieurs frères et sœurs à la maison, alors les exercices peuvent être réalisés en miroir, avec des échanges de balle après chaque geste technique. Cela permettra de combiner le travail de la technique individuelle crosse/balle et celui de la passe.

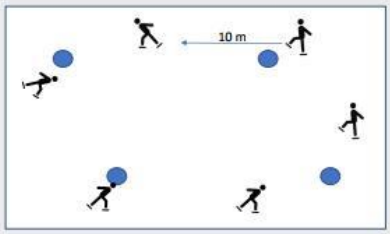
Favoriser tous les exercices de technique individuelle crosse / balle (cf. Tome 1) :

- Le balancement (p. 30)
- Le S contre S (p. 37)
- Le crochet (p. 41)
- Le tunnel (p. 44)
- L'inversion (p. 48)
- Le soulèvement de balle (p. 53)
- Le jonglage (p. 56).

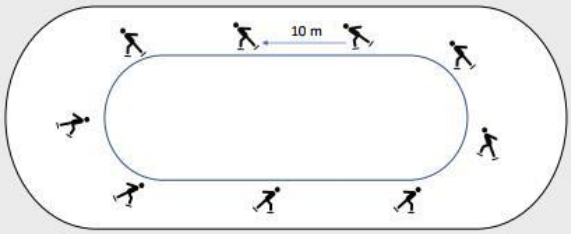
L'ORGANISATION DE L'ESPACE

Sur un espace plateau bitumé de 40x20 ou 44x22 :

L'espace est réparti en 4 zones :
1 atelier de travail à pied ou en roller dans chaque zone ;
2 patineurs maximum par atelier.



6 patineurs maximum sur la piste;
Espacé d'un minimum de 10 m.



2.6.4. Protocole sanitaire Roller Sports : Roller Hockey

Mesures spécifiques à la pratique du roller-hockey

CONSEILS TRANSVERSAUX :

- S'équiper chez soi ou rapidement sur le parking ;
- Pratiquer avec son propre matériel ;
- Ne pas s'échanger d'éléments matériels ;
- Nettoyer son matériel avant et après utilisation ;
- Ne pas utiliser de vestiaires et se doucher chez soi ;
- Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

ROLLER HOCKEY :

Le développement des **qualités physiques** et **des qualités techniques individuelles** peut être envisagé et proposé par les associations.

Les activités envisagées devront s'inscrire dans le respect des consignes sanitaires générales :

- 10 personnes maximum encadrement compris ;
- Absence de contacts interpersonnels ;
- Absence d'échange, de partage ou de transmission d'un matériel quelconque.

L'accueil des hockeyeurs

- **Accueillir :**
  - Inviter les arrivants à rejoindre un espace dédié par foyer (enfants et parents) ;
  - Séparés de 2 mètres minimum les uns des autres ;
  - Rappeler les consignes sanitaires générales et spécifiques.

- **S'équiper :**
  - Interdiction d'utiliser des vestiaires ;
  - Arriver de préférence déjà changé. Sinon rejoindre l'espace pour se changer ou s'asseoir sur une serviette espacés de 2 mètres les uns des autres (respect des 4m2 en mode statique). Les parents sont invités à aider les enfants à se chausser

- **Transmettre les consignes :**
  - Rejoindre un par un l'espace dédié aux consignes de lancement des situations pédagogiques avec des postes espacés de 2m minimum les uns des autres. On peut les matérialiser avec des cerceaux par exemple.

- **Se déséquiper :**
  - Ø Rejoindre l'espace pour se changer ;
  - Ø Les parents sont invités à aider les enfants à se déchausser ;
  - Ø Retirer les vêtements de pratique à la maison si possible.

Roller Sports : Roller Hockey

L'ACTIVITE ROLLER-HOCKEY

Les gymnases étant fermés, la reprise de la pratique du roller-hockey doit être adaptée pour répondre aux exigences sanitaires de la période. Toutefois, la progression du joueur de roller-hockey, quel que soit son âge, peut continuer en développant certaines compétences individuelles :

- ✓ **Patinage**
- ✓ **Maîtrise du palet**
- ✓ **Développement des qualités physiques**

LE PATINAGE

Les éléments techniques du patinage du hockeyeur (départ, poussée, changements de direction, pivots, freinages) peuvent continuer à être développés dans le respect des règles de sécurité inhérentes à la pratique du roller :

EN CLUB (10 PERS MAX)	EN AUTONOMIE
✓ Sur un lieu praticable en extérieur (anneau de roller, parking, cour…) ; ✓ Au sein d'un skatepark (1) ; ✓ En organisant une randonnée (2).	✓ Sur un lieu praticable (anneau de roller, parking, cour, garage…) ; ✓ Au sein d'un skatepark (1) ; ✓ En utilisant le roller comme mode de déplacement privilégié au quotidien.

Le renforcement des qualités de patinage s'applique également aux gardiens de but qui doivent être de bons patineurs pour être en capacité de s'adapter à toute situation devant leur cage. Ils pourront compléter les situations proposées aux joueurs par des situations plus spécifiques aux déplacements des gardiens de but (gamme de déplacements devant la cage).

(1) Respectez le protocole « session dynamique » proposé par la FFRS : « Je viens, je ride, je pars » : https://ffroller.fr/en-skatepark-la-session-dynamique-pour-respecter-les-gestes-barrieres/ . Veillez à ce que le skate-park soit peu fréquenté si vous souhaitez y organiser une sortie de groupe.

(2) En randonnée de groupe, privilégiez des groupes de niveaux afin que tout le monde puisse rester à une distance qui permet de maintenir les 10 mètres minimum en toute sécurité. Plus d'informations : https://ffroller.fr/la-reprise-de-la-randonnee-en-deconfinement/

LA MAITRISE DU PALET

Cette période peut être mise à profit de l'amélioration de la technique individuelle de maîtrise du palet :

- ✓ **Contrôle du palet :** maniement et conduite du palet : coup droit / revers, loin / proche, devant soi / à côté de soi, à 2 mains / à 1 main.
- ✓ **Passes et réceptions :** passes coup droit / revers, balayées / poignet, au sol / levées.
- ✓ **Tirs**: coup droit / revers, balayés / poignet / frappé, sans réception / sur réception

EN CLUB (10 PERS MAX)	EN AUTONOMIE
✓ Sur un lieu praticable en extérieur (parking, cour…) : ateliers ou parcours.	✓ Sur un lieu praticable (parking, cour, garage, salle de jeux, chambre…).

Ces situations peuvent être faites en chaussures si la surface n'est pas adaptée au patinage. Différents types de balles (tennis, floorball, street-hockey, golf…) pourront compléter l'utilisation du palet afin d'améliorer la dextérité des joueurs et s'adapter au mieux à la surface de jeu.

Les situations pourront être progressivement complexifiées :

- en maîtrisant simultanément plusieurs objets (balles, palets) ;
- en bandant les yeux ;
- en proposant des situations réflexes avec prise d'informations rapide ;
- en créant de l'instabilité (sur une jambe, sur une planche d'équilibre…) ;
- en intégrant une fatigue musculaire ou cardiovasculaire préalable à la réalisation du geste technique (ex : squats, pompes, course).

Les gardiens de but pourront réaliser des situations de contrôle du palet et de passes et réceptions qui leur permettront d'améliorer leur technique de relance et de maîtrise du palet avec la crosse. Compléter par des situations où le gardien, équipé ou non, sera à même de stopper des objets (palets, ballons, balles, frisbees…) et de protéger une cible (but de hockey, de hand, de foot).

Attention : les **tirs au but** ne pourront être intégrés dans les séances que si les **conditions de sécurité** sont réunies : mur ou filet de protection derrière le but suffisamment large et haut ; pas de passage d'autres joueurs ou personnes diverses dans le champ du tireur. La balle de floorball, plus légère, peut être un bon compromis pour travailler la technique de tir tout en limitant les risques de blessures ou de dégâts matériels.

Roller Sports : Roller Hockey

LE DEVELOPPEMENT DES QUALITES PHYSIQUES

Cette période peut être propice au renforcement des qualités physiques, indispensables à la progression du hockeyeur : développement des habiletés motrices fondamentales / développement des filières énergétiques / renforcement musculaire.

Les séances peuvent être réalisées en autonomie ou mises en place par le club par petits groupes dans le respect des conditions sanitaires.

✓ **Développement des habiletés motrices fondamentales :**
Le roller-hockey est un sport complet qui requiert le développement de nombreuses habiletés motrices. Toutes les activités physiques faisant appel aux habiletés courir / sauter / grimper / ramper / bondir / lancer / attraper / jongler / s'équilibrer / se coordonner seront les bienvenues. Elles peuvent être mises en place par le biais de parcours, d'ateliers, d'échelle d'agilité, ou de la participation à d'autres activités sportives.

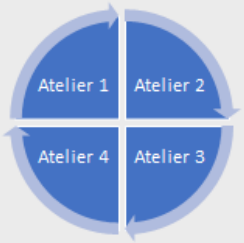
✓ **Développement des filières énergétiques :**
Efforts de longue durée à faible intensité, efforts de courtes durée à haute intensité, efforts fractionnés…
Nous sortons d'une période de confinement, le corps a besoin de se réhabituer progressivement à l'effort. Il est recommandé de redémarrer sur une période d'efforts de longue durée à faible intensité pour ultérieurement aller vers des efforts fractionnés et de courte durée à haute intensité.
Les sorties en roller pourront alterner avec des sorties en course à pied ou à vélo.

✓ **Renforcement musculaire :**
Bas du corps, gainage, haut du corps.
Pas de charges additionnelles avant la puberté : beaucoup de choses sont possibles à l'aide du poids du corps (gainage, abdos dynamiques, pompes, squats).
Respect des postures anatomiques (dos droit…).

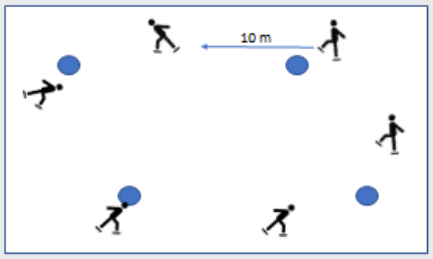
Ce chapitre de développement des qualités physiques s'applique également et en totalité aux gardiens de but.

L'ORGANISATION DE L'ESPACE

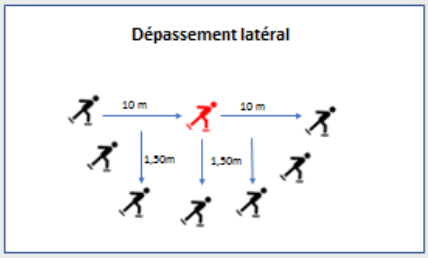
Sur un espace plateau bitumé de 40x20 ou 44x22 :

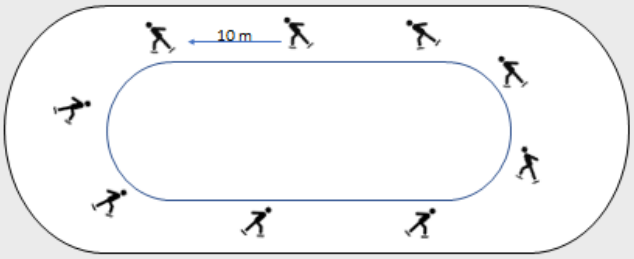


L'espace est réparti en 4 zones :
1 atelier de travail à pied ou en roller dans chaque zone ;
2 patineurs maximum par atelier.



6 patineurs maximum sur la piste;
Espacé d'un minimum de 10 m.





2.7. PROTOCOLE SANITAIRE TENNIS DE TABLE

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

TENNIS DE TABLE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS DE TABLE

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

LES ACTIVITÉS AUTORISÉES EN SALLE (ZONE VERTE) :

- Pratique individuelle en simple soit 2 joueurs maximum par table (un de chaque côté) avec son propre matériel : raquette et balles marquées (interdiction de toucher les balles de l'adversaire).

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Pratique individuelle en simple
- Pratique individuelle hors table notamment pour les activités péri-scolaires :
  - Activités de manipulations « raquette / balle » individuelles
  - Activité tennis de table sur demi-table, l'autre plateau relevé en individuel
  - Parcours motricité avec sens de circulation obligatoire (pour éviter de se croiser tout en respectant les distances physiques)
  - Fit Ping Tonic, Ping Santé et Ping 4/7 ans (dispositifs fédéraux)

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics respectant les précautions sanitaires édictées par le ministère des sports.

LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Les salles des clubs pongistes pour la pratique en intérieur.
- Espaces de pratique des clubs en extérieur (parking attenant aux salles des collectivités utilisées par les clubs, espaces divers permettant la pratique du tennis de table en extérieur) en zone orange.

TENNIS DE TABLE

ACTIVITÉ SPORTIVE

TENNIS ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

À partir du 2 juin 2020 :

- Tennis, paratennis, padel, beach tennis en famille ou entre amis, en simple et en double (jeu aménagé), en pratique « libre »
- Entraînement individuel de tennis, paratennis, padel, beach tennis en club avec un enseignant Diplômé d'Etat et à jour de sa carte professionnelle
- Jeu au mur, utilisation de la machine à balles
- Entraînement en double de tennis, paratennis, padel et beach tennis en club avec un enseignant Diplômé d'Etat et à jour de sa carte professionnelle
- Tennis et paratennis : cours collectifs à raison de 6 pratiquants + 1 enseignant par terrain
- Padel : cours collectifs à raison de 3 pratiquants + 1 enseignant par terrain ou 4 pratiquants + 1 enseignant hors du terrain
- Beach tennis : cours collectifs à raison de 4 pratiquants + 1 enseignant
- Jeu de courte paume **en zone verte** : jeu en simple, en double et cours collectifs à raison de 4 pratiquants + 1 enseignant

LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Afin de sécuriser la pratique du tennis et des disciplines associées « libre » mais également les cours individuels et collectifs dans les clubs, une série de mesures respectant les règles sanitaires est instaurée.
- L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique (désinfection, réservations des courts, sens de circulation, ...) sont détaillées dans le Protocole fédéral accessible sur le site internet FFT.FR
- Concernant spécifiquement les cours collectifs, il est demandé aux enseignants de s'assurer que l'espace de jeu soit divisé en quatre, chaque espace pouvant accueillir un joueur uniquement. En cas de cours collectifs avec 6 pratiquants, un système de rotation des joueurs présents dans l'espace de jeu ou réalisant un exercice technique ou un atelier hors de l'espace de jeu, sera mis en place.
- Concernant le jeu en double, il est rappelé que le principe de respect de la distanciation physique prime sur toute autre règle. Aussi, il est demandé aux pratiquants de considérer que le terrain est divisé en quatre parties. Chaque partenaire veillera à se répartir un espace de jeu (filet ou fond de court). Chaque partenaire évoluera uniquement dans son quart de terrain, afin de respecter une distanciation de 2 mètres. Les croisements sont proscrits. En ce qui concerne le padel et le beach tennis, les pratiquants sont invités à se conformer aux dispositions de jeu en double telles que précisées dans le protocole de la FFT.
- Concernant l'accès aux club-houses et aux boutiques proshop, les protocoles applicables à la fréquentation des restaurants, des bars et des magasins doivent s'appliquer et être clairement affichés.

TENNIS DE TABLE

FFTT
Fédération Française de Tennis de Table

COVID-19| "AU PING, JE ME PROTÈGE ET JE PROTÈGE LES AUTRES"

LES CLUBS

Désignez un responsable Covid-19 pour accueillir et vérifier le respect des consignes sanitaires pendant les séances.

Installez la salle en limitant la manipulation du matériel (tables, filets, séparations...) à 1 ou 2 personnes.

Prévoyez au minimum 3 mètres (longueur et largeur) entre chaque table. Vous pouvez utiliser des séparations.

Fermez les vestiaires, les douches et le club house de votre club. Organisez l'accès aux toilettes.

Nettoyez le dessus des tables et des séparations au montage, entre chaque créneau et lors du démontage de la salle.

Prévoyez un système de réservation de créneaux et limitez le nombre de joueurs lors de chaque séance (2 joueurs maximum par table).

AVANT DE JOUER

Seuls les pongistes inscrits à la séance accèdent à la salle de Ping. Les accompagnateurs ne doivent pas rentrer dans la salle.

Chaque joueur arrive directement en tenue de sport à l'entrainement et avec son propre matériel (raquette, balles si possible, serviette, bouteille d'eau, gel hydroalcoolique...), nettoyé avant et après la séance.

Il est préférable de déposer ses affaires dans un endroit isolé et de ne pas les déplacer jusqu'à la fin de la séance.

Tous les joueurs se nettoient les mains en arrivant dans la salle.

PENDANT LA SEANCE

Les changements de tables et d'adversaires sont limités pendant la séance et les changements de côtés ne sont pas autorisés.

Il est recommandé 1 à 2 balles maximum par personne. Les balles (personnelles ou distribuées par le club) doivent être personnalisées. Le joueur ne peut toucher que ses propres balles.

Les joueurs ne doivent pas s'essuyer les mains sur la table ni toucher le matériel du club.

L'utilisation du petit matériel (bassines, cerceaux, plots...) est déconseillée.

La poignée de main à la fin de la partie n'est pas autorisée. Elle pourra être remplacée par un signe avec la raquette.

CONSEIL
Mettre à disposition de tous un moyen pour se nettoyer les mains (savon, gel hydroalcoolique...).
Porter un masque en dehors des temps de pratique.
Nettoyer ses mains régulièrement.

En plus des gestes barrières généraux (pas de poignées de main ni d'embrassades, distance physique, tous dans son coude...), voici les consignes sanitaires à respecter pour une reprise du Ping en toute sécurité. Ces consignes s'ajoutent à celles du gouvernement et du Ministère des Sports (au 6 mai 2020). Ces consignes sont applicables sous réserve des modalités de déconfinement préfectorales et locales.

2.8. PROTOCOLE SANITAIRE HARMONIE

Confédération Musicale de France

VIVRE LA MUSIQUE ENSEMBLE

Suite à l'allocution du Premier Ministre jeudi dernier, le Décret n° 2020-663 du 31 mai 2020 vient préciser les mesures de reprise d'activités.

En l'occurrence, ce décret permet :

- Pour tous les départements la réouverture des établissements d'enseignement artistique classés R pour la pratique individuelle ou en groupe de moins de quinze personnes (art. 45. I) ;
- En zone verte uniquement la réouverture des répétitions et cours qui ont lieu dans des locaux classés L (salles d'auditions, de conférences, de réunions, de spectacles ou à usage multiple) aux conditions suivantes (art. 45. III) :
- Les personnes accueillies ont une place assise ;
- Une distance minimale d'un mètre, voire un mètre cinquante, est laissée entre chaque personne ;
- l'accès aux espaces permettant des regroupements est interdit, sauf s'ils sont aménagés de manière à garantir les mesures de distanciation sociales ;
- le port du masque est obligatoire sauf pour la pratique d'activités artistiques
- le nombre de personnes pouvant être accueillies dépend de la surface de la salle permettant le respect des mesures barrières.

MINISTÈRE
DE LA CULTURE
Liberté
Égalité
Fraternité

Aide à la reprise des activités d'action culturelle et d'éducation artistique et culturelle

Le document a été élaboré par le ministère de la culture en collaboration avec le bureau du Conseil National des Professions du Spectacle, puis partagé avec les experts médicaux du CMB, de la DIRECCTE Ile-de-France et de la CRAMIF. Les recommandations s'appuient sur l'avis du Haut Conseil de la Santé Publique du 24 avril, ainsi que sur le protocole national de déconfinement du ministère du Travail. Le contenu a été enrichi à la lecture des protocoles issus de différents secteurs d'activité accueillant du public.

HARMONIE

(Extrait)

En l'état des recommandations, les accueils de groupes ne seront possibles que de manière restreinte.

Les consignes sanitaires doivent être rappelées à chaque groupe au début de chaque activité. Toute session devra ainsi débuter par un énoncé des règles à respecter et une présentation du protocole d'intervention.

- Il est recommandé de procéder à une aération régulière des locaux (au minimum 15 minutes trois fois par jour) et en particulier entre chaque groupe ou entre deux séances.
- La taille et la configuration des espaces déterminent la capacité d'accueil de manière à respecter les mesures sanitaires devant être appliquées.
- La surface à prendre compte est la surface résiduelle de l'espace considéré, c'est-à-dire la surface effectivement disponible pour les occupants, déduction faite des parties occupées. Les espaces doivent être organisés de manière à respecter une distance d'au moins un mètre entre les personnes, soit environ 4 m² par personne.
- À titre d'exemple, en plaçant les participants le long des murs, une salle de 60 m² doit permettre d'accueillir 16 personnes simultanément (dans une salle, animateurs et encadrants compris).
- Pour celles qui nécessitent une configuration assise, à une table de travail ou dans une salle de spectacle, il conviendra d'organiser le placement de manière à respecter la distance d'un mètre, en proscrivant le placement face à face. Il est recommandé de gérer le placement individuel (arrivée, installation et sortie) individuellement et de mettre en place des règles de circulation dans les espaces qu'il conviendra de rappeler à chaque groupe. Un placement préalable avec une matérialisation par un numéro pourrait utilement être mis en place et communiqué à l'encadrant du groupe à son arrivée. Le placement individuel sera supervisé par le responsable de la séance
- Il est recommandé de demander à ce que chaque participant vienne muni de son propre petit matériel (stylo et cahier, carnet etc). Sauf exception l'usage d'un matériel collectif est à proscrire et est impérativement soumis à une désinfection (ou à défaut désinfection des mains) avant et après chaque utilisation.
- Les outils numériques, tablettes numériques et appareils photo seront désinfectés entre chaque usager.

A ce stade, les activités physiques intenses ou les pratiques vocales collectives et d'instrument à vent sont déconseillées en raison de la difficulté de les réaliser en respectant les règles de distanciation physique et de la quantité très importante de production d'aérosols de ces pratiques.

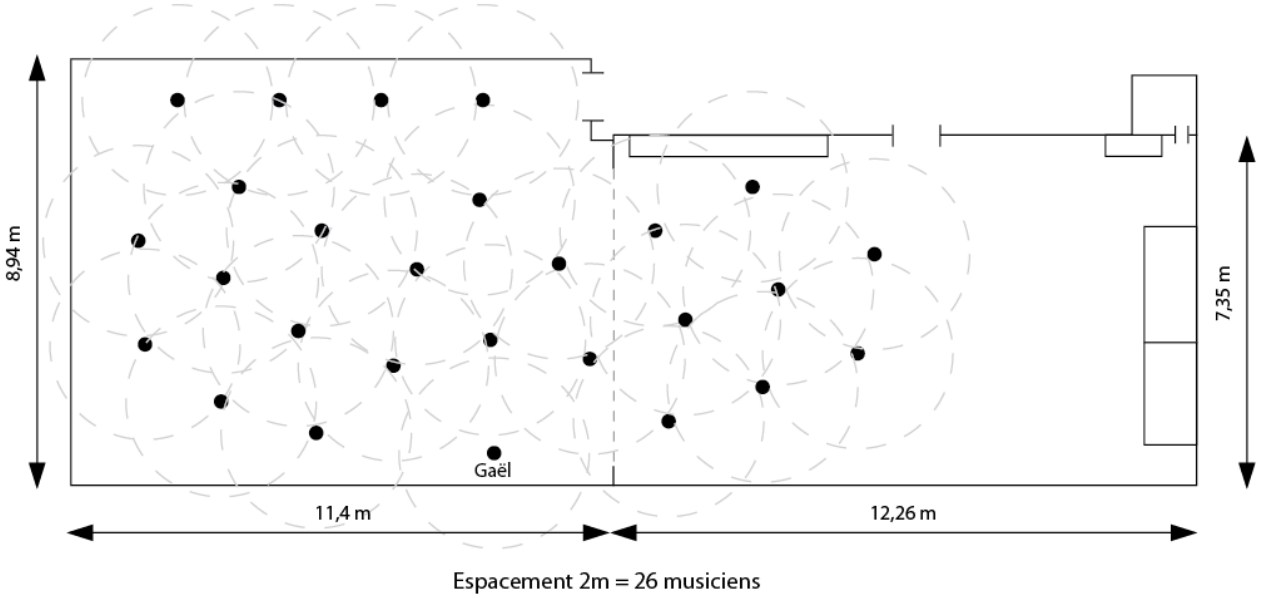
Si possible et dans le respect de la réglementation incendie, les portes pourront être laissées ouvertes.

HARMONIE

Salle 1er étage

Plan de répétition avec un espacement de 2m entre musicien et avec la cloison ouverte

Effectif maximum, en même temps, à ne pas dépasser : 26 musiciens



2.9. PROTOCOLE SANITAIRE LOISIRS

2.9.1. Fiches d'activités

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- **2 au 22 juin 2020 :**
  - Reprise des activités dans les boulodromes couverts et réouverture des clubs house dans les mêmes conditions que les établissements commerciaux (bars) dans les zones vertes. Poursuite de l'activité sur les terrains extérieurs
- **22 juin 2020 :** Reprise dans les zones orange

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les scolaires
- Les jeunes en école pétanque
- Les licenciés
- Les pratiquants en loisir

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Les entrainements individuels avec ateliers de point et de tir et de situations stratégiques
- Les pratiques individuelles en tête-à-tête et en tir de précision et les pratiques collectives en double et en triplette dans le strict respect des règles de distanciation physique à tout moment de la partie (2 mètres au moins entre chaque joueur, partenaire ou adversaire) et 4 m² minimum par joueur en statique

LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Mettre un jeu de sécurité de part et d'autre du terrain de jeu et respecter les positionnements sur les différentes aires
- Possibilité de définir, dans un boulodrome, plusieurs aires de jeu, chacune pouvant regroupée au plus 2 à 6 personnes
- Une aire de jeu est constituée d'un terrain de jeu central et de deux terrains de jeu neutralisés de part et d'autre du terrain central (voir schéma)

LOISIRS

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

BILLARD

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BILLARD

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Pratique libre
- Ecole de billard

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous les publics sont concernés par la reprise de l'activité billard pour les salles autorisées à ouvrir (zones verte)

LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Les lieux de pratique envisagés sont tous les lieux autorisés en fonction des directives gouvernementales et des autorisations territoriales. La pratique est autorisée en intérieur à partir du 2 juin (zone verte) avec respect de la doctrine sanitaire nationale (gestes barrières, espacement de 2 mètres au moins entre chaque pratiquant(e) et à tout moment de l'activité).
- Sont ainsi concernés :
  - Les clubs associatifs municipaux (sous réserve de l'autorisation de réouverture par la ville ou l'EPCI)
  - Les clubs associatifs privés (locaux privés non commerciaux)
  - Les clubs en structures commerciales (sous réserve de réouverture des bars et cafés : zone verte/zone orange)

LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

Accès aux clubs

- Recourir à un système de réservation à distance pour la mise en place de créneaux accessibles à un nombre limité de pratiquants
- Limiter à 10 le nombre de personnes présentes en même temps dans l'aire de jeu
- Limiter à 2 personnes (pratiquants) par table de billard installée dans le club, dans la limite de 10 au total
- Faire respecter le port obligatoire du masque en tout point du lieu couvert qu'est la salle de billard.

LOISIRS

MINISTÈRE DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 11 MAI AU 2 JUIN 2020

PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE

BILLARD

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BILLARD

Avertissement : **toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans les « fiches de recommandations sanitaires et générales de reprise de l'activité sportive » figurant en introduction de ce guide. Ces fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.**

LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

- Aucune

LES PUBLICS CONCERNÉS ET LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Tous les publics sont concernés potentiellement par la reprise de l'activité billard après autorisation de la réouverture des salles.
- Lieux de pratique envisagés :
  - Les clubs associatifs municipaux (sous réserve de l'autorisation de réouverture par la ville ou l'EPCI)
  - Les clubs associatifs privés (locaux privés non commerciaux)
  - Les clubs en structures commerciales (sous réserve de réouverture des bars et cafés)

LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

Accès aux clubs

- Recourir à un système de réservation à distance pour la mise en place de créneaux accessibles à un nombre limité de pratiquants
- Limiter à 10 le nombre de personnes (encadrement compris) présentes en même temps dans l'aire de jeu
- Limiter à 2 pratiquants par table de billard installée dans le club, dans la limite de 10 au total
- Faire respecter le port obligatoire du masque en tout point du lieu couvert qu'est la salle de billard.

A l'accueil

- Maintenir fermé l'espace de convivialité jusqu'à nouvel ordre
- Nos clubs sont aussi des lieux de vie, de convivialité, de partage intergénérationnel, des lieux qui favorisent la cohésion sociale. Cependant, l'espace de convivialité ne pourra être rouvert qu'au moment où les bars et restaurants pourront rouvrir
- Mettre à disposition une solution hydro-alcoolique à l'entrée
- Vérifier la présence de savon et de serviettes jetables (papier) dans les toilettes
- Mettre en œuvre des mesures de signalisation des espaces et de signalisation des distances à respecter dans les locaux

LOISIRS

PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE

BILLARD

- Afficher des numéros d'urgence et la conduite à tenir en cas de symptômes
- Faire respecter les règles de distanciation sociale (au moins un mètre entre les personnes)

Aire de jeu

- Interdire la mise à disposition de matériel de pratique (queue de billard, gant, craie, ...) par le club, les joueurs ou les éducateurs
- Respecter les règles de distanciation entre pratiquants
- Ne pas de stationner durablement sur le lieu de pratique
- Interdire tout regroupement ;
- Désinfecter deux fois par jour les bandes des billards

Comportement du pratiquant

- Se laver les mains avant et après chaque partie
- Utiliser son matériel personnel (queue, gant, craie, ...)
- Se saluer par un mouvement de la tête ou de la main, sans contact
- Tirer à la bande consécutivement pour savoir qui va commencer ou utiliser une autre méthode ne contredisant pas le principe de distanciation
- Attendre que l'adversaire soit assis pour jouer
- Limiter à un seul joueur l'utilisation du compteur de points
- Limiter à l'autre joueur la manipulation des billes, quilles, racks, ... préalablement désinfectés ;

Ecole de billard

- Limiter à 1 accompagnateur l'accès à l'accueil du club pour les pratiquants mineurs
- Limiter à 10 personnes la présence simultanée des pratiquants et des encadrants
- Respecter la distanciation sociale (au moins un mètre) entre les pratiquants, et entre les pratiquants et les encadrants pendant les explications et les consignes : aucun contact physique pratiquant/encadrant pour aider à la correction d'une posture ou d'un mouvement
- Limiter à 2 le nombre de pratiquants par table de billard
- Imposer aux encadrants l'utilisation de leur propre matériel pour les démonstrations

LE RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ PAR ÉTAPES PAR LA FÉDÉRATION :

La fédération propose au ministère des sports des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étape et à ce stade sans précision chronologique. Ces scénarii, dès lors qu'ils seront validés, pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

Etape 1 : Pratique libre

Etape 2 : Ecoles de billard des clubs

Etape 3 : Reprise des compétitions officielles

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur le site internet de la fédération : ffbillard.com

LOISIRS

MINISTÈRE DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 11 MAI AU 2 JUIN 2020

PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE

ÉCHECS

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DES ÉCHECS

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans les « fiches de recommandations sanitaires et générales de reprise de l'activité sportive » figurant en introduction de ce guide. Ces fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

- Concernant le jeu d'échecs, la principale alternative à l'activité « normale » en club ou en tournoi physique est le jeu en ligne sur internet.
- Il permet à l'ensemble des joueurs suffisamment équipés (connexion internet avec ordinateur ou tablette ou téléphone) de poursuivre la pratique.
- Il en est de même avec les entraînements jeunes ou adultes, individuels ou collectifs, qui peuvent être dispensés en ligne par les entraineurs.

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés et l'ensemble des pratiquants de jeu d'échecs

LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- En intérieur à son domicile personnel
- Les espaces extérieurs de plein air pouvant disposer d'une couverture réseau pour une pratique en ligne, et pouvant être soumis à l'autorisation des autorités locales concernant l'occupation du domaine public

LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- Respect de la règle des 4m² en statique
- Pratique individuelle en ligne sur son ordinateur, téléphone, tablette

LOISIRS

MINISTÈRE
DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT
REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES
PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

ACTIVITÉ SPORTIVE

PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- **2 au 22 juin 2020 :**
  - Reprise des activités dans les boulodromes couverts et réouverture des clubs house dans les mêmes conditions que les établissements commerciaux (bars) dans les zones vertes. Poursuite de l'activité sur les terrains extérieurs
- **22 juin 2020 :** Reprise dans les zones orange

LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les scolaires
- Les jeunes en école pétanque
- Les licenciés
- Les pratiquants en loisir

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Les entrainements individuels avec ateliers de point et de tir et de situations stratégiques
- Les pratiques individuelles en tête-à-tête et en tir de précision et les pratiques collectives en double et en triplette dans le strict respect des règles de distanciation physique à tout moment de la partie (2 mètres au moins entre chaque joueur, partenaire ou adversaire) et 4 m² minimum par joueur en statique

LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Mettre un jeu de sécurité de part et d'autre du terrain de jeu et respecter les positionnements sur les différentes aires
- Possibilité de définir, dans un boulodrome, plusieurs aires de jeu, chacune pouvant regroupée au plus 2 à 6 personnes
- Une aire de jeu est constituée d'un terrain de jeu central et de deux terrains de jeu neutralisés de part et d'autre du terrain central (voir schéma)

3. ANNEXES

3.1. ANNEXE N° 1 : Affiches gestes barrières

MINISTÈRE
DE LA TRANSITION
ÉCOLOGIQUE
ET SOLIDAIRE

Liberté
Égalité
Fraternité

CRISE DU CORONAVIRUS : FAUSSES BONNES IDÉES, VRAIES SOLUTIONS

COVID-19

**En protégeant notre santé,
nous pouvons aussi protéger notre environnement.**

FAUSSE BONNE IDÉE :
PRIVILÉGIER LES PRODUITS EMBALLÉS DANS DU PLASTIQUE

VRAIE SOLUTION :
ÉVITER LE PLASTIQUE

Dans vos achats alimentaires, privilégiez les emballages durables, comme le sac réutilisable. Une fois à la maison, vos fruits et légumes peuvent être pelés ou, à défaut, lavés à l'eau potable et essuyés avec un essuie-tout, comme le recommande l'Anses.

FAUSSE BONNE IDÉE :
JETER MES LINGETTES DANS LES TOILETTES

VRAIE SOLUTION :
JETER MES LINGETTES DANS UN SAC POUBELLE

Les lingettes sont majoritairement composées de plastique, elles ne se diluent pas. Les jeter dans les toilettes crée des bouchons dans les canalisations qui nécessitent des interventions lourdes. Les lingettes doivent être jetées dans un sac poubelle dédié. Une fois rempli, le sac doit être fermé, puis conservé 24 h pour des raisons sanitaires. Après ce délai, il doit être jeté dans le sac à ordures ménagères.

FAUSSE BONNE IDÉE :
BRÛLER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX

VRAIE SOLUTION :
VALORISER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX

Brûler 50 kg de végétaux chez soi représente en termes d'émissions de particules fines l'équivalent de 14 000 km parcourus dans une voiture essence récente. Pour éviter cette pollution de l'air, privilégiez le compostage de vos déchets verts. Vous pouvez aussi les stocker en fonction de la réouverture de la déchetterie la plus proche de chez vous.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000

MINISTÈRE
DE LA TRANSITION
ÉCOLOGIQUE
ET SOLIDAIRE

Liberté
Égalité
Fraternité

COVID-19

LES BONS GESTES FACE AU CORONAVIRUS : OÙ JETER LES MASQUES, MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?

Ces déchets doivent être jetés dans un **sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.**

Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être **soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.**

Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le **sac poubelle pour ordures ménagères.**

Ces déchets ne doivent **en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables** ou poubelle «jaune» (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

COVID-19

PORTER UN MASQUE, POUR MIEUX NOUS PROTÉGER

Se laver les mains **avant** de mettre son masque et **après** l'avoir retiré

Mettre et enlever le masque en le prenant par les lanières

Couvrir le nez et la bouche

Une fois posé, ne plus le toucher

Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter **ou** s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000
(appel gratuit)

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

Santé publique France

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES

Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique

Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter

Eviter de se toucher le visage

Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres

Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades

En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000
(appel gratuit)

W-0314-001-2003 – 20 mars 2020

3.2. ANNEXE N° 2 : Formulaire de reprise

A.S.T.A.

Association Sportive et Culturelle Notre-Dame de Toutes-Aides

FORMULAIRE DE REPRISE D'ACTIVITÉ POST CONFINEMENT

Le présent formulaire définit les conditions auxquelles son signataire peut accéder aux installations de l'Association dans le contexte de sortie du confinement instauré en raison de la crise sanitaire COVID-19. Cette possibilité d'accès et les engagements pris par la signature de ce formulaire sont exclusivement réservés aux membres de l'Association à jour de leur cotisation à l'exclusion de toute autre personne.

PAR LA PRESENTE :

- Il (Elle) atteste avoir été informé(e) que l'Association s'est engagée à respecter les mesures édictées par le gouvernement pour freiner la diffusion du Covid-19 tout au long de la crise sanitaire actuelle;
- Il (Elle) reconnait que malgré la mise en œuvre de ces moyens de protection l'Association ne peut lui garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19 ;
- Il (Elle) s'engage à prendre toutes les précautions nécessaires à la protection de sa santé et de celle des autres personnes présentes dans l'enceinte sportive de l'Association ou de tout équipement mis à la disposition de sa section, notamment en respectant les gestes barrière rappelés dans le protocole post-confinement ;
- Il (Elle) s'engage à respecter les mesures de protection obligatoires ainsi que les mesures de protection préconisées par le gouvernement et en particulier celles édictées par le ministère des sports ;
- Il (Elle) s'engage également à respecter le protocole de reprise d'activités de l'Association et les fiches édictées par la Fédération à laquelle il (elle) est rattaché(e) pour aménager la pratique de sa discipline au cours de la crise sanitaire actuelle. Ces obligations sont consignées dans le «Protocole de sortie de confinement» consultable sur le site internet de l'ASTA - www asta.fr.

Nom et prénom de l'adhérent	
Pour les mineurs nom et prénom du responsable légal	
Date	
Signature (du membre majeur ou du responsable légal pour les membres mineurs)	

3.3. ANNEXE N° 3 : Listing participants

A.S.T.A. COVID-19

Listing des participants

Activité		Date	

Nom	Prénom	Observations *

* Tous les incidents doivent être signalés sur le présent document