

PLAN DE DÉCONFINEMENT

RANDONNEUR INDIVIDUEL / FAMILIAL

Du 11 mai au 1er juin

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



CONVIVIALITÉ

Partage de repas, pots, festivités



À éviter
Avec distanciation pour le pique-nique

Discussions en présentiel



Avec distanciation et masque
si possible



COMPÉTITIONS



interdites



MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC



interdites



SÉJOURS ET VOYAGES



Pas conseillé



ACCIDENT



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



VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ

Votre comité départemental

info@ffrandonnee.fr

Suivez les recommandations de la FFRandonnée et l'évolution du plan de reprise de l'activité régulièrement mis à jour sur le site www.ffrandonnee.fr