



MINISTÈRE  
DES SPORTS

Liberté  
Égalité  
Fraternité

Coronavirus COVID-19

Du 02 au 22 juin 2020

# GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

Post-confinement  
lié à l'épidémie de Covid-19

Édition au 08 juin 2020



# SOMMAIRE

---

<b>ÉDITORIAL DE LA MINISTRE DES SPORTS</b>	<b>4</b>
<b>I. RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA REPRISE SPORTIVE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 POUR L'ENSEMBLE DES SPORTIFS</b>	<b>7</b>
<b>II. RECOMMANDATIONS DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES</b>	<b>10</b>
<b>III. FICHES SPORT PAR SPORT</b>	<b>14</b>
ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS	14
AÉROMODÉLISME	15
AÉRONAUTIQUE	17
AÉROSTATION	19
ATHLÉTISME	20
AVIRON	23
BADMINTON	25
BALL TRAP ET TIR À BALLE	27
BILLARD	29
BOWLING ET SPORT DE QUILLE	32
CANOÉ-KAYAK ET SPORTS DE PAGAIE	34
CHAR À VOILE	36
COURSE D'ORIENTATION	38
CYCLISME	40
CYCLOTOURISME	42
DANSE	44
ÉCHECS	45
ÉQUITATION	47
ESCRIME	49
FLYING DISC	51
FORCE ATHLÉTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES	53
GOLF	56
GYMNASTIQUE	58
HALTÉROPHILIE MUSCULATION	61
HANDISPORT	67
HÉLICOPTÈRE	70
LONGUE PAUME	73
MONTAGNE ET ESCALADE	76

Autres activités à corde : VIA FERRATA, PARCOURS SUR CORDE EN FALAISE, PARCOURS ACROBATIQUES EN HAUTEUR	80
MOTOCYCLISME	82
MOTONAUTIQUE	84
NATATION	86
PARACHUTISME	87
PÊCHES SPORTIVES	89
PELOTE BASQUE	90
PENTATHLON MODERNE	91
PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL	93
ÉTUDES ET SPORTS SOUS-MARINS	95
PULKA ET TRAINEAU À CHIENS	98
RANDONNÉE PÉDESTRE	99
ROLLER (course et randonnée), PATINAGE ET SKATEBOARD	101
SAUVETAGE SECOURISME	102
SKI NAUTIQUE ET WAKEBOARD	104
SKI	106
SPÉLÉOLOGIE	107
SPORT ADAPTÉ	110
SPORT AUTOMOBILE	113
SPORT BOULES	115
SPORTS DE GLACE - PATINAGE	117
SPORTS DE TRAINEAUX, SKI/VTT JOERING	120
SQUASH	122
SURF	124
TENNIS DE TABLE	126
TENNIS ET DISCIPLINES ASSOCIÉES	128
TIR À L'ARC	131
TIR	133
TRIATHLON	134
TWIRLING BÂTON	135
ULM	137
VOILE	139
VOL LIBRE	141
VOL EN PLANEUR	143

# ÉDITORIAL DE LA MINISTRE DES SPORTS



**Roxana Maracineanu**  
Ministre des Sports

Le sport est à la fois un enjeu et un symbole. Un enjeu de santé, de bien-être, d'éducation, de cohésion sociale mais aussi un symbole de liberté.

Pendant le confinement, et quoique limitée, la pratique d'une activité physique est restée possible à titre dérogatoire. Elle est aussi entrée dans le quotidien de beaucoup de Français à domicile.

Alors que la France sort progressivement du confinement, la pratique sportive se libère, les équipements sportifs rouvrent leurs portes, la vie associative reprend.

C'est un retour à une vie sociale « normale » qui doit s'effectuer avec prudence. Il va permettre progressivement à chacune et chacun de reprendre son sport, sa passion, seul ou avec l'aide de son club.

Le sport doit contribuer à la réussite de la sortie de confinement de notre société toute entière. C'est pourquoi, je compte sur les clubs et les éducateurs sportifs pour renouer les liens avec leurs adhérents, avec les pratiquants. Je compte aussi sur eux pour se rapprocher de leur collectivité et des écoles de leur territoire afin de soutenir les enseignants et les familles lors du retour des enfants à l'école.

Mais n'oublions pas que nous ne sommes pas encore sortis de la crise sanitaire. Le chemin vers une vie « normale » sera progressif. Il le sera encore davantage si nous ne sommes pas rigoureux dans l'application stricte des gestes barrières et des règles de distanciation physique.

Ce guide a été réalisé avec le concours des fédérations sportives pour vous accompagner dans la manière de pratiquer votre sport durant cette période du 2 juin au 22 juin.

Mon conseil est de reprendre progressivement.

Après des semaines de confinement et même si vous avez pratiqué du sport à la maison ou à l'extérieur, il est nécessaire d'être précautionneux pour éviter les blessures. N'hésitez donc pas à demander l'avis ou l'accompagnement d'éducateurs professionnels pour reprendre sûrement et en cas de doute sur votre état de santé, consultez un médecin.

La santé est notre bien le plus précieux. Et le sport a un rôle clé pour la garder, la retrouver. La crise du Covid-19 nous a fait prendre conscience de l'importance d'être en bonne condition physique pour lutter contre le virus.

Alors, c'est le moment, plus que jamais, de se remettre au sport, de motiver nos proches, voisins, enfants, parents à pratiquer une activité physique. A une intensité raisonnable bien sûr et en respectant les règles sanitaires qui figurent dans ce guide. Le sport n'est pas comme on veut bien le dire souvent synonyme d'effort ou de douleur. Le sport, c'est du plaisir, du bien-être et un formidable moyen de se sentir bien et confiant en soi.

Remettons-nous en mouvement de manière responsable, progressivement, prudemment mais sûrement. Nous avons notre destin entre les mains.

Roxana MARACINEANU

# **RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA REPRISE SPORTIVE**



# I. RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA REPRISE SPORTIVE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19 POUR L'ENSEMBLE DES SPORTIFS

## A. Recommandations sanitaires à la reprise sportive post confinement lié à l'épidémie de Covid-19 (à l'exclusion du sport de haut niveau et du sport professionnel)

1. Pour les personnes ayant contracté 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), **une consultation médicale s'impose avant la reprise**. La reprise de l'activité physique peut être examinée lors des consultations médicales de suivi du patient Covid-19.
2. Pour les personnes contact d'un cas confirmé, pas de reprise d'activité sportive avant 14 jours. Une consultation n'est pas nécessaire ensuite pour la reprise si pas de symptôme développé pendant ces 14 jours. En cas de symptôme et confirmation Covid-19, voir le point 1.
3. 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.
4. 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.

### RESPECTER SCRUPULEUSEMENT LES CONDITIONS ET LES MODALITES DE REPRISE DES APS FIXEES PAR LE GOUVERNEMENT :

- Seules les activités sportives individuelles pratiquées en extérieur sont autorisées
- Les activités sportives impliquant ou favorisant les contacts entre les personnes ne sont pas autorisées.

## B. Les règles de distanciation physique

Il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact au-delà de 1 m :

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

## C. Les mesures barrières doivent être maintenues

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique ;
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc...) ;
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette,...) doit être proscrit ;
- L'utilisation de matériels personnels est privilégiée, à défaut, le matériel commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation ;
- Le port du masque n'est pas compatible avec la pratique sportive. Il peut se justifier dans certaines situations (préparation de l'activité notamment) où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

## ARRÊTER IMPÉRATIVEMENT TOUTE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET CONSULTER RAPIDEMENT UN MÉDECIN DEVANT L'APPARITION DES SIGNES D'ALERTE SUIVANTS :

---

- douleur dans la poitrine
- essoufflement anormal
- palpitations
- variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort
- perte brutale du goût 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

## SUIVRE LES CONSEILS SUIVANTS :

---

- Respecter les 10 règles d'or des cardiologues du sport\* ;
- Ne pas prendre de paracétamol à titre préventif (risque de masquer la fièvre) ;
- Ne pas prendre d'anti inflammatoire y compris aspirine et ibuprofène sans avis médical ;
- NE PAS S'AUTOMEDIQUER A L'HYDROXYCHLOROQUINE ;
- Ne pas pratiquer seul dans des zones isolées et/ou difficilement accessibles par les secours ;
- Surveiller sa température régulièrement au repos, à distance d'un exercice.

\*<https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or>

# RECOMMANDATIONS DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES



## II. RECOMMANDATIONS DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

### A. Une stratégie nationale

La stratégie nationale de déconfinement été annoncée par le Premier ministre le mardi 28 avril 2020. S'appuyant sur trois principes (protection, progressivité et adaptation locale) et un triptyque (protéger, tester, isoler), un second train de mesures s'appliquera pour une période de trois semaines (02 au 22 juin), rythme que le gouvernement souhaite conserver pour étendre progressivement les différentes mesures en fonction de l'évolution des indicateurs épidémiques. Les modalités pratiques de cette stratégie viennent d'être précisées jeudi 28 mai.

Pour ce qui concerne la vie sociale, et plus particulièrement des activités sportives, les mesures annoncées sont les suivantes :

- il sera possible de **pratiquer une activité sportive individuelle en plein air sur tout le territoire et également dans les équipements couverts (salles, gymnases, tec.) en zone verte, et autorisés**, dans le respect des règles de distanciation sociale,

- les **sports collectifs, les sports de contact et les sports pratiqués** ne seront **pas autorisés** ;
- les **activités sportives autorisées** ne peuvent donner lieu à des regroupements de plus de **10 personnes** ;
- les **parcs, jardins et autres espaces verts aménagés** dans les zones urbaines, les **plages, plans d'eau et lacs** ainsi que les **centres d'activités nautiques** seront à nouveau **accessibles** ;
- les **grandes manifestations** (sportives, culturelles, évènementielles) regroupant **plus de 5000 personnes** ne pourront **pas** être **programmées avant septembre** ;
- la **saison sportive 2019/2020 des sports professionnels**, notamment le football, **ne pourra pas reprendre**.

### B. Une reprise individualisée des activités physiques et sportives

Le ministère souhaite accompagner les différentes fédérations sportives, et les associations qu'elles regroupent, dans la déclinaison de ces mesures au plan local, tout en réaffirmant que la santé des pratiquants et des sportifs doit demeurer la préoccupation principale de tous.

Il rappelle également la nécessité pour les Français de pratiquer une activité physique et sportive tant du point de vue du bien-être que de la santé de chacun. La pratique d'une activité physique et sportive est un enjeu de santé publique d'autant plus important que la crise sanitaire que nous traversons implique une augmentation de la sédentarité et de l'inactivité physique

Néanmoins, sur les recommandations du Haut Conseil de Santé publique, une distanciation physique spécifique entre les pratiquants est une

condition indispensable à la pratique de l'activité physique. Les activités sportives pourront donc se faire :

- en extérieur sur tout le territoire, et également dans les équipements sportifs couverts pour les zones vertes
- sans utilisation de vestiaires (tous les vestiaires collectifs devront rester fermés),
- en ne donnant pas lieu à des regroupements de plus de 10 personnes,
- et, lorsqu'elles s'intègrent dans une organisation collective, après vérification des conditions de santé nécessaires à la reprise d'activité.

Ainsi, il est recommandé que les activités individuelles se limitent aux activités se pratiquant avec un matériel personnel. Si le cadre de l'activité impose un matériel à usage collectif, il fera l'objet d'un protocole d'hygiène écrit et contrôlé par le responsable de la structure.

Lorsque certaines activités sportives individuelles extérieures se pratiquent en présence d'autres personnes, les pratiquants devront strictement respecter une distance physique de 2 mètres entre chaque pratiquant (des distances plus importantes pouvant parfois être recommandées), et adopter des règles de maniement de l'équipement partagé propres à chaque activité.

La reprise des activités physiques sportives à destination des enfants scolarisés et celle des sportifs de haut niveau et des sportifs professionnels relèvent de dispositifs spécifiques.

Par ailleurs, pour les personnes en situation d'affection de longue durée qui sont engagées dans un parcours de soin proposant des activités

physiques adaptées, celles-ci doivent pouvoir reprendre dans le respect des précautions sanitaires générales et des prescriptions médicales prévues.

Il est souligné que l'enjeu principal de cette première phase de reprise d'activité est bien de concilier le retour progressif aux activités sociales tout assurant la protection vis-à-vis des risques permanents de contamination par le virus du Covid-19. Dans ce contexte, il convient de préciser comment doivent **se conjuguer les principes d'activité individuelle et de rassemblement**.

Par regroupement limité à 10 personnes, il convient bien de considérer qu'il s'agit là d'une mesure **des flux de personnes présentes simultanément dans un espace rapproché** (équipement ou établissement où sont organisées les activités). Si plusieurs "groupes" d'un maximum de 10 personnes sont présents, ils sont espacés entre eux et respectent en leur sein les règles de distanciation physique individuelle.

## C. Des disciplines sportives non autorisées

Certaines disciplines sportives, parce que leurs règles de jeu augmentent les risques de contagion, ne pourront pas être pratiquées pendant cette deuxième phase de déconfinement. Il s'agit des **sports collectifs, et des sports de combat et/ou de contact**.

Pour autant, et parce qu'il est essentiel pour les clubs et structures proposant ces disciplines de retrouver une dynamique associative, toute initiative de

club proposant des activités alternatives dans le respect des principes sanitaires de portée générale (activités individuelles, effectif limité à 10 personnes, distanciation physique en fonction de la nature des activités proposées, consignes sanitaires) demeure possible. Le Guide des sports à reprise différée diffusé par le ministère présente ses différentes activités.

## D. Des adaptations locales nécessaires

L'un des trois principes retenus pour déployer la stratégie nationale de déconfinement est celui de l'adaptation locale. Parce que le virus ne circule pas de façon homogène sur l'ensemble du territoire, et que certains équipements sportifs couverts doivent donc demeurer fermés (zone orange) demeurent fermés et parce que l'utilisation d'équipements nécessaires à la pratique sportive relèvent de la responsabilité de collectivités librement administrées, des décisions locales viendront compléter les mesures nationales. Il appartiendra à tous les pratiquants de s'y conformer strictement.

## **E. Quelques recommandations générales pour l'accueil en club**

- Faire respecter les gestes barrières et la distanciation et rappeler l'interdiction d'accès aux vestiaires.
- En cas de personne symptomatique, lui demander de quitter les lieux et l'inviter à consulter.
- Mise à disposition de gel hydro-alcoolique et/ou de savon.
- Port des masques obligatoire lors des phases d'accueil.
- Dans la mesure du possible un affichage des consignes sanitaires sur les lieux de pratique et un rappel systématique à chaque nouvel arrivant.
- L'édition d'un document spécifiant les conditions de reprise à destination des éventuels formateurs.
- Organiser l'activité sportive, intérieure ou extérieure, statique ou dynamique, en respectant toujours la distanciation physique de 2 mètres au moins entre chaque pratiquant.
- En cas d'utilisation de mobilier (tables, chaises...) celui-ci devra être désinfecté avant et après chaque cours.
- L'utilisation par les pratiquants de leur propre équipement de protection individuelle et de leur matériel de pratique, et pas d'échange de matériel, outillage, entre pratiquants sans désinfection préalable.
- L'enregistrement par le club des coordonnées de chaque pratiquant dans un cahier de présence. Le club s'engage à communiquer celui-ci aux services sanitaires qui en feraient la demande à visée épidémiologique.
- L'utilisation de moyens de locomotion personnels et individuels pour se rendre au lieu d'activité.

## **F. Pour aller plus loin**

Toutes les activités sportives autorisées et mises en place par les fédérations sportives agréées ou délégataires sont présentées en annexe avec un lien vers les sites fédéraux.

# FICHES SPORT PAR SPORT





**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

## ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

**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 :

- Dès le 2 juin 2020

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toutes les formes de pratiques individuelles et chorégraphiées sans contact (taolu, jiben gong) des arts énergétiques et martiaux chinois : Taichi chuan, Qigong, Kungfu, Raquettes chinoises-roliball (pratique individuelle sans échange avec un partenaire)...

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

- Exercices de santé et bien-être, chorégraphies de mouvements.
- Distanciation physique : 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique.
- En intérieur : groupes ou sous-groupes de 10 personnes maxi (encadrant compris) ; respect des règles de distanciation physique dans chaque groupe (2 m entre chaque pratiquant, 4 m<sup>2</sup> par personne minimum) et entre les groupes (10 m recommandés).

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 : <https://faemc.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### AÉROMODÉLISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE AÉROMODÉLISME

**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 compter du 2 juin :**
  - Reprise de la pratique individuelle
  - Reprise de la pratique en club y compris dans les espaces indoor en zone verte

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés de la fédération
- Grand public

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Les activités : le vol libre, le vol circulaire, le vol radiocommandé, l'astromodélisme et la mini aérostation
  - Les phases de vol
  - Les phases de préparation et/ou de réparation
  - La formation
  - L'entretien des terrains d'aéromodélisme

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

- Utilisation par les pratiquants de leur propre matériel de pratique de façon exclusive
- **Règles applicables aux pratiquants :**
  - En cas de doute sur son état de santé ne pas aller pratiquer et contacter un médecin
  - Port de masque et lunette larges ou visières protectrices en cas d'accompagnement d'une autre personne
  - Pratiquer puis rentrer chez soi

**ACTIVITÉ SPORTIVE****AÉROMODÉLISME**

- Ne pas rester inactif sur le lieu de pratique
- Déplacement sur site individuellement ou à deux maximum dans le respect des règles de distanciation physique (2 m)

**• Règles applicables aux clubs :**

- Faire respecter les gestes barrières et la distanciation physique (2 m)
- En cas de personne symptomatique, lui demander de quitter les lieux et l'inviter à consulter.
- Mise à disposition des masques pour ceux qui en seraient démunis, du gel hydro-alcoolique et/ou un moyen de se laver les mains avec du savon.
- Port des masques obligatoire lors des phases d'accueil et de pratique.
- Rappel et précision des règles sanitaires à chaque nouvel arrivant : elles seront affichées sur les lieux de pratiques.
- Edition d'un document spécifiant les conditions de reprise à destination des éventuels formateurs.
- Tenue des cours permettant l'espacement d'au moins 2 m entre chaque personne. En cas d'utilisation de mobilier (tables, chaises ...) celui-ci devra être désinfecté avant et après chaque cours.
- Réduction des groupes (10 personnes au maximum encadrants inclus) pour respecter les règles de distanciation physique (2 m) et éviter les contacts. Selon la superficie des lieux d'accueil des autorisations locales pourront être sollicitées.
- Utilisation par les pratiquants de leur propre équipement de protection individuelle et de leur matériel de pratique, et pas d'échange de matériel, outillage, entre pratiquants sans désinfection préalable.
- Enregistrement par le club des coordonnées de chaque pratiquant dans un cahier de présence. Le club s'engage à communiquer celui-ci aux services sanitaires qui en feraient la demande à visée épidémiologique.
- Utilisation de moyens de locomotion personnels et individuels pour se rendre au lieu d'activité.

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.ffam.asso.fr](http://www.ffam.asso.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### AÉRONAUTIQUE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE AÉRONAUTIQUE

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales. Pour la pratique des vols en biplace, celle-ci devra se dérouler conformément aux principes et recommandations diffusées le 9 juin 2020 par la Direction générale de l'aviation civile (DGAC).  
<https://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/activite-des-aeroclubs>

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- A partir du 2 juin, reprise des entraînements sportifs seul à bord et en équipage à deux, dans le respect des conditions précisées par la DGAC et des dispositions générales (rassemblement limité à 10 personnes, distanciation, gestes barrière).

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les pilotes, adhérents ou non des aéroclubs

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Tout type de vol solo
- Vol sportif en biplace selon recommandations DGAC

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

##### Mesures sanitaires générales

- L'organisation de l'aéroclub
  - Renforcer et adapter la communication interne et externe, l'affichage et la diffusion
  - Autorisation des vols solos
  - Respect des mesures et gestes barrières
  - Mise à disposition dans les locaux de lingettes désinfectantes, de masques...
  - Assurer le nettoyage fréquent des locaux et zone d'accueil

**ACTIVITÉ SPORTIVE****AÉRONAUTIQUE**

- Mise à jour des check-list pour y inclure le nettoyage et la désinfection de l'aéronef entre chaque utilisation (avant et après le vol)
- Limitation du nombre de personne dans les salles de briefing à 10, encadrement compris
- Recommander l'utilisation du matériel individuel (casque, carte, outils de navigation...)
- Les conditions de mise en place des vols imposent le nettoyage et désinfection du cockpit ainsi que le port du masque

**Mesure aéronautiques spécifiques de reprise selon décision de la DGAC pour certains types de vols**

- Conditions de reprise assurant la sécurité
  - Briefing obligatoire par l'encadrement du club (FI, FE) pour les pilotes qui se trouvent sous le coup de la dérogation DSAC
  - Remise à niveau des connaissances théoriques

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.ff-aero.fr](http://www.ff-aero.fr)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**AÉROSTATION**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÉROSTATION

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales. Pour la pratique des vols avec instructeur, ceux-ci devront se dérouler conformément aux principes et recommandations diffusées par la Direction générale de l'aviation civile (DGAC).

**RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :**

- Une reprise partielle des activités aérostatiques est envisagée dès le 11 mai pour les activités proposées ci-après.
- Toute reprise d'activité sera également soumise aux directives de l'aviation civile.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Pilotes ayant besoin du nombre d'heures prévu par la réglementation dans l'obligation d'expérience récente afin d'effectuer des vols spécifiques.
- Les pilotes de club pour les vols en solo.

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Vols en solo uniquement
- Vols entraînement à la compétition

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

- La pratique de la montgolfière se fait en pleine nature.
- L'équipe au sol sera réduite à une, voire deux personnes selon la taille du ballon mis en œuvre dans le cadre des directives géographiques gouvernementales :
- Respect des gestes barrières, désinfection du matériel, des instruments de bord, respect de la distanciation, pas d'appel au public, pas de rassemblement de plus de 10 personnes.

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 : <https://www.ffaerostation.org/>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**ATHLÉTISME**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

**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 :**

- **Depuis le 11 mai** : reprise de l'athlétisme de manière individuelle (sans limite de durée, sans attestation et en respectant la distanciation physique) ;
- **A partir du 2 juin** : reprise de l'athlétisme dans les lieux couverts (salles indoor, gymnases et salles de musculation) en zone verte uniquement.
  - En phase 1 : la reprise d'entraînement structuré est déconseillée car la reprise doit s'effectuer dans la logique de la réathlétisation post traumatique et ce, même si tous les athlètes sont remplis d'énergie.
  - En phase 2 : Suite à la réouverture des installations sportives et des établissements INSEP, CREPS, clubs, le retour à l'entraînement encadré et structuré pourra se remettre en place de manière PROGRESSIVE, ADAPTEE et INDIVIDUALISEE et selon les règles sanitaires en vigueur.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Les clubs proposeront prioritairement la relance leurs activités à destination de leurs adhérents et ceux qui en seront en capacité, pourront participer à l'encadrement du grand public.
- Les licenciés FF Athlétisme.
- Le public U12

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Dès la **réouverture des clubs et structures**, le travail de footings individuels et la préparation physique générale, conditions de reconditionnement à la reprise d'un entraînement structuré et intensif, sera poursuivi et complété par l'ensemble du travail de reprise de sensations techniques **dans le respect d'une gestion des flux de personnes présentes sur le site interdisant les rassemblements de plus de 10 pratiquants (encadrement compris)**.
- Selon les espaces disponibles, plusieurs groupes de 10 pratiquants pourront être accueillis simultanément dans le même équipement dès lors que :
  - chaque groupe respecte en son sein les règles de distanciation physique imposée pour la pratique sportive (2 m),

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## ATHLÉTISME

- l'espace disponible, la pratique proposée et les modalités de circulation et d'espacement des groupes permettent de respecter les principes généraux de distanciation (un espacement de 5 à 10 mètres entre les groupes est recommandé).
- Pour les **autres publics**, il est alors conseillé de pratiquer la marche active, athlétique et nordique, le travail de préparation physique général.

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

- Arriver en tenue de sport avec sa réserve d'eau, son gel hydro alcoolique et sa serviette.
- Respecter dans l'enceinte du stade les règles de distanciation imposées (2 mètres d'espacement sur les exercices statiques ou dynamiques).
- S'interdire toute transmission de matériel pendant la séance et réserver le matériel affecté à un usage strictement personnel ; conserver le matériel affecté pendant la séance et le nettoyer/désinfecter avant rangement.
- Se doucher en rentrant à la maison et mettre sa tenue de sport au lavage. Laisser ses chaussures de sport dans l'entrée.

## ADAPTER LES RÈGLES SELON LES SPÉCIALITÉS

<b>Courses de vitesse</b>	
<b>Courses longues et marche nordique</b>	
<b>Saut</b>	
• Grande vigilance sur les supports de réception synthétiques du fait de la permanence du virus sur certains matériaux.	
<b>Lancers</b>	
• Engin affecté à un seul lanceur • Laver les engins avant et après la séance	
<b>Espaces couverts – Gymnases</b>	
• Les règles restent identiques à celles réservées jusqu'alors pour l'extérieur (ci-dessus) • Le travail en atelier impose la règle des 4 m² pour chaque sportif	Travail en ateliers

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## ATHLÉTISME

**Espaces couverts – Salle de musculation**

- Nettoyage régulier des appareils
- Effectif inférieur ou égal à 10 (cadre compris) mais aussi en relation avec l'espace de la salle
- Distance entre les appareils de musculation au moins de 2 m
- Le travail en atelier impose la règle des 4 m<sup>2</sup> pour chaque sportif

Distance de 2m entre chaque appareil de musculation



Des ateliers de renforcement musculaire avec au minimum un espace personnel de 4m<sup>2</sup>

**Pistes d'athlétisme couvertes**

- Se référer aux règles de la piste en extérieur mais le nombre de groupes de 10 doit être en rapport avec l'organisation adoptée et le contenu des séances proposées.



La FF Athlétisme a créé des fiches à l'intention des différents acteurs de la FFA qui ont pour objectif d'accompagner la reprise d'activités des athlètes, entraîneurs, dirigeants, formateurs, en identifiant les 10 règles d'or de cette reprise « Decattitude » qui se veulent simples, accessibles et structurantes, mais aussi portant sur des conseils de réathlétisation post-confinement.

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.athle.fr](http://www.athle.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### AVIRON

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AVIRON

**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 dès le 2 juin dans le respect :
  - des consignes gouvernementales, voire préfectorales ou locales spécifiques ;
  - de l'application des mesures de prévention permettant de garantir la protection de la santé de l'ensemble des personnes (dirigeants, encadrants, pratiquants) ;
  - de la promotion des recommandations des consignes sanitaires visant à limiter la propagation du virus ;
  - d'une progressivité de reprise en fonction des différentes catégories de pratiquants.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Sportifs licenciés, adhérents, pratiquants occasionnels, accueils collectifs (scolaires, ACM).
- Dans le respect d'une organisation collective garantissant l'absence de groupes de plus de 10 personnes encadrement compris.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Pratique de l'aviron en bateau individuel.
- Pratique en salle (rameur d'intérieur, PPG et musculation) à partir du 2 juin en zone verte et du 22 juin en zone orange avec application mesures mentionnés au point « aménagement de la pratique » et strict respect des mesures sanitaires nationales (distanciation, gestes barrière, vestiaires collectifs fermés).

**ACTIVITÉ SPORTIVE****AVIRON****LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE  
(formes d'activités et/ou cadre de pratique) :****Le site**

- Mise en place d'une zone d'accueil avec gel hydro-alcoolique et matérialisation d'une zone d'attente en cas de nécessité
- Tenue d'un registre des personnes accueillies au club (nom, prénom, heures arrivée, départ, contact)
- Affichage des informations et consignes nécessaires à la gestion de la situation sanitaire et de la navigation (éviter tout recours à la distribution de supports papier)
- Vestiaires collectifs fermés
- Organisation d'une circulation à sens unique pour accéder au garage à bateaux et au ponton d'embarquement, puis en fin de séance, à la zone de nettoyage du bateau avant stockage
- Respect des règles de distanciation interpersonnelle sur les différents secteurs de la structure (accueil, local matériel, salle PPG/musculation/rameur intérieur le cas échéant, accès ponton, embarquement, débarquement, nettoyage, rangement) : distance interpersonnelle de 2 mètres entre chaque personne en dynamique et 4 m<sup>2</sup> par personne en statique
- Fermeture des zones ne permettant pas le respect des règles de distanciation inter personnelle
- Accès à un point d'eau extérieur pour lavage des mains

**Les personnels ou bénévoles en charge de l'accueil et de l'animation**

- Désignation d'un référent Covid-19 pour la structure d'accueil
- Désignation d'un régulateur des flux de pratiquants/jour d'activité ; personne chargée de faire respecter les consignes
- Port du masque obligatoire pour l'ensemble des encadrants, bénévoles et chargés d'accueil

**Locaux et matériels**

- Ravitaillement régulier en produits nécessaires au respect des consignes sanitaires (savon liquide, gel hydro-alcoolique, essuie-mains à usage unique, poubelles et sacs poubelle, désinfectant)
- Désinfecter régulièrement les différents points contact
- Désinfecter et nettoyer systématiquement les matériels après chaque utilisation (bateaux, manches des avirons, sécurité)

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 : <https://ffaviron.fr>



# MINISTÈRE DES SPORTS

Liberté  
Égalité  
Fraternité

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### BADMINTON

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BADMINTON

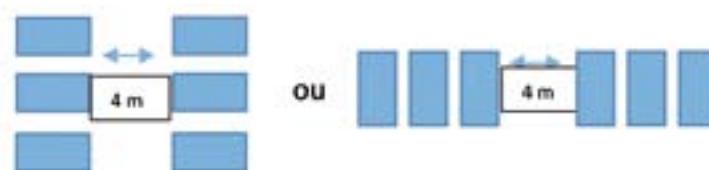
**Avertissement :** toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive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

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

- Dès le 2 juin 2020
- Préconisation pour tous les joueurs d'une reprise avec progressivité dans l'intensité physique.

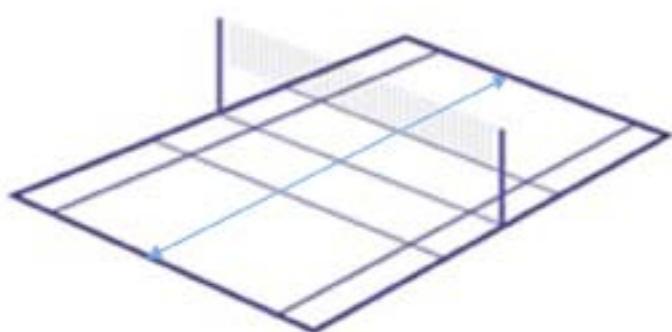
### LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

- Pratique usuelle transposée en extérieur
- Pratique en salle :
  - Nombre de joueurs fonction du nombre de terrains
    - Moins de 13 ans : 2 ou 4/ terrains, jeu en 1 contre 1 sur terrain ou demi-terrain
    - Plus de 13 ans : 2 ou 4/ terrains, jeu en 1 contre 1
  - Le nombre de joueurs dans la salle est géré par le responsable de la séance
  - 10 joueurs maximum encadrement compris pour 3 terrains
  - 3 terrains / 10 personnes maximum encadrement compris :
    - Distance réglementaire entre les terrains
    - Distance entre 2 X 3 terrains minimum 4 m



### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Public moins de 13 ans
  - Possibilités d'exploiter le terrain tracé pour jouer à 4 sur un terrain divisé en deux dans le sens de la longueur. Les joueurs jouent sur la logique du simple sur ½ terrain réduit



## ACTIVITÉ SPORTIVE

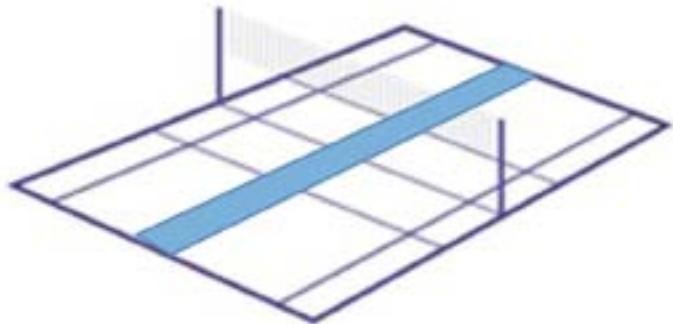
## BADMINTON

- Public plus de 13 ans

- Possibilités d'exploiter le terrain tracé pour jouer à 4 sur un terrain divisé en trois dans le sens de la longueur avec une zone où aucun joueur ne peut pénétrer



- Les joueurs jouent sur la logique du simple sur ½ terrain réduit



## LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Dans tous les espaces ouverts et autorisés extérieurs et intérieurs dans le respect des directives sanitaires et d'occupation du domaine public.

## LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- Respect strict des gestes barrières nationaux et des règles de distanciation physique

## Déclinaison spécifique pour le badminton :

- La personne qui monte ou démonte le filet le fait avec des gants jetables, jetés après utilisation
- Volant personnalisé et identifié. Autant de volant que de participants (Chacun ne touchant que son volant avec interdiction de toucher le volant du partenaire)
- Pour mieux respecter les distanciations physiques le double n'est pas autorisé dans cette première phase de la reprise d'activité

## FAIRE DU BAD AUTREMENT



Le Badminton et le Para-badminton, en pratique «solo», sont possibles à partir du lundi 11 mai à certaines conditions. La pratique ne peut se faire qu'en extérieur. La FFBAD vous accompagne dans cette reprise de badminton en plein air avec une série de mesures pour pratiquer dans des conditions optimales de sécurité.

## LE LIEU DE PRATIQUE



Uniquement en plein air.



Respect des règles de distanciation sociale de 2 mètres minimum en toutes circonstances.



Et lancer le volant, de tousser des tiges, une seule personne s'en charge.

## AVANT DE JOUER



Chacun sortira avec son propre volant (saquette, volants, poulets, gel hydroalcoolique) et en tenue.



Marquer ses propres volants avec un signe distinctif pour chaque joueur.



Les joueurs doivent se laver les mains au début et à la fin du jeu, et utiliser du gel hydroalcoolique avant et après avoir joué.

## SUR LE COURT



Utiliser uniquement des saquettes volantes précautionnièrement étiquetées.



Pas de serrage de main avec ou après le jeu.



Rappel du respect des règles de distanciation sociale de 2 mètres minimum même pendant le jeu.



Limiter les changements de côté au maximum.

## RAPPEL DES GESTES BARRIÈRES BADMINTON



Remplacer les gestes de convivialité (séjour de main, etc) par un geste avec la poignée.



Permettre le contact, quand ce n'est pas le cas, uniquement avec face de la poignée. Ne pas le toucher.



Les rassemblements, même si elles peuvent être sources de propagation du virus, sont limités à 10 personnes.

EN CAS DE SYMPTÔMES, RESPECTEZ LES CONSIGNES SANITAIRES ET RESTEZ CHEZ VOUS.

[www.ffbad.org](http://www.ffbad.org)

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.ffbad.org](http://www.ffbad.org)



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### BALL TRAP ET TIR À BALLE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BALL TRAP ET TIR À BALLE

**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 2 juin suivant le déconfinement territorial dans les clubs adhérents.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Uniquement les licenciées FFBT : pas d'accueil d'initiation ni d'autres fédérations

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Entrainements aux disciplines de la Fédération Française de Ball trap et tir à balle
  - Le Compak Sporting, Fosse Universelle et DTL
  - Le Tir aux Hélices et Sanglier Courant
  - Le Parcours de Chasse

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

- Pratique sur réservation uniquement.

#### Mesures à mettre en œuvre sur l'ensemble du site

- Affichage de panneaux d'information aux entrées des espaces d'activités expliquant les indications « de bonne conduite : éviter les contacts, respect des gestes barrières, rappel de la responsabilité de chacun »
- Accès au stand réservé aux seuls licenciés FFBT, sans accompagnant, selon la procédure de planification mise en place par le club et uniquement sur la tranche horaire programmée afin de respecter les dispositions gouvernementales sur les rassemblements limités à 10 personnes maximum
- Le personnel (y compris bénévoles) doit être identifiable (badge, brassard...) et porter masques et gants en permanence
- Mise à disposition de tous de gel hydro-alcoolique
- Nettoyage fréquent et désinfection des espaces communs et tout particulièrement des sanitaires
- Organisation du parking pour respecter la distanciation

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### BALL TRAP ET TIR À BALLE

- Condamnation des espaces ne permettant pas le respect des distances
- Mise en place de règles de circulation par des marquages au sol si besoin
- Les clubs-house sont ouverts à compter du 2 juin en zone verte et du 22 juin en zone orange
- Les vestiaires collectifs demeurent fermés
- Les points de vente des consommables nécessaires à la pratique ne doivent être accessibles que par un seul client à la fois s'il est installé en intérieur et permettre de respecter la distanciation s'il est installé en extérieur
- Les règlements par carte bancaire sont à privilégier ; en cas de règlement par espèces, prévoir l'appoint dans la mesure du possible

**Mesures à prendre par les pratiquants :**

- Chaque tireur utilise son propre matériel de tir
- Le matériel de tir ou autre doit être porté par le tireur ou laissé dans le véhicule
- Le port du masque est fortement conseillé en dehors des zones de tir et peut-être rendu obligatoire par décision des dirigeants des clubs
- Chaque participant qui a réservé ne peut arriver sur le parking plus de 15 mn avant son horaire et doit repartir immédiatement à l'issue de son entraînement

**Mesures sur les installations de tir :**

- Pour le Compak Sporting, Fosse Universelle et DTL :
  - Les planches seront composées de 3 tireurs (pour 5 postes) laissant ainsi un espace supérieur à 4 m<sup>2</sup> pour chaque tireur
- Pour le Tir aux Hélices et Sanglier Courant :
  - Un seul poste de tir par installation donc un tireur à la fois avec matérialisation de la zone d'attente et des intervalles entre tireurs
- Pour le Parcours de Chasse :
  - Tous les équipements (plateforme par exemple) qui ne permettent pas de respecter les distances entre les tireurs sont à proscrire
  - Les planches seront composées de 3 tireurs maximum
- Les équipements de mise en route et d'arrêt des installations seront uniquement manipulés par le personnel ou collaborateurs bénévoles du club équipés de masques et gants qui auront également en charge le contrôle du respect des distances entre les tireurs. Ils sont régulièrement nettoyés et désinfectés.
- Le club est en droit d'exclure toute personnes ne respectant pas les consignes en vigueur et d'ajouter des consignes complémentaires plus restrictives.
- Les stands ne pouvant mettre en œuvre ces mesures seront fermés jusqu'au retour à une pratique normale.

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.ffbt.asso.fr](http://www.ffbt.asso.fr)



## 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.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### BILLARD

#### **A l'accueil**

- Nos clubs sont aussi des lieux de vie, de convivialité, de partage intergénérationnel, des lieux qui favorisent la cohésion sociale. L'espace de convivialité pourra rouvrir dans le respect des protocoles applicables à la fréquentation des restaurants et des bars. Ceux-ci qui devront s'appliquer et être clairement affichés
- 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
- Afficher des numéros d'urgence et la conduite à tenir en cas de symptômes
- Faire respecter les règles de distanciation sociale (au moins 2 mètres 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 (2 m minimum à tout moment)
- Ne pas 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 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
- Se laver les mains après chaque partie

#### **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 2 mètres) 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 ;

**ACTIVITÉ SPORTIVE****BILLARD**

- 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 des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étapes et à ce stade, sans précision de chronologie. Ces scénarii pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

**Etape 2 : 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](http://ffbillard.com)



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### BOWLING ET SPORT DE QUILLE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BOWLING ET SPORT DE QUILLES

**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 PAR ÉTAPES PAR LA FÉDÉRATION :

- Selon rythme de réouverture des établissements

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pour tous les licenciés

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Des exercices de préparation physique générale et d'entraînement spécifiques à réaliser à domicile ou en extérieur (footing, vélo) dans le respect des normes sanitaires sont proposés sur le site fédéral.
- Pratique du E-bowling sur les différentes applications disponibles.
- Reprises des activités du bowling et des sports de quille dans les établissements et lieux de pratiques ouverts selon autorisation par les autorités locales dans le strict respect des consignes sanitaires précisées ci-dessous.

#### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Les quilliers ouverts, les pistes mobiles **en extérieur** et tous les espaces bowlings dans les établissements qui les accueillent et auront reçu par ailleurs l'autorisation de reprendre tout ou une partie de leurs activités (bars, restaurants, salles de jeux, discothèques) selon la couleur de la zone où ils se situent (à partir du 2 juin en zone verte et du 22 juin en zone orange).

**ACTIVITÉ SPORTIVE****BOWLING ET SPORT DE QUILLE****LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :**

- Pas de groupes de plus de 10 personnes, encadrement compris.
- Absence de contact entre les pratiquants.
- Respect des gestes barrières et des règles de distanciation physique (2 mètres au moins entre chaque pratiquant pendant l'activité physique et 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique) en vigueur.
- De façon générale, diminution du nombre de pratiquants sur les pistes au même moment : limitation à 2 personnes par piste.
- Utilisation d'une piste sur 2 seulement.
- Utilisation systématique de produits désinfectants sur le matériel en contact (boules, compteur de jeux, quilles, ...) avant et après chaque partie.
- Circuits de circulation distincts entrée/sortie des sites de pratique sans croisement possible des pratiquants.
- Port obligatoire du masque et de gants jusqu'aux aires de jeux et pour la sortie.
- **Utilisation prioritaire du matériel personnel (boules et chaussures).**
- En cas de location ou d'utilisation du matériel de l'établissement ou du club :
  - Pas de location de chaussures mais de chaussettes pour revêtir les chaussures de sport personnelles, chaussettes à déposer dans des bacs en sortie
  - Identification de chaque boule pour les joueurs
- **Dans tous les cas** pas d'échange de boule en cours de partie entre joueurs ; désinfection des mains des joueurs avant toute partie, nettoyage avec produit désinfectant de chaque boule avant et après chaque partie.

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 : [FFBSQ](#)



## ACTIVITÉ SPORTIVE

### CANOÉ-KAYAK ET SPORTS DE PAGAIE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CANOÉ-KAYAK ET SPORTS DE PAGAIE

**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 PUBLICS CONCERNÉS :

Le protocole est organisé selon deux cas de figure qui régissent l'ensemble du parcours pratiquant :

- La **pratique individuelle** s'appuie sur les critères organisationnels suivants :
  - Distanciation physique entre les pratiquants individuels eux-mêmes de 2 mètres
- La **pratique en groupe dans la limite de 10 personnes\***
  - Distanciation physique à appliquer entre plusieurs groupes de 10 personnes

La limitation des regroupements dans l'espace public de 10 personnes sera appliquée dans cette phase.

\* Le recours aux embarcations multiplaces est possible pour les bateaux qui permettent le respect de la distanciation physique de 2 mètres entre les deux pagayeurs.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

Les activités sont aménagées en cette période de reprise pour répondre aux besoins de distanciation physique entre les pratiquants et avec l'encadrement. Aussi, les choix de parcours et les choix pédagogiques seront adaptés par l'encadrement afin de favoriser une reprise progressive de l'activité physique et de limiter les interactions entre les individus.

La typologie des activités est la suivante :

- les activités associatives de loisirs et d'entraînement sportif organisées à destination des adhérents des clubs de la FFCK,
- les activités touristiques encadrées sur tout type de support propulsé à la pagaie,
- la location de canoës, de kayaks et autres supports propulsés à la pagaie,
- les activités scolaires et socio-éducatives à destination des accueils collectifs de mineurs, des élèves dans le cadre du temps scolaire et du « 2S2C ».

Les activités peuvent être :

- **Encadrées :**
  - Le cadre est formé aux mesures sanitaires et est garant de leur application.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****CANOÉ-KAYAK ET SPORTS DE PAGAIE****• Non encadrées :**

- Dans le cadre de l'activité associative, seuls les adhérents autonomes (niveau équivalent à la pagaine bleue de la FFCK conseillé) sont concernés.
- Dans le cadre des activités de location de matériel, le responsable de la structure est garant d'une organisation horaire et du choix de parcours permettant de respecter la distanciation physique.
- Les responsables d'activités de location d'un même parcours se coordonnent pour la gestion des flux sur les zones d'embarquement, de pause et de débarquement.

Les supports multiplaces sont admis pour les personnes venant ensemble ou ayant réservé ensemble, dans la limite de 10 personnes embarquées, cadre compris.

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

- Mise en place d'un système de réservation ou d'inscription en amont de la pratique
- Organisation des flux dans la structure pour ne pas se croiser
- Port du masque par le personnel de la structure et le public bénéficiaire lorsque la distanciation physique d'un mètre entre deux personnes ne peut être garantie, pour les personnes de 11 ans ou plus

**Protocole de désinfection du matériel de navigation et des EPI :**

- Soit attribution personnelle permanente de matériel (adhérents des clubs notamment)
- Soit roulement de 72 heures entre 2 utilisations
- Soit désinfection du matériel à chaque usage :
  - Définition d'une zone de désinfection
  - Définition d'un protocole de désinfection en adéquation avec les recommandations des fabricants de produits à la norme virucide

**Navettes liées à l'activité :**

- L'organisateur de l'activité s'engage à respecter les mesures sanitaires suivantes :
  - Respect des distanciations entre les pratiquants individuels et entre différents groupes constitués
  - Application de la distanciation physique avec le chauffeur et le personnel encadrant
  - Désinfection des mains avant d'entrer dans le véhicule
  - Conservation du masque pendant tout le trajet, pour toute personne âgée de 11 ans ou plus.

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 : <https://www.ffck.org/>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**CHAR À VOILE**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CHAR À VOILE

**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 : proposition de reprises des activités pour les structures qui mettent en œuvre la pratique du char à voile dans le milieu fédéral, clubs, écoles sportives associatives et centre école (EAPS déclaré) **sur des espaces autorisés**
  - La pratique sur plage (espace habituel) est interdite jusqu'à nouvel ordre
  - Pratique auto-organisée, de manière autonome, sur d'autres site que la plage (ex : parking, terrain en herbe, terrain vague) est autorisée sur l'espace public conformément aux règles en vigueur et soumis à une autorisation d'utilisation de ces espaces par les autorités compétentes.
  - Pratique encadrée autorisée sur les sites fédéraux dédiés répertoriés
- Toutes les manifestations de loisir fédérales sont annulées jusqu'à nouvel ordre.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Les licenciés de la fédération
- 250 moniteurs
- Le grand public ayant un titre de participation
- La pratique individuelle

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

Toutes les classes de char à voile sont autorisées.

- Activités « licenciés » :

Ce sont les activités individuelles d'extérieur qui nécessitent du matériel dont les pratiquants réguliers sont propriétaires mais dont la majorité prend possession dans les structures qui les accueillent (stockage). Elles sont pratiquées de façon organisée collectivement (10 personnes maximum encadrants inclus) ou individuellement et s'inscrivent dans une perspective de participation aux différentes manifestations inscrites au calendrier fédéral (ex : entraînement de pilote, école de sport du samedi après-midi...).

## CHAR À VOILE

- Activités « loisirs encadrés » :

C'est la première forme de pratique dans les structures qui mettent en œuvre la pratique du char à voile encadrée par des professionnels qui mettent en œuvre les règles techniques et pédagogiques de la pratique. Le matériel est mis à disposition du pratiquant par les structures dans le respect des règles sanitaires.

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

- Respect des distances de sécurité de 4 m<sup>2</sup> par personne et des gestes barrières lors des explications et présentation en amont de la séance de roulage.
- Respect des distances normales pour assurer la sécurité de la pratique inhérente au char à voile
- Les activités encadrées sont limitées à un rassemblement sur site de 10 personnes maximum encadrement compris,
- L'intégralité de la séance se fait en extérieur. L'accès aux espaces intérieurs est interdit à toute personnes non autorisée (clubs, bureaux, ateliers),
- Matérialisation et identification des cheminements permettant l'accès au matériel et son retour, matérialisation de zones d'attente le cas échéant
- Obligation du port de protection des voies aériennes supérieures durant toute la séance
- Port de gants personnels obligatoire. Le prêt de vêtement n'est pas autorisé.
- Gel hydro-alcoolique à disposition et utilisation obligatoire minimale avant et après la séance
- Protection de têtes type charlotte jetable sous les casques obligatoires. Nettoyage journalier des casques avec un produit désinfectant.
- Décontamination et désinfection systématique des surfaces (siège, bôme, essieux, écoute) avec une solution javel ou alcoolique (70%), laisser agir 15mn entre chaque utilisateur.
- Respect strict des consignes de sécurité émanant des encadrants et des consignes sanitaires sous peine d'exclusion immédiate
- Mise à disposition d'une poubelle sur le site de roulage pour tous les produits jetables.

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.ffcv.org](http://www.ffcv.org)



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### COURSE D'ORIENTATION

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION

**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 :

- Dès le 11 mai.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés par groupe de 10 maximum (encadrants inclus)

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Deux disciplines de course d'orientation sont autorisées après le confinement : la course d'orientation à pied et à VTT selon les modalités suivantes :
  1. Mise en place de circuits de CO et utilisation des parcours permanents d'orientation en forêt pour une pratique individuelle d'entraînement (non chronométrée),
  2. Reprise des entraînements des clubs en local et des écoles de CO (jusqu'à 10 personnes encadrants inclus).

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

Tout pratiquant disposera de son matériel personnel (boussole, VTT...) dont il fera un usage exclusif et qu'il sera le seul à manipuler. Lors de pratiques sur sites naturels, le rendez-vous est fixé sur place pour permettre l'acheminement individuel.

##### Préparation des circuits de CO temporaires par les clubs :

- Pose des balises et éventuellement boitiers sur piquets. Se laver les mains avant et après toute manipulation,
- Départ matérialisé au sol en espaçant les sas de départ (4m<sup>2</sup> minimum par personne),
- Protocole sécurisé de distribution des cartes avec les circuits et les définitions de postes,
- Nettoyage des boitiers/piquets après chaque utilisation - Les balises sont aérées pendant au moins 24 h puis rangées.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# COURSE D'ORIENTATION

### Consignes concernant la pratique chronométrée ou non :

- Atelier départ :
  - Cartes imprimées à domicile par chaque pratiquant ou mises à disposition par le club : le pratiquant se lave les mains avec du gel hydro-alcoolique (fourni) avant de récupérer sa carte, la glisse dans son plastique apporté individuellement, puis se lave à nouveau les mains,
  - Les pratiquants prennent des départs échelonnés en respectant les marquages au sol.
- Pendant la course :
  - Aucun contact avec le matériel commun : balises, boitiers de chronométrage,
  - Ne pas s'attarder au poste et se décaler pour lire la carte si besoin. Veiller à respecter les distances entre coureurs (2 mètres minimum, 5 à 10 mètres pouvant être recommandés) au poste et en course.
- Après la course :
  - Pas d'impression des temps intermédiaires - Lavage de puce électronique après chaque utilisation. Les débriefings sont déconseillés sur la zone d'arrivée, privilégier la visio-conférence après l'analyse individuelle.

**Prévention : partir avec son téléphone portable chargé.**

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 : <http://www.ffcorientation.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### CYCLISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME

**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 2 juin :
  - Activité extérieure individuelle
  - Activités encadrées rassemblant 10 personnes maximum encadrement compris

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pratiquant cycliste licencié
- Pratiquant non licencié
  - Mobilité à vélo – Savoir rouler à vélo
  - Cyclosportif
- Scolaires dans le cadre des activités encadrées par les associations sportives

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Le cyclisme sur route, le VTT, le BMX, le cyclisme sur piste sur vélodrome ouvert (zone orange) ou sur tout type de vélodrome (zone verte)
- Une pratique individuelle dans toutes les disciplines du cyclisme pilotée par des entraîneurs à distance
- Pour les jeunes cyclistes, des entraînements encadrés de 10 personnes maximum, encadrement compris, dans le respect des distances entre cyclistes (enfants de clubs cyclistes ou clients d'éducateurs sportifs)
- Activités du « Savoir Rouler à Vélo » (dans le cadre de l'accompagnement scolaire)
- Formation aux diplômes fédéraux et professionnels.

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

- Pas de partage du matériel individuel (bidon, casque, gants vélo...)
- Les pratiques cyclistes individuelles avec une distanciation de 2 mètres minimum entre chaque personne, tant à l'arrêt qu'en en roulage, sur l'ensemble des lieux de pratique ouverts au public
- Limitation au rassemblement de 10 personnes encadrement compris, avec le respect des consignes applicables aux pratiques individuelles, pour les activités encadrées lorsqu'elles sont possibles et autorisées
- Instaurer l'accueil en extérieur exclusivement
- Arrivée des pratiquants en tenue sportive, changement en extérieur (vestiaires clos)
- Pratique du BMX sur piste et VTT de descente par départs individuels successifs (usage instantané exclusif de la piste ou du parcours)

**A noter que pendant le confinement, de nombreux cyclistes ont pu s'exercer à domicile sur des Home Trainer – <https://roulezchezvous.ffc.fr>**

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 : <https://www.ffc.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### CYCLOTOURISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME

**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.

La Fédération Française de Cyclotourisme apporte des pistes de réflexion pour permettre une reprise du vélo quel que soit le type de pratique en dehors du champ de la compétition. Celle-ci doit se faire de façon progressive et adaptée selon le contexte territorial. Au regard de la situation sanitaire, aujourd’hui incertaine, cette reprise devra s’inscrire dans la doctrine édictée par le gouvernement.

La fédération française de cyclotourisme gère la randonnée touristique à vélo avec tous types de vélo (route, gravel, VTT, assistance électrique) que ce soit sur la route ou sur les chemins.

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- Ouverture des activités journalières des clubs et des écoles de cyclotourisme

Pour assurer la sécurité des pratiquants, il est recommandé de :

- donner un cadre de pratique aux adhérents et aux clubs, afin d’éviter les regroupements sauvages,
- accompagner et informer les pratiquants non fédérés dans la reprise de leur pratique de loisir,

Les clubs de la Fédération ouvrent à toutes les catégories d’âge le dispositif « **trois séances gratuites** » pour favoriser la découverte du vélo pour les non-licenciés.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous les pratiquants en capacité de rouler de façon autonome sur un vélo individuel (tandem non autorisé).**
- Activités pour les publics « jeunes », « adultes », licenciés ou non licenciés, scolaires et périscolaires
- Pour les personnes en situation de handicap :** Les mêmes règles, que la pratique valide, devront s’appliquer notamment la distanciation physique de 2 m entre les vélos et 10 personnes maximum encadrement compris.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### CYCLOTOURISME

#### **LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- **Le vélo comme moyen de déplacement dans le cadre de la mobilité active :** utilisation quotidienne ou occasionnelle du vélo, accompagnement de la remise en selle au sein des clubs et par du conseil numérique
- **Le vélo comme activité de loisir de pleine nature :** Organisation de randonnées interne au club de cyclotourisme (Distanciation physique de 2 m minimum sans dépasser 10 personnes au maximum pour l'ensemble du groupe)
- **Accompagner la reprise de l'école :** Accompagner le déploiement du plan 2S2C dans le cadre scolaire et périscolaire, et formation au « Savoir rouler à vélo »
- **Proposer des activités journalières ludiques pour les enfants et les adultes :** Ces activités au sein de notre fédération sont à la fois sportives et culturelles

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

Pour toute reprise du vélo : voir la rubrique <https://ffvelo.fr/reprise-des-activites-de-la-federation/>

- Une campagne d'information rappelant les règles de circulation à vélo et les bons comportements pour favoriser le respect du code de la route et le partage de celle-ci
- Un programme de remise en route
- Des idées de sorties avec veloenfrance.fr
- Les conseils « VélOmaison »

#### **L'organisation de la pratique en club :**

- Respecter les gestes barrières
- Mise à disposition au départ du club de gel hydro-alcoolique ou d'un point d'eau avec savon
- Regroupement de 10 personnes au maximum encadrement compris
- Respect de la distanciation physique : interdiction d'être dans le sillage et de profiter de l'aspiration du groupe, rouler en file indienne avec une distance 2 mètres entre chaque cyclotouriste
- Interdiction absolue de rouler à deux de front
- Pour doubler, respecter un décalage de 2 m au minimum et se rabattre 5 m devant le cycliste doublé.
- Prévoir des horaires décalés pour le départ des groupes de 10 personnes encadrement compris et des parcours différenciés
- Crachats, expectorations proscrits. En cas de nécessité, se signaler, se laisser dépasser pour se soulager en dernière position

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 : <https://ffvelo.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### DANSE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE DANSE

**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 préconisations indiquées dans cette fiche concernent l'activité danse et l'ensemble des structures.

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- Dès le 22 juin 2020

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toute danse individuelle, pratiquée en respectant les règles de distanciation interpersonnelle requises

#### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- En salle, pour les structures situées en zone verte uniquement (vestiaires collectifs fermés)
- Tout lieu en extérieur approprié (pouvant être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales concernant l'occupation du domaine public)

#### LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- 2 mètres de distance constante entre chaque danseur/se en dynamique (donc pas de danse pratiquée en couple, pas de contact entre les danseurs) et 4 m<sup>2</sup> par danseur en statique
- Effectif de danseurs/ses accueilli respectant l'absence de groupes de plus de 10 personnes (encadrant compris) et les règles de distanciation dans les groupes (2 mètres constants entre les danseurs en dynamique et 4 m<sup>2</sup> par danseur en statique) et entre les groupes (5 à 10 mètres recommandés d'espace libre entre les groupes)
- Pour aider les structures de danse à accompagner la reprise de l'activité, envoi d'un guide fédéral « Retour à la danse » dès le 29 mai 2020

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 : <https://ffdanse.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### 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 la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

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

- Dès le 22 juin 2020 : Les entraînements (jeunes ou adultes) reprennent sous forme de cours magistraux en respectant les 4 m<sup>2</sup> minimum par personne et 10 personnes par séance encadrement compris. Aucune partie ne peut être jouée en face à face.

Par la suite :

- **Etape 2 :** Suivant les consignes gouvernementales, possibilité de jouer en un contre un en respectant les mêmes préconisations au sein des clubs et en espaçant les échiquiers d'un mètre minimum
- **Etape 3 :** Reprise des compétitions

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Cours collectifs sur échiquier mural ou vidéoprojecteur respectant 4 m<sup>2</sup> minimum par joueur en statique
- Pratique à distance dans le respect des règles de distanciation physique
- Parties sur tablettes, smartphones, ordinateurs ou en présentiel avec un échiquier par personne
- Pas d'échange de matériel pendant les cours, ni de manipulation des mêmes jeux, pièces et pendules
- Aucune partie en face à face

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés et l'ensemble des pratiquants en adaptant le nombre de personnes accueillies en fonction de l'espace disponible
- 10 personnes maximum par séance, encadrement compris

### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- En intérieur à son domicile personnel pour le jeu en ligne
- En extérieur dans le respect des règles de distanciation pour les cours et la pratique à distance
- En intérieur pour les entraînements sous forme de cours magistraux mais sans aucune partie en face à face

**ACTIVITÉ SPORTIVE****ÉCHECS****LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :**

- Affichage des gestes barrières au club
- Relevé des personnes par liste de présence
- Faire respecter le port du masque aux encadrants, dirigeants et joueurs adultes
- Ventiler et aérer le club régulièrement
- Mise à disposition de savon et de gel hydro-alcoolique
- Respect de la règle des 4 m<sup>2</sup> minimum en statique
- Le club est responsable des installations, du fléchage et du nettoyage régulier des locaux ;
- Désinfection des pièces entre chaque séance ou utilisation de matériel personnel (chaque pratiquant vient avec son échiquier).

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.echecs.asso.fr/](http://www.echecs.asso.fr/)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

## ÉQUITATION

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION

**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 2 juin 2020, reprise des activités dans tout type d'établissement.
- Reprise de l'ensemble des activités professionnelles et commerciales des cavaliers en situation professionnelle dans le respect des règles de distanciation et d'interdiction des rassemblements de plus de 10 personnes.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tout public capable de monter en selle de façon autonome

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toutes les activités équestres

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

#### Mesures générales

- **Information et signalétique :**
  - panneaux d'information à disposer aux entrées des espaces d'activités afin d'expliquer clairement les indications pour éviter tout contact physique,
  - prévoir un sens de circulation des personnes et des cavaliers avec flèches peintes au sol.
- **Précautions sanitaires :**
  - les cavaliers doivent se présenter avec casques et masques personnels,
  - prévoir un lavabo extérieur avec savon, après le parking et exiger le lavage de mains à l'arrivée et au départ de chaque personne,
  - gel hydro alcoolique à disposition de tous et en permanence,
  - boîtes de masques à disposition,
  - nettoyage et désinfection régulier des toilettes,
  - chaque enseignant se présente avec son propre matériel et prend en charge un groupe dédié.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## ÉQUITATION

## • Organisation :

- respect constant des règles de fréquentation de la structure ;
- distanciation interpersonnelle (4 m<sup>2</sup> /personne en statique, 5 mètres d'intervalle entre les montures en déplacement),
- absence de rassemblement de plus de 10 personnes (cavaliers + encadrement), ces rassemblements étant identifiés en mesurant les **flux de personnes présentes simultanément à un endroit donné** sur un même site ; ces flux doivent respecter en leur sein et entre eux les règles de distanciation physique individuelle.
- prévoir un point d'information par les enseignants avant chaque reprise rappelant les gestes barrières et les règles de distanciation,
- limiter l'accès à l'établissement aux seuls pratiquants,
- prévoir des plannings séparés pour la pratique collective (flux de 10 personnes maximum encadrant compris), la pratique individuelle, notamment pour les propriétaires d'équidés en pension et activité professionnelle à huis clos,
- organiser le parking pour favoriser la bonne circulation des personnes,
- prévoir un accueil extérieur des cavaliers,
- privilégier les appels téléphoniques et le site du club pour diffuser les informations,
- prévoir des poubelles à pédales ou ouvertes pour jeter masques et gants ; les vider tous les jours,
- prévoir des attaches pour les chevaux sur le lieu de pratique de l'équitation,
- nettoyer les cuirs entre chaque reprise avec du savon.

## • Consignes cavaliers :

- ne se présenter que lorsque l'accueil est organisé,
- respecter les horaires de reprises à l'arrivée et au départ,
- respecter strictement les mêmes gestes barrières que dans tous les autres espaces publics,
- éviter tout contact physique,
- se présenter en tenue d'équitation, propre, lavée à 60°,
- porter un masque en arrivant et en partant du C.E.,
- se laver les mains en arrivant et en partant avec du savon ou du gel hydroalcoolique,
- utiliser le gel hydro-alcoolique mis à disposition,
- suivre la signalétique du club pour assurer les mesures de distanciation,
- respecter les règles de circulation marquées au sol,
- respecter les plannings pour la pratique collective, individuelle et activité professionnelle à huis clos,
- venir avec son propre matériel notamment de pansage, ne pas le partager, le laver à 60°,
- privilégier les appels téléphoniques et le site du club pour prendre connaissance des informations,
- prévoir sa gourde d'eau.

Dans le respect de ces données générales, vous pouvez retrouver la fiche des recommandations médicales fédérales ainsi que des précisions complémentaires, relevant également de la responsabilité fédérale, sur le site internet de la fédération : <https://www.ffe.com/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### ESCRIME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME

**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.

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

- Activités alternatives et leçons à thème à partir du 2 juin 2020

### LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

- Préparation physique, le travail de fondamentaux, le travail de coordination, d'adresse (cibles) et de motricité
- Leçon individuelle (pas de combat rapproché et pas de flèche)
- Leçon collective à distance de garde (4 m<sup>2</sup> minimum en statique)
- Pratique de l'escrime artistique ou sabre laser en chorégraphie dans le respect des règles de distanciation physique (2 mètres au moins entre chaque escrimeur à tout moment de l'activité)

Pas d'échanges de matériel pendant la séance. Respect des conseils sanitaires donnés par la commission médicale de la fédération française d'escrime.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les pratiquants au sein des associations sportives en référence avec les conditions sanitaires de la FFE
- Adapter le nombre de personnes accueillies en fonction de l'espace utilisé (un espace par personne de 4 m<sup>2</sup> minimum en statique, et 5 mètres en marchant et 10 mètres en courant entre chaque personne, dans la limite de rassemblement de 10 personnes maximum par séance, encadrement compris)

### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Les lieux de pratique se situent à l'intérieur (salle spécifique, gymnase, autres) et à l'extérieur en accord avec les directives gouvernementales. L'aire de pratique choisie peut être soumise à autorisation des autorités locales ou préfectorales.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****ESCRIME****LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :**

- Utilisation de bouteilles d'eau ou de gourdes personnelles
- Présence d'un point d'eau avec du savon et/ou mise à disposition de gel hydro-alcoolique
- Application des gestes barrières et règles de distanciation physique
- Désinfection du matériel pédagogique entre chaque séance/ entre chaque utilisation (cônes, cerceaux, échelles d'agilité, appareils de musculation...)
- Utilisation des équipements de protection individuelle et des armes personnelles

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.escrime-ffe.fr](http://www.escrime-ffe.fr)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**FLYING DISC**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FLYING DISC

**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 :**

**Pour le disc golf uniquement**

- Dès le 11 mai, pratique individuelle dans le respect des normes sanitaires
- Sportifs sans préparation physique maintenue :
  - 2 à 3 séances d'ateliers de 1h00 avant la reprise sur parcours
  - Alternance des distances de lancer
- Sportifs avec maintien de la condition physique
  - 3 séances de 2h00 par semaine maximum

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Tous les licenciés

Sans symptôme d'infection virale et qui respectent les préconisations des autorités et la mise en œuvre des protocoles qui évaluent la condition physique.

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

**Pour le disc golf**

- Ateliers d'exercices de lancer: putting, drive...
- Parcours

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### FLYING DISC

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

- Pratique exclusivement en extérieur, sans vestiaire
- Disques strictement individuels et identifiés
- En cas de contact avec un disque d'un autre participant, nettoyage des mains avec gel hydro-alcoolique et du disque
- Pas de contact physique.

#### Pour le disc golf

- Sur parcours, 5 joueurs maximum par trou ; surface par pratiquant : 4m<sup>2</sup> minimum
- Disques strictement individuels et identifiés
- Le panier ne peut recevoir qu'un seul disque à la fois

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 : <https://www.ffdf.fr/>



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

## FORCE ATHLÉTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FORCE

**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 :

- Selon évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Force athlétique
- Culturisme
- Fonctional Training
- Kettlebell
- Remise en forme

### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- A l'extérieur des structures pouvant bénéficier d'un parking, d'un espace vert ou autre espace de plein air et selon les autorisations d'utilisation des autorités locales.
- En salle, dans tous les clubs autorisés à ouvrir par les autorités locales (uniquement en zones vertes).

### LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

#### Dispositions générales

- A. En amont de la réouverture : désinfection totale des locaux et du matériel
- B. Aménagements à réaliser :
  - Mise à disposition de gel hydro-alcoolique et lavage de mains systématique et obligatoire à l'entrée du club.
  - Fermer les accès aux vestiaires/douches.
  - Pas de sauna autorisé.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# FORCE ATHLÉTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

- Aménagement des espaces en fonction des préconisations de distanciation physique. Les protocoles spécifiques ci-dessous décrivent les dispositions à prendre selon les activités fédérales réalisées en club.
- Pas de pratique en groupe de plus de 10 personnes, encadrement compris.

### Dispositions spécifiques par activité

#### Force athlétique

- Principe : 1 plateau = 1 pratiquant (pareur non autorisé)
- Aménagement de l'espace :
  - Délimitation d'un espace au sol de 4 m/4 m avec du scotch, incluant :
    - le plateau équipé du matériel spécifique (banc combiné ou banc de DC ou rack à squat),
    - l'espace de rangement des poids en quantité suffisante, 1 barre,
    - Le lieu de récupération (chaise ou banc).
  - Agencement des plateaux pour éviter les projections de postillons
    - pas de plateaux utilisés simultanément face à face à moins de 1 mètre d'écart entre les 2 zones de 4 m/4 m,
    - sens d'utilisation des plateaux vers les murs et à l'inverse des allées de circulation des adhérents (dans le cas contraire, supprimer des espaces de pratique).
- Cadre de pratique :
  - mise en place de créneaux individualisés pour éviter les regroupements (mode de réservation, public et amplitude du créneau à définir par les clubs),
  - magnésie non fournie par le club,
  - parade interdite (adaptation des exercices et des charges de travail en conséquence),
  - mise à disposition du pratiquant du liquide désinfectant avec essuie-tout ou lingettes à usage unique,
  - désinfection complète du matériel après chaque utilisation;
- Encadrement :
  - port du masque pendant le coaching des athlètes,
  - respect des règles de distanciation physique,
  - entraîneur reste en dehors de la zone 4 m X 4 m et ne touche pas le matériel du pratiquant.

#### Culturisme, functional training, Kettlebell

- Chaque appareil, accessoire, machine, poids ou haltère devra être désinfecté entre chaque utilisation par un pratiquant déterminé ; ce pratiquant devra préalablement se laver les mains à l'aide d'une solution hydro-alcoolique.
- La mise en place d'une serviette personnelle sur chaque assise de bancs ou autres appareils est obligatoire.
- Respecter la règle des 4m<sup>2</sup> minimum d'aire de pratique individuelle en statique pour les exercices de type kettlebell;
- Une distance constante d'au moins 2 mètres devra être prévue entre chaque utilisateur d'appareil cardio (vélos, tapis de course, stepper...). Les utilisateurs ne devront pas pouvoir se faire face durant ce type de pratique (sauf s'il existe une séparation physique de type paroi de plexiglass ou autre). En l'absence de parois de protection, les appareils ne devront pas être orientés vers des espaces de pratique autres ou des lieux de passage.
- Encadrement
  - Port du masque pendant le coaching et le conseil aux pratiquants
  - Mesures de distanciation physique à 2 mètres minimum entre chaque pratiquant
  - Pareur non autorisé

**ACTIVITÉ SPORTIVE****FORCE ATHLÉTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES****Remise en forme**

- Les cours collectifs sont organisés de façon à éviter tout rassemblement de plus de 10 personnes encadrement compris avant, pendant et après les cours.
- Une distance physique de 2 mètres entre chaque participant est systématiquement respectée.
- Entre chaque groupe de 10 personnes maximum encadrement compris, espacement recommandé de 5 à 10 mètres.
- Avant la séance :
  - désinfection du petit matériel : tapis, barres, poids, stop disques, élastiques, step, haltères, kettlebells...
  - mise à disposition de gel hydro-alcoolique à l'entrée de la salle de cours, avec nettoyage des mains obligatoire par chaque pratiquant,
  - mise à disposition de lingettes désinfectantes à la disposition des adhérents.
- Aménagement :
  - espacer les zones de stockage du matériel
  - réguler les circulations et déplacements pour empêcher tout rapprochement physique lors de la prise en main et dépose du matériel
- Cadre de pratique :
  - respect des règles de 4 m<sup>2</sup> minimum par personne pour la salle de cours et de limitation des rassemblements de plus de 10 personnes en toutes circonstances,
  - mise en place d'un système de réservations horaires pour faciliter l'application de cette règle,
  - favoriser les cours qui nécessitent le moins de matériel possible
  - mettre en place des cours de renforcement musculaire « statique » : pas de déplacement dans la salle, ni d'échanges de matériel entre pratiquants. Le pratiquant reste dans un espace de 4 m<sup>2</sup> minimum. Placer du scotch au sol afin de délimiter des espaces de 4 m<sup>2</sup> (2 x 2 m),
  - chaque pratiquant garde son matériel pendant toute la séance, puis le désinfecte en le remettant en place : haltères, step, tapis,...
  - ne pas faire pratiquer d'exercice à plat ventre, face contre le tapis,
  - pas de serviette de toilette sur les tapis,
  - pas de cours cardio nécessitant des déplacements et changements de direction (Hi-Low, Step);
- Encadrement :
  - éducateur demeurant dans un espace de 2x2 m,
  - application stricte des mesures de distanciation physique – 2 mètres minimum entre chaque pratiquant/encadrant,
  - pas de contact autorisé (corrections posturales) mais utilisation de consignes orales et de démonstration .

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 : <https://www.ffforce.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### GOLF

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GOLF

**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 :

- Dès le 11 mai, dans la mesure où les recommandations fédérales peuvent être mises en place.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Le pratiquant individuel
- Les personnes en cours (practice et parcours)
- Possibilité d'accueil de scolaires

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Parcours
- Practice
- Cours

Respect permanent du principe de distanciation sur l'ensemble du site (4 m<sup>2</sup>/personne en poste fixe, 2 m d'écart lors des croisements de joueurs, absence de rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché du site)

Réservation préalable parcours/practice

Enseignement délivré par un enseignant titulaire d'un BP ou d'un DE à plusieurs individus dans la limite de 10 personnes maximum encadrant inclus, en respectant parfaitement les règles de distanciation physique imposant un espace minimum de 2 mètres entre les élèves. Les postes de practice sont fixés au sol sur l'aire d'entraînement afin de délimiter cet espace.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****GOLF**

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

- Maintien d'un accueil physique + nettoyage accentué
- Fermeture des zones « vestiaires » et convivialité (salon, bar, restaurant)
- Vente possible à emporter dans certains restaurants.
- Zone « Pro shop/boutique » ouverte (souvent doublée avec l'espace accueil) pour accès individuel seulement + nettoyage accentué
- Zone « Caddy Master » accès limité aux golfeurs individuellement
- La gestion de la circulation des flux stricte permet une pratique à l'identique de l'existant, en respectant systématiquement une distance physique minimale entre les pratiquants, sur la base de 2 mètres de distanciation physique entre chaque pratiquant.
- Aménagement des horaires : arrivée au golf moins de 30 minutes avant le démarrage de session et départ dès la fin de la session. Augmentation du temps au départ des parties. -
- Mise en place d'un starter au départ du trou n°1, qui rappellera aux sportifs les consignes fondamentales à respecter, pendant toute la durée de la partie.
- Dans de nombreux clubs, la fonction d'accueil sera doublée avec la fonction starter, afin de réduire les interactions entre individus.
- Interdiction de l'usage collectif des voiturettes sauf pour les personnes qui ont circulé ensemble (famille co voiturage) + nettoyage renforcé.
- Sur le parcours : distanciation, gel hydro-alcoolique début/milieu et fin de parcours/suppression des râteaux des bunkers. Pas de contact avec les piquets.
- Neutralisation du mobilier de parcours et des poubelles. Pas d'échange de matériel entre joueurs.
- La carte de score ne sera pas échangée

Chaque joueur joue sa balle de manière individuelle sans échange de balle. Maintien de la distance physique de plus de 2 mètres entre les pratiquants pour respecter les consignes sanitaires et sécuritaires.

Informations complémentaires sur le site internet de la fédération : [www.ffgolf.org](http://www.ffgolf.org)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### GYMNASTIQUE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE

**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 :

- La Fédération Française de Gymnastique publiera des préconisations techniques et pédagogiques pour chacune de ses pratiques et de ses disciplines dans le cadre de son plan de relance.
- Ces préconisations seront modulables et évolutives au regard des mesures qui seront annoncées par le gouvernement. La documentation relative à la reprise d'activité sera téléchargeable sur le site fédéral: [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr)

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- L'ensemble des licenciés de la Fédération Française de Gymnastique est concerné par la stratégie de déconfinement respectueuse des mesures sanitaires proposée dans un cadre extérieur et/ou dans les salles spécialisées.
- Par ailleurs, les apprentissages gymniques pourront être enseignés aux jeunes enfants dans le cadre des activités scolaires dans le respect des règles sanitaires et de distanciation physique (2 m) sur les sites d'accueil prévus dans le programme 2S2C.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Les activités de l'univers Evolugym : EDUC (Baby Gym, Access Gym, Handi Gym), ACRO (Freestyle Gym), GYM SANTE et SCENO peuvent être proposées sous une forme adaptée excluant le contact dans le respect du protocole sanitaire. La sécurité du licencié doit être une préoccupation permanente.
- De même, les disciplines compétitives : Gymnastique Artistique Féminine, Gymnastique Artistique Masculine, Gymnastique Rythmique, Trampoline, Tumbling, Aérobie, Gymnastique Acrobatique, Team Gym adopteront les mêmes exigences. Pour tous les gymnastes, cette période est l'occasion d'une reprise progressive et adaptée tenant compte de la baisse d'activité physique prolongée au cours du confinement.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## GYMNASTIQUE

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

- Une déclaration de choix éclairé du gymnaste ou de ses représentants légaux (pour les mineurs) de vouloir reprendre les entraînements en connaissance du risque faible mais non nul, (compte tenu du manque de sensibilité des tests et de la notion de porteurs asymptomatiques) sera demandée avant la reprise.
- Le gymnaste s'engagera à déclarer le plus précocement possible tout symptôme lié au Covid-19 ou tout contact proche avec un malade Covid-19 au médecin et à ne pas se présenter à l'entraînement dans ce cas. L'encadrement signera le même type de déclaration. Le document est téléchargeable sur le site fédéral : [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr)
- Une information sur les risques de transmission du Covid-19 et ses conséquences ainsi que sur l'application des mesures barrières dans l'environnement sportif et en dehors de celui-ci leur sera apportée directement par leur entraîneur avant la reprise.
- Les notions pratiques de lavage de main, d'espace propre et d'espace à risque leur seront enseignées (sur la base de la documentation ministérielle). Un lavage des mains au savon ou avec un soluté hydro-alcoolique (SHA) sera systématique avant l'entrée dans la salle de pratique, puis en fin d'entraînement. Ce lavage des mains sera renouvelé régulièrement en cours d'entraînement. Sa fréquence sera en fonction de l'organisation de la séance (passage d'un seul ou de plusieurs gymnastes par agrès) et de la capacité des gymnastes à ne pas porter les mains au visage jugée par l'entraîneur.
- Pour les gymnastes utilisant de la magnésie, l'utilisation du SHA durant l'entraînement est non recommandée car inefficace (privilégier le lavage au savon). En extérieur, un lavage des mains avec une solution hydro-alcoolique pourra être proposée avant et après l'entraînement.
- Les séances seront organisées par groupe de 10 personnes (entraîneur(s) compris) pour respecter les mesures de distanciation recommandées dans le cadre d'une activité sportive. Plusieurs groupes de 10 personnes pourront accéder au gymnase dans le respect des règles de distanciation entre les groupes et à l'intérieur du groupe. Un espace individuel d'au moins 4 m<sup>2</sup> par personne est recommandé, en statique et de 2 mètres de distance minimale entre chaque pratiquant en dynamique.
- La composition des groupes sera clairement définie, un registre de présence sera renseigné par l'entraîneur. Les horaires et les lieux de rendez-vous seront annoncés. Les circulations dans le gymnase (entrée et sortie différenciées) et les rotations entre les zones de pratique (salle attenante, zone d'agrès, espace de modules,...) seront indiquées précisément. Les horaires seront suffisamment espacés entre les groupes afin d'éviter les croisements à l'arrivée sur le site.
- Il sera exigé une tenue par entraînement, en se présentant idéalement directement en tenue sur le site. Aucun accès à un vestiaire collectif ne sera autorisé.
- Les affaires personnelles sur le site (survêtement, serviette, petit matériel, engins, gourde) devront trouver un (ou des) espace(s) dédié(s) par gymnaste. Le prêt des affaires personnelles est prohibé, le matériel est identifié individuellement.
- Pendant leurs entraînements, le port du masque est recommandé pour les entraîneurs. En dehors des entraînements, les gymnastes suivront les préconisations réglementaires concernant le port du masque.
- Afin de respecter l'absence de contact, les parades seront proscrites à l'exclusion des interventions de sécurité.
- Le nettoyage quotidien du matériel gymnique est impératif. Afin de dépasser les difficultés relatives à l'utilisation des praticables et au regard des réserves émises sur les moquettes, les praticables ne seront utilisés que recouverts de tapis individuels ou de tapis de réception dans les diagonales. Cette disposition

**ACTIVITÉ SPORTIVE****GYMNASTIQUE**

permettra d'éviter tout contact avec la moquette et d'autoriser le nettoyage selon les normes prévues dans le guide de recommandations des équipements sportifs, sites et espaces de pratiques sportives ; cette même disposition s'appliquera pour les fosses creuses ou pleines et tout le matériel recouvert de moquette dès lors que cela n'en dénature pas les propriétés, ni les conditions d'une pratique en sécurité.

- Le bio nettoyage du matériel individuel nominatif (rouleaux, élastiques, petit matériel de musculation...) à la fin de chaque entraînement est nécessaire. Le bio nettoyage des engins en GR et dans l'univers EVOLUGYM est obligatoire avant et après chaque exercice de groupe (un exercice peut comporter plusieurs répétitions, il s'interrompt au changement d'engin(s) ou de partenaire(s)) ; la transmission d'engins est autorisée à cette condition à laquelle s'ajoute le lavage de mains de tous les participants avant et après chaque exercice.
- En complément des séances proposées, ou dans le cas où une association ne serait pas en mesure de proposer une reprise de l'activité en salle ou à l'extérieur, les adhérents pourraient se voir proposer :
  - des séances à distance (RDV hebdomadaire avec l'éducateur),
  - des conseils personnalisés pour entretenir leur condition physique ou travailler une motricité globale.
- La Fédération Française de Gymnastique propose en outre des séances en vidéo adaptées à tous les publics et tous les niveaux de pratique sur le site fédéral : [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr)

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.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr)



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### HALTÉROPHILIE MUSCULATION

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'HALTÉROPHILIE MUSCULATION

**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 :

- La reprise des activités, selon un principe de progressivité, sera définie en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

#### POUR LES CLUBS SITUÉS EN ZONES VERTES

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Haltérophilie
- Musculation
- Cardio-training

#### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- les espaces extérieurs autorisés : équipements sportifs de plein air : stades, terrains de sport, plateaux multisports
- les parkings privés ou publics jouxtant les espaces couverts de pratique habituels sous réserve des autorisations nécessaires
- les espaces de nature autorisés (parcs et jardins, plages, etc.)
- les salles des clubs autorisés à ouvrir par les autorités locales (uniquement en zones vertes)

#### LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

##### Dispositions générales

- A. En amont de la réouverture : désinfection totale des locaux et du matériel
- B. Aménagements à réaliser :

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# HALTÉROPHILIE MUSCULATION

- Mise à disposition de gel hydro-alcoolique et lavage de mains systématique et obligatoire à l'entrée du club
- Fermer les accès aux vestiaires/douches
- Pas de sauna autorisé
- Aménagement des espaces en fonction des préconisations de distanciation physique. Les protocoles spécifiques ci-dessous décrivent les dispositions à prendre selon les activités fédérales réalisées en club
- Pas de pratique en groupe de plus de 10 personnes, encadrement compris
- Aménagement des espaces en fonction des préconisations de distanciation physique. Les protocoles spécifiques ci-dessous décrivent les dispositions à prendre selon les activités fédérales réalisées en club : Haltérophilie, Musculation, Cardio-training, cours collectifs

### **Dispositions spécifiques par activité**

#### **Haltérophilie**

- Principe : 1 plateau = 1 pratiquant
- Aménagement de l'espace :
  - Délimitation d'un espace au sol de 4m/4m avec du scotch, incluant :
    - Le plateau
    - l'espace de rangement des poids en quantité suffisante, 1 barre homme et 1 barre femme, 1 rack à squat, 1 paire de plots le cas échéant.
    - Le lieu de récupération (chaise ou banc)
  - agencement des plateaux pour éviter les projections de postillons
    - pas de plateaux utilisés simultanément face à face à moins de 1 mètre d'écart en les 2 zones de 4m/4m
    - sens d'utilisation des plateaux vers les murs et à l'inverse des allées de circulation des adhérents (dans le cas contraire, supprimer des espaces de pratique)
    - privilégier les plateaux en quinconce
- Cadre de pratique :
  - mise en place de créneaux individualisés pour éviter les regroupements (mode de réservation, public et amplitude du créneau à définir par les clubs)
  - pas de vestiaire
  - magnésie non fournie par le club
  - parade interdite (adaptation des exercices et des charges de travail en conséquence)
  - mise à disposition du pratiquant du liquide désinfectant avec essuie-tout ou lingettes à usage unique
  - désinfection complète du plateau et de son matériel après chaque utilisation et avant le début du nouveau créneau (lingettes ou kits désinfectants, à utilisation unique, à prévoir par le club en conséquence)
- Encadrement :
  - port du masque pendant le coaching des athlètes ;
  - respect des règles de distanciation physique ;
  - entraîneur reste en dehors de la zone 4 m x 4 m et ne touche pas le matériel du pratiquant.

#### **Musculation**

- En amont de la ré-ouverture :
  - Désinfection des barres, poids et machines de musculation (poignées, dossier et sièges, manettes de réglage des machines, goupilles de sélections des charges)

**ACTIVITÉ SPORTIVE****HALTÉROPHILIE MUSCULATION**

- Mettre à disposition du pratiquant du liquide désinfectant avec essuie-tout ou lingettes à usage unique
- Aménagement du plateau musculation
  - 2 mètres de distance entre 2 machines utilisées
  - Pas de poste de travail en face à face à moins de 2 mètres de distance
- Cadre de pratique
  - Respect de la règle de 4m<sup>2</sup> minimum par personne pour le plateau Musculation. La mise en place d'un système de réservations horaires est conseillée pour faciliter l'application de cette règle.
  - Avant de prendre en main l'appareil : se laver les mains avec gel hydro-alcoolique
  - Travail « par série » obligatoire, à savoir :
    - Pas de circuit-training en musculation (passer d'une machine à une autre).
    - Ne pas alterner sur une machine ou barre ou haltère (1 seul participant utilise l'appareil ou barre ou haltère). Un pratiquant doit finir toutes ses séries avant qu'un autre pratiquant n'utilise le même matériel
  - Le sportif reste sur sa machine jusqu'à ce qu'il ait fini de l'utiliser. Lorsqu'il a fini de l'utiliser, il doit nettoyer les poignées, manettes de réglages, siège et dossier, goupille de sélection de charge. Idem pour les barres et haltères.
  - Pas de travail lourd (parade interdite) : pas de contacts et mains sur la barre des autres personnes.
  - Pas de serviette sur les machines
  - Pas d'exercice allongé sur le ventre, avec le visage en appui sur un dossier ou un tapis, ce qui exclut certains exercices (ex : travail des Ischios-jambiers allongé sur le ventre - leg curl, Oiseau en appui sur un banc incliné,...)
- Encadrement :
  - Port du masque pendant le coaching et le conseil aux pratiquants
  - Mesures de distanciation physique à 2 mètres minimum du pratiquant
  - Pareurs interdits lors des exercices mais intervention d'urgence possible

**Cardio-training**

L'utilisation des appareils de cardio-training est possible à condition de respecter des mesures de distanciation et de s'assurer du nettoyage des éléments qui seront manipulés par les pratiquants

- En amont de la ré-ouverture :
  - Désinfection des appareils
    - Console de commande (boutons de réglages des intensités, unités, résistance,...)
    - Poignées
    - Manette de réglage de la position (hauteur de selle ou siège, guidon, pédales, sangles...)
  - Mettre à disposition du pratiquant du liquide désinfectant avec essuie-tout ou lingettes à usage unique
- Aménagement :
  - 2 mètres de distance entre 2 machines utilisées
  - Placer les appareils dos aux espaces et allées de circulation des adhérents, afin d'éviter les projections de postillons
  - Pas de machines face à face
- Cadre de pratique :
  - Avant de prendre en main l'appareil : se laver les mains avec gel hydro-alcoolique
  - Après utilisation par une personne, nettoyage avec lingette désinfectante des éléments suivants :
    - Console de commande (boutons de réglages des intensités, unités, résistance,...)

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# HALTÉROPHILIE MUSCULATION

- Poignées
- Manette de réglage de la position (hauteur de selle ou siège, guidon, pédales, sangles...)
- Encadrement
  - Port du masque pendant le coaching et le conseil aux pratiquants
  - Mesures de distanciation physique à 2 mètres minimum du pratiquant
  - Ne pas toucher la console de programmation ou de réglage pendant la pratique d'un adhérent

### **Remise en forme**

Les cours collectifs sont organisés de façon à éviter tout rassemblement de plus de 10 personnes avant, pendant et après les cours.

Une distance physique de 2 mètres entre chaque participant est systématiquement respectée.

Entre chaque groupe de 10 personnes maximum, espacement recommandé de 5 à 10 mètres.

- Avant la séance :
  - désinfection du petit matériel : tapis, barres, poids, stop disques, élastiques, step, haltères, kettlebells...
  - mise à disposition de gel hydro-alcoolique à l'entrée de la salle de cours, avec nettoyage des mains obligatoire par chaque pratiquant
  - mise à disposition de lingettes désinfectantes à la disposition des adhérents
- Aménagement :
  - espacer les zones de stockage du matériel
  - réguler les circulations et déplacements pour empêcher tout rapprochement physique lors de la prise en main et dépose du matériel
- Cadre de pratique :
  - respect des règles de 4m<sup>2</sup> minimum par personne pour la salle de cours et de limitation des rassemblements de plus de 10 personnes en toutes circonstances.
  - mise en place d'un système de réservations horaires pour faciliter l'application de cette règle
  - favoriser les cours qui nécessite le moins de matériel possible
  - mettre en place des cours de renforcement musculaire « statique » : pas de déplacement dans la salle, ni d'échanges de matériel entre pratiquant. Le pratiquant reste dans un espace de 4m<sup>2</sup> minimum. Placer du scotch au sol afin de délimiter des espaces de 4m<sup>2</sup> (2 x 2 m)
  - chaque pratiquant garde son matériel pendant toute la séance, puis le désinfecte en le remettant en place : haltères, step, tapis,...
  - ne pas faire pratiquer d'exercice à plat ventre, face contre le tapis
  - pas de serviette de toilette sur les tapis
  - pas de cours cardio nécessitant des déplacements et changement de direction (Hi-Low, Step)
- Encadrement :
  - éducateur demeurant dans un espace de 2x2m
  - application stricte des mesures de distanciation physique – 2 mètres minimum entre chaque pratiquant/encadrant
  - pas de contact autorisé (corrections posturales) mais utilisation de consignes orales et de démonstration

**ACTIVITÉ SPORTIVE****HALTÉROPHILIE MUSCULATION****POUR LES CLUBS SITUÉS EN ZONES ORANGES****LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Ces activités alternatives sont possibles à partir de la catégorie minime/U13

**LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :**

- Haltérophilie en plein air
- Musculation en plein air
- Renforcement musculaire en plein air, dans le respect des distanciations physiques
- Préparation physique en plein air

**LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :**

Les lieux de pratique envisagés sont les espaces extérieurs autorisés :

- Les équipements sportifs de plein air : stades, terrains de sport, plateaux multisports
- Parking privés ou publics jouxtant les espaces couverts de pratique habituels sous réserve de l'autorisation des propriétaires
- Espaces naturels ouverts au public (parcs et jardins, plages, jardins).

**LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :**

Avant toute organisation d'une activité haltérophilie et/ou musculation sur un espace extérieur, il est essentiel de vous rapprocher du propriétaire ou gestionnaire des installations (parking de la salle, stade...) pour obtenir son accord.

- Ne pas dépasser 10 personnes pour les rassemblements (encadrement compris)
- Recommandations : Former tous les membres d'encadrement de la structure aux mesures qui vont suivre
- Avant la première séance, rédiger un écrit à destination des adhérents rappelant le(s) créneau(x) du pratiquant et les mesures ci-dessous
- Rappeler ensuite ces mesures oralement avant tout début de séance
- Rester chez soi en cas de symptômes liés au Covid-19
- Porter un masque pour l'arrivée et le départ de la séance, et pendant les temps de pratique à faible intensité (étirements...)
- Appliquer les gestes barrières communs à toute activité sociale (ne pas se serrer les mains, éternuer dans son coude...)
- Ne pas utiliser les vestiaires ou tout espace couvert
- Recommandation : demander à vos licenciés de venir en tenue de pratique
- Respecter des distances interpersonnelles :
- 4 m<sup>2</sup> minimum avec un écart minimal de 2 m en latéral pour des activités à dominante statique (haltérophilie, musculation en série courte...)

**ACTIVITÉ SPORTIVE****HALTÉROPHILIE MUSCULATION**

- 10 mètres pour des activités à forte intensité ou avec déplacement (course, cardio...)
- Recommandation : délimiter les zones de pratique personnelle à l'aide de petit matériel
- Le matériel (barres, poids, haltères, élastiques...) est personnel, et ne doit être ni échangé ni partagé
- Recommandations : demander aux pratiquants de venir avec leur solution hydro-alcoolique, et en mettre à disposition, ainsi que des lingettes à usage unique
- Préparer le matériel individuel dans chaque espace de pratique avant le début de la séance
- Pas de magnésie partagée
- Ne pas utiliser du matériel à usage collectif (appareil de musculation...), et partagé entre plusieurs pratiquants
- Sous réserve de ces mesures, la pratique peut se faire sans limitation de durée
- En fin de séance, demander aux pratiquants de désinfecter leur matériel sous le contrôle du responsable de la séance
- Comme toute reprise d'activité physique après un arrêt, cette dernière doit être progressive et intégrer une phase de réathlétisation

L'application de ces dispositions n'est pas automatique dans les outre-mer : il convient de vous rapprocher des autorités locales en raison des différenciations d'application de l'Etat d'urgence sanitaire.

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 : <https://www.ffhaltero.fr/>



# MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### HANDISPORT

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE HANDISPORT

**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 :

- En fonction des autorisations gouvernementales et territoriales
- En fonction des activités validées par la fédération
- Des disponibilités d'encadrement
- Des disponibilités des infrastructures et de leur respect des règles sanitaires en vigueur

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

##### • Publics, facteurs de risques, autonomie

La Fédération rappelle que le public concerné par les activités et événements handisport présente de nombreux facteurs de risques, de contamination ou de propagation du virus :

- publics sensibles aux infections respiratoires et leurs conséquences, besoins de contacts avec l'environnement (transferts, déplacements pour les déficients visuels, fauteuil manuel...), mise en application difficile des outils de prévention de base (mettre un masque, des gants, se laver les mains régulièrement...), proximité liée au handicap durant la pratique sportive ou sur le site,
- d'accueil notamment pour le handicap lourd, risque de perte d'autonomie en cas d'infection de la tierce personne ou du sportif..., adaptation des masques aux déficients auditifs afin de permettre une communication.

La Fédération indique à ses membres licenciés et cadres, que la reprise progressive d'une activité physique est envisageable dans des conditions de sécurité sanitaire raisonnables (dans le respect des consignes fixées précédemment), pour les personnes :

- **Déficiente physique ou sensoriel autonome dans la pratique sportive et lors de la préparation à l'activité (transferts seuls, mise en place autonome des aides techniques...)**
- **Déficiente visuel pratiquant sans guide**
- **Déficiente auditive**

**En zone verte, les personnes déficientes physiques ou sensorielles pourront bénéficier de la participation ponctuelle d'un aidant pour leur pratique sportive et lors de la préparation à l'activité (transferts seuls, mise en place autonome des aides techniques...).**

**ACTIVITÉ SPORTIVE****HANDISPORT****LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Athlétisme
- Canoë-Kayak
- Cyclisme
- Haltérophilie
- Natation
- Plongée
- Randonnée
- Sarbacane
- Ski
- Tir à l'arc

**Disciplines d'opposition proposée sans contact**

- Escrime
- Boccia
- Tennis de table
- Sports Boules
- Pétanque

**Disciplines collectives proposées sans contact, sans opposition, et sans partage de ballon**

- Basket
- Cecifoot
- Foot mal marchants
- Foot sourds
- Foot fauteuil
- Goalball / Torball
- Handball sourds
- Rugby fauteuil

Un tableau détaillé des activités, adaptations et recommandations et publics non autorisés est disponible auprès de la Fédération française Handisport

**Principe de reprise d'activité sur un mode progressif en privilégiant la qualité d'exécution à l'intensité de travail.**

- L'objectif initial doit être un reconditionnement physique contrôlé afin d'éviter les blessures. Une reprise trop intensive d'emblée peut provoquer des décompensations du handicap sur le plan cardio-vasculaire, cutané, locomoteur.
- Vérifier et réajuster les orthèses et les installations dans les fauteuils de sport après cette période d'inactivité en prévention des lésions cutanées (risque d'escarres, moignons fragilisés)

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### HANDISPORT

- Reprendre une activité très progressive afin de prévenir les lésions sur l'appareil musculo-squelettique (coiffe des rotateurs pour les personnes en fauteuil, rachis et membres inférieurs pour les amputés).
- L'arrêt du confinement peut provoquer une sur-implication dans l'activité qui doit être maîtrisée par l'encadrement.
- Ne pas négliger les petites blessures qui peuvent avoir de graves répercussions.
- Respecter des phases de récupération prolongées lors de la reprise (1 séance par semaine la première semaine, puis 2 séances par semaine la deuxième, etc.) jusqu'à retour au niveau d'entraînement précédent le confinement.
- Avis médical à prévoir en cas d'alerte physique (téléconsultation fédérale à organiser en lien avec les territoires).

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

#### **Conforme aux adaptations définies par la discipline sportive délégataire sur le sport**

**• Avant la séance :**

- Anticiper le moyen de transport – port du masque dès la sortie du domicile - SHA à disposition
- Si transport par un tiers s'assurer de la bonne distanciation lors du transport
- L'encadrant doit être covid-19 négatif ou guéri et sans contact avec une personne contaminée.
- Faire appel à la responsabilité individuelle et encourager les personnes à contrôler leur température et annuler l'activité si fièvre ou signe physique évocateur d'infection (frissons, fatigue inhabituelle, toux, maux de tête, rhume, perte de l'odorat récente, diarrhées, nausées/vomissement, chute inexplicable)

**• Lieu de pratique :**

- Lavage des mains avec une solution hydro-alcoolique à l'entrée puis régulièrement pendant l'activité
- WC dédiés et bio-nettoyés après activité - assurer la bonne gestion du matériel de sondage (filière DASRI) - désinfection des ballons et du matériel utilisé Interdiction de partage de matériel sans désinfection préalable.
- Équipement individuel (bouteille, tenue vestimentaire - éviter les textiles partagés) – respect des règlements sanitaires des lieux de pratique - fauteuil dédié à l'activité.

**• Rôle de l'encadrant :**

- Assurer la supervision du respect des bonnes pratiques de prévention et de protection - aide à l'ajustement des masques – aide à la désinfection des mains régulière (déficient visuel, moteur) - participe à la désinfection des matériels apportés, supervise et rappelle la bonne application des gestes barrières
- Assurer une information/formation des encadrants sur leur rôle lors de l'activité.

**• Fin de séance :**

- Friction des mains avec Solution Hydro-alcoolique
- Départ rapide des participants
- Prévoir un nettoyage des lieux en accord avec la réglementation en cours

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 : <http://www.handisport.org>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**HÉLICOPTÈRE**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'HÉLICOPTÈRE

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales. Pour la pratique des vols avec instructeur, ceux-ci devront se dérouler conformément aux principes et recommandations diffusées par la Direction générale de l'aviation civile (DGAC).

**RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :**

- A partir du 11 mai :
  - La reprise des vols
  - La reprise de l'activité des organismes

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Les pratiquants et licenciés adhérents

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Vols en solo dans la limite des 100km autour du domicile du pilote

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

La pratique se fait exclusivement sur prise de rendez-vous afin de gérer les flux et la désinfection des appareils.

**Mesures sanitaires générales :**

- Pour les pratiquants :
  - Etre membre de l'organisme ;
  - Ne pas présenter (ou avoir présenté) un des symptômes du Covid-19 ;
  - Porter un masque et/ou une visière faciale
- L'organisation de l'aéroclub
  - La présence dans les locaux, lorsqu'ils sont autorisés à l'ouverture, est organisée pour limiter à son strict minimum les présences simultanées,

## HÉLICOPTÈRE

- Les locaux font l'objet d'un nettoyage minutieux (poignées de porte, interrupteurs, sac, pochette, haut/bords de sièges, plateaux de bureaux, le matériel bureautique...) plusieurs fois par jour ;
  - Procéder à l'aération le plus souvent possible des locaux et cockpit ;
  - L'organisation générale du site est prévue pour éviter tout rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché ;
  - Respecter une distanciation minimale de 2 mètres entre chaque personne (4 m<sup>2</sup> par personne au minimum) ;
  - Le pilote utilisera de façon prioritaire son matériel personnel (casque, carte de navigation, cartes VAC, crayons) ;
  - Lorsque le pilote a recours à du matériel de prêt, celui-ci est systématiquement nettoyé et désinfecté entre deux mise à disposition.
  - Le matériel personnel est nettoyé et désinfecté selon les mêmes procédures (micro, écouteurs, arceau) ;
  - Utilisation des micros sans bonnette (en cas d'utilisation avec bonnette : elles doivent être trempées dans de l'eau de javel à 0,5% de chlore actif, essorées et séchées) ;
- La sécurité des hélicoptères
    - Il est impératif de tester l'hélicoptère, comme après une sortie de maintenance avant son utilisation ;
    - Procéder à une vidange de l'hélicoptère si ce dernier n'a pas tourné depuis le 17 mars ;
    - Réaliser un vol stationnaire sous supervision suivi de quelques translations ;
    - Renforcer le respect du circuit, des distances et hauteurs d'éloignements des habitations ;
    - En cas d'avitaillement se laver les mains avant et après l'opération ;
    - Un flacon de gel hydro-alcoolique doit toujours être présent dans l'hélicoptère ;
    - Renforcer et adapter la communication interne et externe, l'affichage et la diffusion.
  - Les conditions de mise en place des vols
    - Les procédures habituelles de préparation des vols, de briefing, de vol et de sécurité doivent se dérouler normalement dans le respect des mesures barrières et de distanciation sociale ;
    - Nettoyage et désinfection de la totalité des moyens utilisés pour un vol ;
      - Extérieure de l'hélicoptère (poignées de portes, bouchons d'essence, trappes de visite, autre partie ayant pu être contaminée) ;
      - Intérieur de l'hélicoptère (instruments de bord, commande de col, instrument de navigation et de transmission, ceintures, poignées de port, autre partie ayant pu être contaminée...) ;
      - Hélicoptère environnement (chariot, armoires, portes de hangar...) ;
    - Désinfection après chaque vol du casque, visière « écran facial » avec des lingettes NF 14476 ou contenant au moins 60% d'alcool ;
    - Port du masque ;
    - Lavage impératif des mains avec une solution hydro-alcoolique à l'arrivée et au départ de l'organisme, avant et après le vol, avant et après une escale technique, après une opération de nettoyage.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### HÉLICOPTÈRE

**Mesure aéronautiques spécifiques de reprise selon décision de la DGAC pour restreindre ou interdire certains types de vols :**

- Conditions de reprise assurant la sécurité ;
  - Validation d'un instructeur pour « autoriser » le pilote à reprendre son activité ;
  - Réentraînement avec un instructeur selon les modalités définies par la DGAC.

Les facultés de déplacement dépendent d'interdiction préfectorale et de la circulation entre départements verts et rouges, une veille quotidienne est impérative afin de respecter les directives.

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.helico.org](http://www.helico.org)

**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**LONGUE PAUME**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LONGUE PAUME

**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 :**

- Pratique en individuelle du 18.05 au 01.06
- Pratique d'entraînement avec matchs de type « enlevée » et « terrée », groupe de 10 maximum, avec zonage des terrains spécifique.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Les sportifs licenciés compétiteurs

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Entraînement au sein des clubs pour remise en forme, 10 personnes maximum par créneau (encadrement compris), en respectant les gestes barrières :
  - à partir du 2 juin :
    - mise à disposition d'un programme d'exercices de remise en forme à chacun des clubs (réécriture par la commission formation de la FFLP),
    - pratique organisée de la longue paume : match en enlevée et en terrée; sur terrain zoné (donc sans contact possible) ;
    - Les balles utilisées devront être marquées de telle sorte que chaque joueur n'utilise que les balles marquées à ses initiales.
- Pas de compétition pendant cette période de reprise.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### LONGUE PAUME

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

##### **Au niveau fédéral :**

- Entraînement en groupes de 10 maximum dans le strict respect des règles sanitaires en vigueur. Avec zone neutre centrale (7 m x 12 m) pour les matchs de type « enlevée » et zonage marqué sur le terrain pour les matchs de type terrée. **Une fiche ressource détaillée de ces aménagements sera fournie par la commission sportive fédérale.**
- La pratique individuelle, à savoir la longue paume en 1 contre 1 (en simple) reste inchangée : chaque joueur évolue dans une zone distincte de 225,5 m<sup>2</sup> (11 m x 14,5 m) séparée par une zone neutre de 7 m x 11 m.
- Il n'y a donc pas de contact possible dans ces aménagements proche du tennis, compte tenu du nombre de joueurs et des dimensions des terrains (surface minimum 70 m x 12 m soit 840 m<sup>2</sup>).

##### **Aménagements :**

- La main libre peut être gantée (pour limiter les contacts avec la balle).
- Pas de prêt de raquette entre joueurs.
- Toute manipulation de matériel doit se faire après lavage des mains et être suivi d'un lavage (ou nettoyage avec du gel hydro-alcoolique).

##### **Pour les situations de pratiques :**

- en 1/1, dispositions inchangées ;
- pour le double et les parties de type « terrée » ou de type « enlevée » à 4 : zonage des terrains (70 m x 12 m) par un marquage de pointillés (type peinture ou craie) afin de respecter les distanciations minimales entre les pratiquants (2 m) :
  - en double : le terrain, chaque camp est séparée en 2 zones ; séparés par une zone neutre (7 m x 12 m)
  - en 4 contre 4, chaque camp est séparé en 4 zones, séparés par une zone neutre (7 m x 12 m)
  - en partie de type « terrée », chaque cordier est positionné au départ du jeu sur un repère marqué sur les lignes limitant la zone neutre (3 m entre chaque joueur).
  - la distance minimum entre 2 joueurs restera toujours supérieure à 2 m.

##### **Au niveau individuel :**

- Avant cette reprise, chaque licencié devra répondre à un questionnaire de santé suite à la période de confinement pour évaluer son aptitude à la reprise de la longue paume, questionnaire construit sur la base des recommandations fournies (ministère, CNOSF...). En fonction des réponses à ce questionnaire, il pourra être autorisé ou non ou orienté vers son médecin généraliste pour une visite préalable.
- Lors d'une séance de pratique, un joueur devra venir impérativement avec son propre matériel, du gel hydro-alcoolique, si possible un masque et des gants.
- Le strict respect des règles sanitaires et de distanciation sociale est exigé sur et au bord des terrains de pratiques.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****LONGUE PAUME****Au niveau des clubs :****• Formation des encadrants et pratiquants :**

- **Encadrants** : une fiche d'organisation des entraînements sera adressée à tous les clubs, leur rappelant les règles indispensables qu'il convient de respecter dans le contexte sanitaire actuel, les préconisations relatives à la remise en forme, les ressources possibles. Ils seront le relais auprès des pratiquants.

A partir du 2 juin : édition des fiches aménagements des terrains (zonage).

- **Pratiquants** : une fiche résumant les gestes et les principes sanitaires à respecter obligatoirement sera diffusée dans les clubs auprès de tous leurs pratiquants.

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

**Quelques exemples d'aménagements :**

- zonage des terrains par ajout de pointillés ou de lignes tracées provisoirement ;
- affichage des fiches ressources et des règles en bordure de chaque terrain ;
- listes nominatives des participants lors de chaque séance transmises aux responsables désignés dans chaque club ;
- rappel oral par le responsable en début de chaque séance.

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 :

<http://www.federation-longue-paume.fr/>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**MONTAGNE ET ESCALADE**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA MONTAGNE ET DE L'ESCALADE

**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 :**

- Dès le 2 juin pour toutes les activités répondant aux consignes sanitaires et à la doctrine nationale rappelées dans ce guide.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Licencié(e)s, Pratiquant(e)s

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Les activités sportives pratiquées en extérieur et de manière individuelle et autonome ou en groupe ne dépassant pas 10 personnes (encadrement compris) dans le respect des gestes barrières et des mesures de distanciation physique : **escalade, canyoning, randonnée en montagne, ski de randonnée et alpinisme**.
- Sur les sites de pratique d'accès libre, il est de la **responsabilité individuelle** de chaque pratiquant de respecter l'ensemble des règles de pratique décrites dans cette fiche, et notamment les mesures sanitaires (gestes barrières, distanciation physique).
- Lorsque que l'activité se déroule sous la responsabilité d'un cadre qualifié, celui-ci s'assure du respect des conditions de la pratique et en assume la responsabilité. Conformément aux prescriptions de portée générale, il tient à jour un registre des pratiquants encadrés (nom, prénom, date, heure départ, heure fin, contact).

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

**Escalade**

- **Se nettoyer les mains entre chaque essai ou longueur**, à l'eau et au savon bio dégradable quand cela est possible, sinon au gel hydro-alcoolique.
- La magnésie utilisée est la **magnésie liquide** contenant de l'alcool.
- L'escalade de **bloc** est uniquement possible sur des blocs de faible hauteur avec des réceptions dégagées et ne nécessitant pas de parade.
- L'utilisation des **matelas de protection** (crash-pads) est strictement individuelle.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# MONTAGNE ET ESCALADE

- Matériel :

- L'utilisation du matériel strictement individuel doit être privilégiée, lorsque les pratiquants partagent du matériel, ils doivent scrupuleusement se nettoyer les mains avant et après leur usage.
- En cas de prêt de matériel :
  - soit désinfection systématique du matériel doit être réalisée après chaque emprunt selon les préconisations du fabricant, soit une mise en quarantaine de 72 h minimum
  - Un dispositif de suivi de désinfection doit être mis en œuvre pour chaque matériel prêté

- Dans tous les cas, on respectera une distanciation

- de 2 mètres minimum entre chaque grimpeur au pied des voies
- de 5 mètres entre chaque voie où des grimpeurs sont engagés
- L'utilisation d'un **masque** et le respect de la distanciation physique d'un mètre minimum lors des phases de regroupement (relais, pied des voies et blocs...) est obligatoire.

Le strict respect de ces recommandations rend possible l'escalade sur des **voies d'une longueur**.

L'escalade sur des **voies de plusieurs longueurs** ne sera possible que si une vigilance particulière est apportée à la montée et à la descente pour s'assurer d'un espace suffisant aux relais (terrasse, relais décalés, double relais...) et éviter tout regroupement de grimpeurs (distance entre les cordées, privilégier les cordées de 2...).

### Canyoning

- Les **groupes** sont de **3 pratiquants minimum et à 10 maximum (encadrement compris)**, selon la configuration du site,
- Le niveau d'engagement du canyon choisi doit permettre à chaque pratiquant de disposer de marges de sécurité renforcées,
- Les canyons autorisés sont les canyons de cotation V4 maximum
- **Vigilance** : le positionnement des pratiquants gérant **le départ des verticales** (phase statique) doit permettre une **distanciation minimale de 2 mètres**.
- **Si pour des raisons de sécurité, cette distanciation ne peut être respectée, le lavage systématique des mains et le port du masque pourront être recommandés.**

### Gestion du matériel et des équipements de protection individuelle (EPI) Recommandations valables en situation Covid-19

- La préparation, le transport, le nettoyage et l'isolement avant réintégration du matériel de progression partagé (cordes, mousquetons, etc.) emprunté auprès d'un club ou d'un comité doivent être réalisés par une seule personne.
- Toute manipulation de ce matériel doit, lorsqu'il est emprunté, être effectuée après que l'ensemble des pratiquants concernés se soit scrupuleusement nettoyé et/ou désinfecté les mains.
- Le nettoyage et la désinfection du matériel devront être réalisés selon les préconisations des fabricants. Si la désinfection se fait par mise en quarantaine, une période d'isolement de 72 heures est recommandée avant réutilisation du matériel.

### Randonnée en montagne

- La pratique de la randonnée en montagne est possible
- Les **arrêts prolongés sur les points caractéristiques** (sommet, col) ne sont pas autorisés.
- Les **croisements entre pratiquants** doivent se faire dans le respect des règles de distanciation (2 mètres d'écart). La priorité est donnée aux personnes qui montent.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### MONTAGNE ET ESCALADE

#### **Ski de randonnée**

- L'utilisation du matériel est strictement individuelle.
- Les contrôles des détecteurs de victimes d'avalanche (**DVA**) devront s'effectuer à une distance minimale de 2 m.
- Les arrêts prolongés sur les points caractéristiques (sommet, col) ne sont pas autorisés.
- Les croisements entre pratiquants doivent se faire dans le respect des règles de distanciation (2 mètres d'écart). La priorité est donnée aux personnes qui montent.

#### **Alpinisme**

- La pratique de l'**alpinisme** est possible uniquement en respectant les aménagements prévus pour la randonnée en montagne et l'escalade.
- L'escalade sur des **voies de plusieurs longueurs** ne sera possible que si une vigilance particulière est apportée à la montée et à la descente pour s'assurer d'un espace suffisant aux relais (terrasse, relais décalés, double relais...) et éviter tout regroupement de grimpeurs distance entre les cordées, privilégier les cordées de 2...)
- Pour la **pratique glaciaire**, chaque pratiquant utilisera son **matériel personnel** (baudriers, kit glacier, système d'assurage).
- Les pratiquants garderont la même **position sur la cordée** durant toute la sortie.

#### **Escalade en salle**

- Les installations sportives équipées de structures artificielles d'escalade peuvent rouvrir à compter du 2 juin dans les zones vertes, 22 juin dans les zones oranges.
- Les associations et les exploitants des établissements sont responsables de la bonne application de l'ensemble des recommandations émises dans les différents guides édités par le ministère des sports.
- Pour les clubs, la mise en œuvre de ses recommandations fédérales sera soumise in fine à l'accord du propriétaire ou de l'exploitant (public ou privé) des équipements.
- L'ensemble des recommandations suivantes viennent compléter les consignes gouvernementales et locales en vigueur.

#### **Contrôle des flux et des capacités d'accueil**

- Le nombre de grimpeurs en activité devra être maîtrisé. Pour permettre la traçabilité des entrées, un enregistrement est nécessaire (solutions informatiques, cahier d'émargement, listing, registre).
- En complément d'un seuil légal pour chaque installation (nombre de personnes autorisées dans les installations) pouvant être communiqué par les autorités, le **ratio de 1 personne pour 4 m<sup>2</sup> de surface au sol utilisable** (zones de réception et de circulation) doit être appliqué afin de respecter les règles de distanciation physique.
- Les grimpeurs devront être sensibilisés au principe de limiter leur durée d'activité afin de permettre au plus grand nombre de venir pratiquer (90 minutes semblent être une durée recommandable).
- La gestion des zones d'attente (accueil/réception, sanitaires...) et zones de circulation est primordiale, une signalétique peut être mise en place afin de faire respecter les mesures de distanciation physique (2 m).
- Sur les structures artificielles d'escalade (à corde, de bloc, et de vitesse) un départ différé des grimpeurs, un marquage adapté des différentes zones en escalade de bloc permettent d'orienter les usagers et de respecter les mesures de distanciation physique (2 m).

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# MONTAGNE ET ESCALADE

- Sur l'ensemble des autres espaces collectifs et selon leur configuration (espace détente, zone d'échauffement, etc..), des zones spécifiques pourront être fermées si elles ne permettent pas de respecter les règles de distanciation.

**Protocoles d'hygiène, gestes barrières et mesures de protection. Recommandation à l'attention des grimpeurs**

- Les grimpeurs doivent se comporter de façon responsable et citoyenne au sein des installations
- Adoptez les règles barrières escalade
- Hygiène et désinfection des mains**
  - A l'entrée et à la sortie des installations
  - Après chaque voie ou chaque bloc
- Magnésie liquide** : L'utilisation de magnésie liquide à base d'alcool est recommandée comme mesure supplémentaire.
- Port du masque**
  - Son utilisation protège efficacement les autres grimpeurs en évitant toutes les projections.
  - Il est obligatoire dans tous les regroupements et dans tous les cas où la distanciation physique de 2 m est impossible pour des raisons de sécurité.
- Tenues vestimentaires, vestiaires**
  - Les vestiaires sont fermés. Les grimpeurs viennent directement en tenue de sport propre. Celle-ci doit être lavée après chaque séance.
- Être pieds nus est interdit dans les installations et à proximité des structures d'escalade (tapis, pied de voie...).** Le port d'un t-shirt est obligatoire.
- Matériel**
  - Privilégier le matériel personnel
  - Chaque grimpeur vient avec masque, gel hydro alcoolique, mouchoirs...
  - Pas d'échange de matériel ou d'objet entre pratiquants pendant la séance (ou sans désinfection préalable)
  - Les bouteilles d'eau, gourdes sont individuelles et marquées au nom du grimpeur.
  - Les sacs des grimpeurs ne doivent pas être en contact les uns avec les autres.
- La corde**
  - Le pratiquant utilise sa corde personnelle, qu'il amène pour la séance. Celle-ci est strictement personnelle. La longueur de la corde est adaptée à la hauteur la structure artificielle d'escalade.
  - Les cordes sont installées à demeure en moulinette : obligation de se laver les mains avant et après chaque utilisation de la corde.
  - Pour celles et ceux qui souhaitent grimper en tête, le club peut mettre à disposition des cordes.
- Les cours encadrés**
  - Lorsqu'il ne pratique pas l'activité, le professeur porte un masque se lave très régulièrement les mains. Il applique les gestes barrières et les rappelle à ses élèves. Il garde une distance de sécurité avec ses élèves. La taille maximum d'un groupe est adaptée à la situation (maximum 10 personnes y compris le professeur).

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 : <https://www.ffme.fr>



### ACTIVITÉ SPORTIVE

## Autres activités à corde : VIA FERRATA, PARCOURS SUR CORDE EN FALAISE, PARCOURS ACROBATIQUES EN HAUTEUR

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA MONTAGNE ET DE L'ESCALADE

**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 compter du 2 juin pour les seules activités autorisées répondant aux consignes sanitaires et à la doctrine nationale rappelées dans ce guide.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pratiquants autonomes ou encadrés

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

#### Via ferrata, parcours sur corde en falaise

- Distance de 2 mètres minimum entre chaque pratiquant, en tous points et à tout moment de l'activité (phases de progression et phases d'attente)
- Interdiction de rassemblement de plus de 10 personnes (encadrement compris)
- Le port de gants est recommandé.
- Matériel :
  - L'utilisation du matériel strictement individuel doit être privilégiée,
  - En cas de prêt de matériel :
    - Une désinfection systématique du matériel doit être réalisée après chaque emprunt selon les préconisations du fabricant
    - Un dispositif de suivi de désinfection doit être mis en œuvre pour chaque matériel prêté

#### En pratique encadrée :

- la distanciation reste la même sauf :
  - pour l'assistance d'un pratiquant en difficulté
  - pour la gestion d'un problème de sécurité
  - Dans ces 2 cas, le port du masque est obligatoire.
- Un groupe de maximum 6 personnes, plus l'encadrant, est préconisé
- L'encordement des pratiquants devra être favorisé

#### Parcours Acrobatiques en Hauteur

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### **Autres activités à corde : Via ferrata, parcours sur corde en falaise, parcours acrobatiques en hauteur.**

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

- **Accueil, information**

- Gestion des flux de personnes entrantes et sortantes (marquage ou balisage)
- Au sol : Distanciation d'1 mètre minimum entre les clients
- Affichage de panneaux d'information aux entrées des espaces d'activités expliquant les indications « de bonne conduite » : éviter les contacts, respect des gestes barrières.
- Sensibiliser les visiteurs aux gestes barrières et à l'importance de ne pas se toucher le visage pendant l'activité
- Hygiène des mains obligatoire avant et après l'activité (mise à disposition de gel hydro alcoolique)

(Le guide de recommandations sur les équipements sportifs, sites et espaces de pratiques sportives, pages 7 et suivantes, et pages 27 et suivantes, complète ces recommandations).

- **Gestion matérielle**

- Désinfection des casques en fonction des préconisations du fabricant
- Le port de gants est recommandé
- Baudrier :
  - Mise en quarantaine des baudriers pendant 48 heures puis lavage à 65 ° ou
  - Solutions désinfectantes préconisées par le fabricant après chaque utilisation
- Retours des baudriers gérés par le référent hygiène du parc (dans un espace dédié identifié par le public)
- Poubelle spécifique pour tous les matériaux à usage unique (gants, masques...) stockée ensuite dans un espace dédié pendant 24 heures
- Désinfection des poulies et crochets/mousquetons/poignées à chaque retour de matériel
- En phase d'évacuation et d'équipement : l'opérateur sera obligatoirement muni d'un masque (en plus de ses EPI habituels)

- **Pratique de l'activité :**

- 2 mètres minimum entre chaque pratiquant, à tout moment et en tous points de l'activité
- Un seul pratiquant par atelier
- 1 mètre minimum entre chaque pratiquant lors des éventuelles phases de regroupements statiques

- **Pratique encadrée :**

- la distanciation reste la même sauf :
  - pour l'assistance d'un pratiquant en difficulté
  - pour la gestion d'un problème de sécurité
  - Dans ces 2 cas, le port du masque est obligatoire
- Un groupe de maximum 6 personnes, plus l'encadrant, est préconisé

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 : <https://www.ffme.fr>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### MOTOCYCLISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE MOTOCYCLISME

**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 :

- Réouverture des circuits et terrains extérieurs à partir du 11 mai 2020.
- Le nombre de pilotes admis simultanément en activité devra être conforme à celui fixé par l'arrêté d'homologation du circuit ou l'agrément du terrain ou la réglementation et dans le respect des règles sanitaires édictées par le gouvernement.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Public licencié FFM ou non (tout public)

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Séances de roulage sans encadrement,
- Ecole et stages : activités ponctuelles, de l'initiation au perfectionnement, encadrées par un éducateur sportif, dans le cadre d'une école, d'une activité indépendante ou d'un accueil collectif de mineurs (ACM),
- Activité de randonnée.

Respect permanent du principe de distanciation sur l'ensemble du site (4 m<sup>2</sup>/personne en poste fixe, absence de rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché du site).

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

L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique est détaillé sur le document fédéral accessible sur le site internet de la FFMotocyclisme.

#### Quelques exemples (liste non exhaustive) :

- Organiser le site et l'accueil du public pour faire respecter la distanciation sociale et les gestes barrières. Fermer les zones qui ne permettent pas ce respect.
- Maintenir l'accès aux toilettes en assurant une désinfection régulière
- L'organisateur doit s'assurer de la présence d'un point d'eau/savon ou mettre à disposition du gel hydro-alcoolique

**ACTIVITÉ SPORTIVE****MOTOCYCLISME**

- Affichage de panneaux d'information à l'entrée du site rappelant les gestes barrières et briefing des pilotes rappelant les consignes de sécurité à chaque début de séance
- Information préalable à la venue sur site des pratiquants (mail, téléphone, SMS)
- Privilégier les inscriptions dématérialisées
- Favoriser les EPI (équipements de protection individuel) personnels
- En cas de prêt des EPI, l'organisateur doit :
  - Mettre à disposition charlotte et gants en latex à usage unique, faire un roulement des EPI 1 séance sur 2 afin de désinfecter l'ensemble du matériel,
  - Désinfecter le poste de commandes des véhicules mis à disposition
- Matérialiser les espacements des véhicules sur l'aire de stationnement

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 : <https://www.ffmoto.org/>



ACTIVITÉ SPORTIVE

MOTONAUTIQUE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE MOTONAUTIQUE

**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 :**

• **Dès le 11 mai → En façade maritime**

- **Bateaux** : les clubs ayant des adhérents pratiquant des activités de plaisance et/ou d'entraînement de compétition pourraient reprendre des activités, ainsi que les clubs ayant des disponibilités pour mettre leur bateau à l'eau sur les façades maritimes, en accord avec les ports pour l'utilisation des descentes de mise à l'eau et les préfectures maritimes.
- **VNM (jet ski)** : les adhérents des clubs en façade maritime auraient la possibilité, en accord avec les ports et les affaires maritimes, pour l'utilisation des descentes de mise l'eau, de pouvoir naviguer en plaisance et entraînement après autorisation des autorités.

En ce qui concerne le secteur professionnel qui est surtout axé sur le VNM, la FFM, en accord avec ses partenaires, la date de reprise sera définie en fonction des autorisations délivrées par les autorités compétentes en matière d'accès aux plages.

• **Dès le 29 mai → En eaux intérieures**

- **Bateaux** : pour les clubs pratiquant en eau intérieure, la navigation des adhérents reprendra en fonction des lieux autorisés territoire par territoire. Mais toujours en plaisance et/ou en entraînement.
- **VNM (jet ski)** : les adhérents des clubs en eaux intérieures, avec autorisation préalable des VNF.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Pour le **secteur associatif**, seuls les adhérents des clubs affiliés dans les disciplines de la FFM seront susceptibles de reprendre des activités de plaisance ou d'entraînement à la pratique sportive nautique, avec l'encadrement des clubs et dans le respect des règles sanitaires.
- Pour le **secteur professionnel**, uniquement pour le VNM tous publics voulant découvrir le Motonautisme par le biais des bases.

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Quel que soit le support de navigation utilisé (bateau, VNM – jet ski), seules les activités individuelles seront autorisées.

## MOTONAUTIQUE

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

La FFM travaille sur les conditions de réouverture de ses clubs et sur la définition de règles et recommandations de reprise de la pratique, de l'encadrement et de l'organisation des activités fédérales dans le cadre de la doctrine sanitaire définie par notre commission médicale et sportive.

- Respect des règles de distanciation physique (10 personnes - 10 mètres) dans les espaces ouverts autorisés
- Aération des locaux, mise en place d'une méthode de désinfection et de nettoyage des locaux
- Interdiction de réunion en présentiel
- Marquages au sol dans les clubs pour une distanciation de minimum 2 mètres entre chaque personne
- Mise en place l'affichage préventif rappelant les gestes barrières et les règles d'hygiène spécifiques
- Prévoir l'approvisionnement en gel hydro-alcoolique et en masques rappelant l'usage fortement recommandé

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.ffmotonautique.com](http://www.ffmotonautique.com)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### NATATION

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

**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 :

- Dès le 11 mai (pour les activités autorisées uniquement)

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Natation en extérieur uniquement et en milieu naturel :
  - sans utilisation de vestiaire, uniquement dans les lieux et sites ouverts et autorisés.

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

- La pratique de la natation en piscine est impossible avant le 2 juin.
- La pratique se fera dans le respect de toutes les distances et les gestes barrières
- Identification d'un responsable médical pour chacun des groupes d'entraînement
- Port du masque dans les lieux communs et gel hydro-alcoolique à disposition
- Limitation du nombre de nageurs dans le respect du principe général d'absence de rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché
- Pas d'échange de matériel

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 : <https://www.ffnatation.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### PARACHUTISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PARACHUTISME

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales.

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

##### PARACHUTISME

- **Etape 1 :** 13 juin reprise de l'activité pour les pratiquants autonomes (BPA minimum), pratique individuelle (pas de sortie accrochée et pas de contact en chute).
- **Etape 2 :** 20 juin reprise de l'activité pour les titulaires du Brevet B, pratique individuelle (pas de sortie accrochée et pas de contact en chute).
- **Etape 3 :** 22 juin reprise de l'activité pour les titulaires du Brevet A & de l'activité tandem (tandem : sous réserve de la validation du ministère des sports et du ministère de la santé).
- **Etape 4 :** 01 juillet reprise de l'activité débutant PAC et TRAD.

##### ASCENSIONNEL

- **Etape 1 :** 13 juin reprise de l'activité à partir du brevet B.
- **Etape 2 :** 22 juin reprise de l'activité baptême et école (tandem : sous réserve de la validation du ministère des sports et du ministère de la santé).

##### VOL EN SOUFFLERIE

- **Etape 1 :** 13 juin reprise de l'activité pour les pratiquants autonomes (en soufflerie fixe et/ou mobile) en pratique individuelle uniquement.
- **Etape 2 :** 22 juin reprise de l'activité baptême et élève (sous réserve de la validation du ministère des sports et du ministère de la santé).

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pratiquants autonomes et brevets B.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toute forme de pratique.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## PARACHUTISME

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

- Des fiches ont été réalisées et intégrées au plan de déconfinement de la fédération ; celui-ci sera envoyé à toutes les structures en amont de la reprise :
  - **Fiche n°1** : Dispositions communes à tous les clubs / structures d'activités pour l'accueil et l'organisation des séances de vol en ascensionnel / vol en soufflerie et/ou de saut en parachute
  - **Fiche n°2** : Dispositions spécifiques à l'organisation d'une séance de saut en parachute et au largage de parachutistes
  - **Fiche n°3** : Dispositions spécifiques à l'organisation d'une séance de vol en soufflerie
  - **Fiche n°4** : Dispositions spécifiques à l'organisation d'une séance de vol en ascensionnel
  - **Annexes** : Liens web, affiches et informations utiles à la prévention sanitaire et aux gestes de précautions pour se protéger du Covid-19, nettoyage, désinfection des avions de largage et gestion des pilotes, précautions à prendre sur le matériel, questionnaire Covid 19 de reprise d'activités.
- Mise en place d'un plan COVID avec une charte sanitaire, désignation d'un référent COVID pour veiller au bon respect des consignes sanitaires, mise en place d'un registre journalier répertoriant l'ensemble des personnes présentes sur la structure.
- Mesures pour le personnel administratif - accueil et réception
- Mesures pour les pratiquants et les visiteurs
- Affichage & communication
- Espaces communs et espaces de vie
- Espaces techniques
- Nettoyage et entretien - Désinfection régulière tout au long de la journée
- **Port du masque dans l'avion**, désinfection du matériel fourni après chaque utilisation.

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.ffp.asso.fr](http://www.ffp.asso.fr)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**PÊCHES SPORTIVES**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DES PÊCHES SPORTIVES

**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 toutes les activités sportives qui partent de la plage également. La possibilité que cet accès soit rendu possible sur arrêté préfectoral à la demande des maires concernés, comme annoncé le 7 mai 2020, pourrait permettre une reprise de ces pratiques. Les modalités d'adaptation seront alors détaillées sur le site internet de la fédération et soumises aux conditions sanitaires d'accès aux plages définies par les localités concernées.

**RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :**

- Pratique en individuel de la pêche en eau douce dès le 11 Mai 2020

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Tout public

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Pêche au coup
- Pêche aux carnassiers
- Pêche à la carpe
- Pêche à la mouche

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

- Respect des gestes barrières et de distanciation physique par rapport aux autres pêcheurs présents sur le site.
- Utilisation exclusive du matériel de pêche personnel, sans possibilité de prêt ou d'échange entre les pêcheurs ;
- Respect du principe général d'interdiction de rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché du site
- Le site de pêche doit être situé à moins de 100 km du domicile du pêcheur.

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 : <https://www.ffpspeches.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### PELOTE BASQUE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PELOTE BASQUE

**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 02 juin jusqu'au 22 juin, uniquement en intérieur et en extérieur sur les espaces autorisés (Trinquets, Frontons mur à gauche 30 m et 36 m, Jai Alai, Frontons place libre)

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tout public adulte hormis personnes à risque, avec respect des mesures sanitaires édictées.
- Tout public mineur accompagné d'un adulte responsable hormis les mineurs à risque, avec respect des mesures sanitaires édictées

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Entraînement individuel à la pratique de la main nue, pala, xare ou chistera
- Exercices de réathlétisation pour les compétiteurs

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

- Vestiaires fermés
- Respect du principe général d'interdiction de tout rassemblement de plus de 10 personnes dans un espace rapproché
- Pratique individuelle permettant le respect des règles de distanciation interpersonnelle (zone neutralisée de 2 mètres entre deux « couloirs de jeu » ; distance minimale de 2 mètres entre chaque joueur, en tous points et à tout moment de l'activité et 4 m<sup>2</sup> minimum par joueur en statique).
- Interdiction de toute partie libre (un contre un ou de simple jeu d'opposition).

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 : <http://www.ffpb.net/>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**PENTATHLON MODERNE**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PENTATHLON MODERNE

**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<sup>ème</sup> Phase : du 02 au 22 juin
- Reprise des activités avec une attention prioritaire aux composantes de la doctrine sanitaire et médicale
- Pratique individuelle dans les lieux ouverts et autorisés
- Reprise des activités uniquement pour les clubs qui le souhaitent
- Participation volontaire à l'initiative du ministère d'accompagner le retour des élèves à l'école en proposant des activités sportives en soutien du dédoublement des classes (convention UNSS et l'Education nationale)
- Reprise possible de chaque discipline du Pentathlon Moderne avec application des recommandations générales et des règles spécifiques de pratique pour le Laser-Run, la Natation, l'Equitation et l'Escrime
- Pour chaque discipline application des règles validées dans les fiches de la FF Pentathlon, FF Natation, FF Equitation et FF Escrime
- Dans toutes les zones vertes, seront à nouveau accessibles à compter du 2 juin :
  - les équipements sportifs couverts : gymnases, salles de sports (quelle que soit leur superficie) et piscines
  - les bases de loisirs
- Dans les zones orange, ces équipements pourront rouvrir à partir du 22 juin

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Publics licenciés FFPM et pratiquants non licenciés

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- **Laser-run** (modalités ffpentathlon moderne)
- **Natation** (modalités ffpentathlon et ffnatation)
- **Équitation** (modalités ffpentathlon et fféquitation)
- **Escrime** (modalités ffpentathlon et ffescrime)

**ACTIVITÉ SPORTIVE****PENTATHLON MODERNE**

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

- **Respect des règles de la doctrine sanitaire.**
- Application des gestes barrières
- Port du masque à l'arrivée sur site jusqu'aux espaces de pratique
- Groupe de 10 pratiquants maximum, encadrement compris
- Les éducateurs, entraîneurs et les bénévoles, devront respecter les règles de distanciation avec les pratiquants
- Les pratiquants devront respecter une distanciation physique de 2 mètres au moins, en tous points et à tous moments de l'activité et de 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique.

**Points détaillés dans le Document : Déconfinement Progressif FFPM du 02 au 22 Juin 2020 :**

- **Point de vigilance :**
  - Covid-19 nécessite de prendre en compte toutes les composantes de la doctrine sanitaire et médicale.
- **La reprise :**
  - Se fera dans le respect des dispositions réglementaires prises dans le cadre de la phase 2 de la levée progressive du dé-confinement
  - De manière sécurisée et différenciée en fonction de l'état de santé des individus.
- **En amont de la reprise,**
  - Un questionnaire devra être renseigné par chaque pratiquant. Le médecin fédéral mettra à disposition un questionnaire de reprise
  - Les tests d'évaluation de la condition physique devront être réalisés en présence de l'éducateur sportif ou les entraîneurs
  - La fédération après avis du médecin fédéral mettra à disposition un guide de tests permettant d'évaluer la condition physique et les seuils visant à catégoriser les pratiquants.
- **Catégorisation des publics après évaluation de la condition physique**
  - Ajustement de la pratique

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.ffpentathlon.fr](http://www.ffpentathlon.fr)



**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 entraînements 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 triplète 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 m<sup>2</sup> minimum par joueur en statique

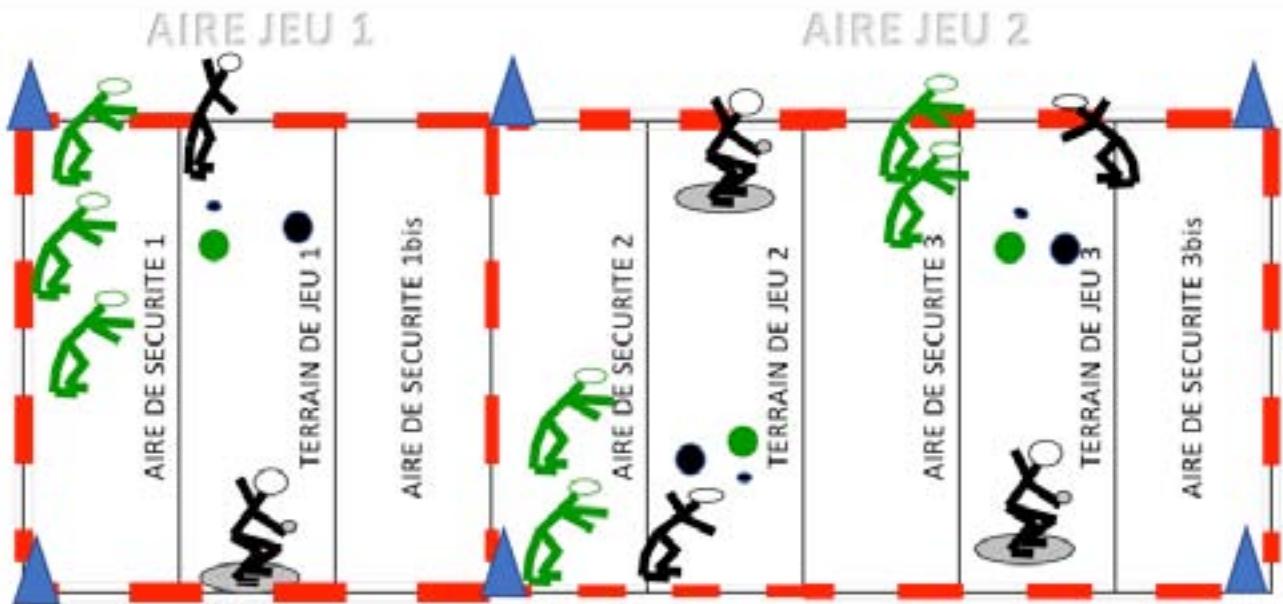
#### LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- 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 regrouper 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)

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# PÉTANQUE ET JEU PROVENCAL

- Désinfection des boules, buts, cercles et mètre de mesure
- Utilisation exclusive de son propre matériel (but, cercle, et boules...)
- Port du masque vivement conseillé surtout pour les vétérans et personnes à risques
- Ramassage des boules en alternance.



Modalités et consignes de reprise de l'activité sportive définies par la fédération dans le respect du cadre rappelé précédemment à partir du 2 juin 2020 : adresse contact : [assistance-covid19@ffpjp.org](mailto:assistance-covid19@ffpjp.org)

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 : <http://www.ffpjp.org>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**ÉTUDES ET SPORTS SOUS-MARINS**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET SPORTS SOUS-MARINS

**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 :**

La reprise des activités est possible :

- en milieu naturel (mer, lac, étang et rivière),
- en piscine ou en fosse selon la chronologie et les modalités sanitaires définies par les collectivités et les exploitants.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Tout pratiquant respectant les recommandations médicales diffusées par la FFESSM

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Toutes les activités individuelles de plongée et de nage avec accessoires (nage avec palmes, nage en eau vive)
- Exclusion de toute activité assimilable à un sport collectif (hockey et rugby subaquatiques) ou à un sport de contact (relais dans toutes les disciplines et apnée statique : contact avec le binôme)

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

**Mesures générales**

- Organiser l'activité au sein de la structure par groupes de 10 personnes maximum (encadrement compris)
- Adapter la chaîne d'accueil, les circulations dans les locaux et les vestiaires autorisés de la structure aux règles d'effectifs et de distanciation en supprimant notamment les croisements
- Organiser le cas échéant les rendez-vous sur site d'embarquement ou de pratique pour limiter l'utilisation de véhicules collectifs
- Réaliser les briefings dans les espaces extérieurs et à terre ou sur le bateau si la surface disponible permet le respect des règles de distanciation (1 mètre entre chaque pratiquant)
- Adapter ou supprimer les épreuves et mise en situation impliquant l'échange ou le partage de matériel

**ACTIVITÉ SPORTIVE****ÉTUDES ET SPORTS SOUS-MARINS****Accueil des pratiquants**

- Mettre à disposition l'auto-questionnaire mis en place par la fédération téléchargeable à partir du site [ffessm.fr](http://ffessm.fr)
- Pour les personnes ayant présenté les signes cliniques d'infection au Covid-19 ou ayant fait l'objet d'une détection virale par prélèvement, produire un CACI avant toute pratique (voir recommandations médicales FFESSM sur le site de la fédération)
- Rappeler par affichage les consignes et les gestes « barrière » ; proposer du gel hydro-alcoolique à l'entrée des structures
- Favoriser les procédures sans contact (présentation des documents nécessaires, paiement « sans contact ») ou l'envoi préalable par courriel
- Utiliser les outils numériques pour la délivrance des brevets ou attestations
- Désinfecter systématiquement les locaux et matériels selon les fréquences appropriées
- Limiter l'accueil aux seuls pratiquants

**Equipement des pratiquants**

- Favoriser le recours aux équipements personnels (avec information préalable sur la nécessaire désinfection préalable des matériels)
- Rincer et décontaminer systématiquement les matériels prêtés ou mis à disposition entre chaque utilisateur (combinaisons, gilets, détendeurs, tubas, masques, poignées de bouteille, robinetterie...) dans le respect des préconisations de la fédération, adaptées aux circonstances
- Informer les pratiquants de la nécessité de se munir d'une bouteille d'eau ou gourde personnelle

**Dispositions particulières à la plongée**

- Eviter les simulations « à sec » qui pourraient générer des contacts entre plongeurs et/ou avec l'encadrement
- Maintenir le détendeur en bouche et le masque sur le visage dans les différentes phases (mise à l'eau, déplacement en surface, remontée à bord ou au bord)
- Avant la plongée, systématiser le rinçage du masque en pleine eau (suppression des récipients à usage collectif)
- Adapter dans le sens d'une plus grande sécurité les paramètres chiffrés servant à planifier la plongée (autonomie en air, saturation, durée maxi d'immersion, profondeur maxi, DTR)
- Procéder aux opérations de gonflage des bouteilles dans des zones sécurisées (périmètre installé autour de la prise d'air, opérateur muni de gants et masque, zone interdite d'accès)

**ACTIVITÉ SPORTIVE****ÉTUDES ET SPORTS SOUS-MARINS****Transport en bateaux**

- Rincer et désinfecter systématiquement les parties « communes » avant le départ en activité (rampes de remontée, tableaux de bord, mains courantes...)
- Adapter le nombre de groupes à l'embarcation dans le respect des obligations règlementaires
- Réserver l'accès à la cabine au seul pilote ou équipage du bateau
- Espacer les mises à l'eau des pratiquants et des palanquées pour éviter tous contacts sur le bateau
- Espacer les remontées à bord sur le bateau en fin de plongée

**Formation théorique**

- Recourir aux formations à distance et utiliser les outils numériques (e-learning, supports dématérialisés...)
- Si les cours en présentiel sont indispensables, réduire le nombre d'élèves pour permettre le respect des règles sanitaires générales, ne pas utiliser de supports papier et procéder au nettoyage et à la désinfection des locaux après chaque séquence

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 : <https://ffessm.fr/>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**PULKA ET TRAINEAU À CHIENS**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PULKA ET DE TRAINEAU À CHIENS

**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 :**

- Toutes nos activités extérieures (selon le classement départemental) hors compétitions, peuvent reprendre. Il est impératif de respecter toutes les consignes sanitaires actualisées.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Seuls les propriétaires, entraîneurs des chiens et handler peuvent participer à cette reprise d'activités.  
Et ce jusqu'à nouvel ordre suivant l'évolution sanitaire.

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Entraînements individuels uniquement
- Loisir en pratiques individuelles

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

- Application des gestes barrières, distanciation portée à 10 mètres entre chaque pratiquant dans la limite de 10 personnes (encadrement compris).

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 : <https://www.ffptc.fr/>



## 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.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****RANDONNÉE PÉDESTRE****Pratique individuelle :**

- Matériel strictement personnel
- 10 personnes maximum (encadrement compris)
- Au plus proche du domicile, dans son département ou à moins de 100 kilomètres
- Vérification locale de la législation en vigueur (ONF, parc naturel, parc urbain, accès plage...)
- Chemin balisé fortement conseillé
- Co-voiturage à éviter
- Privilégier des sorties faciles lors de la reprise et éviter ensuite les indices effort/technicité/risques élevés (cf : système de cotation FFRandonnée)
- Respecter une distanciation physique de 2 mètres minimum entre les pratiquants de randonnée pédestre, randonnée raquette et de longe côté-marche aquatique (rythme classique de 4 km/h)
- Respecter une distanciation physique de 5 mètres minimum entre chaque pratiquant de marche rapide et de marche nordique (rythme classique de 6 km/h)
- Respecter 1,5 mètre minimum d'espacement latéral entre deux marcheurs de front ou en cas de croisement entre randonneurs

**Pratique en club :**

- Fortement conseillée pour bénéficier des conseils d'encadrants diplômés, éviter les accidents
- Matériel strictement personnel
- Tous les licenciés FFRandonnée
- 10 personnes maximum dont encadrants (animateur, assistant)
- Au plus proche du domicile, dans son département ou à moins de 100 kilomètres
- Vérification locale de la législation en vigueur (ONF, parc naturel, parc urbain, accès plage...)
- Co-voiturage à éviter
- Sur inscription préalable
- Sans utilisation de vestiaires avant et après la pratique
- Faire respecter les règles de distanciation sociale
  - 2 mètres minimum entre chaque pratiquant de randonnée pédestre, randonnée raquette et longe côté-marche aquatique (rythme classique 4 km/h)
  - 5 mètres minimum entre chaque pratiquant de marche rapide et de marche nordique (rythme classique de 6 km/h)
  - 1,5 mètres minimum d'espacement latéral entre deux marcheurs de front ou en cas de croisement entre randonneurs (2 m pour le longe côté-marche aquatique)

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.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)



## 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 maîtrisent 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](http://www.ffroller.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SAUVETAGE SECOURISME

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SAUVETAGE SECOURISME

**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 :

- Depuis le 11 mai, reprise pour tous les licenciés et pratiquants
- Pour les sportifs de club :
  - Reprise adaptée en fonction du niveau des pratiquants
  - Réduction du temps des séances d'entraînement

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Licenciés et pratiquants

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- **Eau plate (piscines - bassins intérieurs ou extérieurs accessibles) :**
  - Pratique individuelle, aucun relais.
  - Utilisation exclusive de son matériel personnel
- **En côtier (lac, mer, océan) :**
  - Pratique individuelle, aucun relais.
  - Utilisation exclusive de son matériel personnel

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

Dans tous les cas, respect des règles de distanciation sociale, des gestes barrières et du protocole (règlement intérieur + mesures d'hygiène) mis en place par l'établissement de bain avant, pendant et après la pratique.

##### En piscine (bassins extérieurs 25m/50m) :

- Effectif maximum = 6 sportifs + 1 entraîneur
- En bassins extérieurs.
- Utiliser obligatoirement 2 couloirs de nage pour avoir un seul sens de circulation par couloir (nage en sens unique au centre du couloir).

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SAUVETAGE SECOURISME**

- Limiter les temps d'arrêt dans l'eau et respecter la distance entre chaque nageur (2 mètres minimum)
- Consignes données à tous depuis le bord du bassin (respect des 2 mètres de distance)
- Utilisation stricte de son matériel individuel (palmes, planche, pull-boy ...). Pas de prêt.
- Matériel spécifique (mannequin, bouée tube) attribué pour chaque sportif par séance.
- Rinçage de tout le matériel (personnel et spécifique) avec de l'eau et du savon à la fin de chaque séance

**En milieu naturel (lac, plan d'eau, mer, océan ...) pratique soumise à autorisation d'accès**

- Effectif maximum = 9 sportifs + 1 entraîneur
- 1 seule personne à la fois dans le lieu de stockage de matériel
- Prévoir une distance de 2 mètres minimum entre chaque sportif sur le sable ou dans l'eau
- Favoriser les déplacements en ligne (couloir Aller/Retour)
- Utiliser strictement son matériel individuel (palmes...) Pas de prêt.
- Le matériel spécifique (planche, kayak, bouée tube...) sera attribué pour chaque sportif par séance.
- En fin de séance, rincer tout le matériel (personnel et spécifique) avec de l'eau et du savon

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.ffss.fr](http://www.ffss.fr)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**SKI NAUTIQUE ET WAKEBOARD**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SKI NAUTIQUE ET WAKEBOARD

**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 :**

**Au 11 mai :**

- **Reprise de la pratique individuelle autonome** et non-encadrée dans les eaux intérieures (lacs et plans d'eau indépendants) et sur le réseau VNF, sous réserve des autorisations nécessaires d'accès au site de pratique (VNF, autorités locales) et dans le strict respect des recommandations générales de la stratégie gouvernementale de déconfinement.
- **Reprise d'activité au sein d'une structure** avec obligation pour les structures de mettre en place les mesures et les recommandations FFSNW COVID pour la sécurité sanitaire dans le cadre de l'accueil du public. Une fois toutes les dispositions mises en place, reprise d'activité dans les réseaux fédéraux des clubs affiliés et des structures certifiées, et l'ensemble des structures commerciales et associatives extérieures aux réseaux fédéraux (EAPS et ERP) s'engageant à respecter les recommandations fédérales Covid-19 et la doctrine sanitaire gouvernementale.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Les licenciés de la FFSNW et les autres pratiquants

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Pratique de loisir et pratique d'entraînement
- Tous supports de Glisse avec la traction bateau
- Tous supports de Glisse avec la traction câble

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

**Accueil sur site**

- Respect des mesures sanitaires générales et mise à disposition des moyens de protection pour les personnels et les pratiquants d'activité au club.
- Affichage des gestes barrières, directives gouvernementales, recommandations fédérales et règlement intérieur Covid-19 de la structure.

## SKI NAUTIQUE ET WAKEBOARD

- Fermeture des espaces vestiaires et restauration-snack (possibilité de vente à emporter le cas échéant).
- Matérialisation des zones de présence et de circulation sur le site pour les pratiquants et pour les personnels.
- Zones pour le personnel interdites au public.
- Mise en place de systèmes de RDV en ligne, ou autre, pour la gestion des flux et l'étalement de la fréquentation sur la journée avec un temps libre entre 2 pratiquants pour éviter les croisements et chevauchements.
- Privilégier les modes de paiement sans contact y compris en ligne

### Pratique individuelle

- Mise en place de schémas présentant les espaces et la position des pilotes, encadrants et pratiquants dans les bateaux et à l'espace de départ du câble ; matérialisation de ces consignes.
- **Traction bateau** : Au même moment, en respectant les consignes sanitaires et de distanciation sociale, un pilote, un accompagnant d'au moins 16 ans et un pratiquant, sauf mesure dérogatoire pour les titulaires diplôme d'État permettant d'être seul pilote dans le bateau pour la pratique.
- **Traction câble** : Matérialiser les distances de sécurité entre les pratiquants. Organiser et matérialiser des espaces d'attente et un sens de déplacement depuis le parking jusqu'au ponton.
- Désinfection systématique du matériel après chaque utilisation.
- Proscrire le prêt de combinaison sauf après nettoyage.
- Éventuellement nettoyage intérieur bateau si une personne extérieure est accueillie (cas où l'encadrant n'est pas diplômé d'État qui implique 2 personnes à bord).
- Le matériel utilisé par l'encadrant en démonstration n'est pas le même que celui mis à disposition de l'usager.
- Consignes à 2 mètres de distance au moins. **Tout contact entre encadrant(s) et skieur est proscrit**, y compris lors des phases de repêchage du skieur lorsqu'elles s'avèrent nécessaires.
- Obligation du port de matériel de protection (masque, lunettes ou visières, etc.) pour les personnels pendant la période d'activité professionnelle.
- Obligation du port du masque en amont et en aval de la pratique.

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.ffsnw.fr](http://www.ffsnw.fr)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**SKI**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SKI

**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 : Reprise des activités sportives

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Licenciés et pratiquants

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Toutes les activités sportives sur neige ou sur des équipements spécifiques (ex : tremplins d'été, les pistes de ski de fond d'été)
- Les autres activités sportives (hors neige) dans le respect des directives gouvernementales

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

- Activités de plein air avec des équipements (remontées mécaniques, télésièges) dans le respect des exigences sanitaires
- Respect de la limite de rassemblement de 10 personnes encadrant compris dans un même espace

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.ffs.fr](http://www.ffs.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SPÉLÉOLOGIE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SPÉLÉOLOGIE

**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 :

- Sous réserve que l'accès aux sites de pratique soit autorisé (public ou privé), les activités autorisées concernent les seules activités répondant aux consignes sanitaires et à la doctrine nationale rappelées dans ce guide.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous publics.

**Disposition spécifique pour les licencié(e)s de plongée spéléologique (cf. recommandations, datées du 11 mai 2020, de la Société de physiologie et de médecine subaquatiques et hyperbariques de langue française) :**

- Si vous n'avez pas été atteint par le virus, que vous n'avez pas présenté d'épisode infectieux (fièvre, toux, courbatures, maux de tête, troubles digestifs) depuis le 1er janvier 2020, que vous n'avez pas été en contact avec une personne atteinte par le virus et que vous n'avez pas remarqué de diminution de vos capacités physiques (fatigabilité inhabituelle, essoufflement au moindre effort, perte de force) vous pouvez plonger sans visite préalable auprès de votre médecin, tout en respectant les précautions d'usage.
- Si vous avez présenté un épisode infectieux, qu'il ait été diagnostiqué CoViD-19 ou non, ou que vous ayez été exposé au virus, vous devez consulter votre médecin et obtenir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée ou de la plongée souterraine, préalablement à la reprise de cette activité.

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

Dans le contexte actuel, même si plusieurs personnes se regroupent sur un même site, l'organisation de l'activité sportive doit permettre de progresser dans le milieu **sans contact physique et en respectant les distances** entre les pratiquants précisées ci-après. Les pratiquants, lorsqu'ils partagent du matériel (cordes notamment), doivent scrupuleusement se nettoyer les mains avant et après leur usage.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPÉLÉOLOGIE**

Les activités listées ci-dessous sont envisageables à condition d'être pratiquées :

- **Sans contact physique** entre les pratiquants
- **En maintenant les distances minimales entre chacun**, qui seront au minimum de 2 mètres pour les phases statiques ou dynamiques, l'intensité de l'effort demandé par la progression pouvant justifier la recommandation d'une distanciation physique plus importante (5 à 10 mètres)
- **En respectant les gestes barrières**
- **En se nettoyant les mains avant et après l'activité, à l'eau et au savon, bio-dégradable quand cela est possible, ou au gel hydro-alcoolique**
- **Le nombre de pratiquants sera inférieur ou égal à 10** pour les activités organisées en groupe. Il devra être réduit si la configuration du site le nécessite, afin de permettre le respect des distanciations minimales en tous points de la progression

Toutefois, les recommandations fédérales incitant les pratiquants à conserver une surveillance mutuelle en restant à portée de vue de proche en proche restent indispensables.

**Gestion du matériel et des équipements de protection individuelle (EPI)  
Recommandations valables en situation Covid-19**

- La préparation, le transport, le nettoyage et l'isolement avant réintégration du matériel partagé (cordes, mousquetons, baudrier, casque, etc.) emprunté auprès d'un club ou de toute autre structure doivent être réalisés par une seule personne. Conseils : la personne manipulant le matériel peut s'équiper d'un masque et doit se laver les mains avant et après.
- Le nettoyage et la désinfection du matériel devront être réalisés selon les préconisations des fabricants. Dans le cas où la désinfection complète du matériel est impossible, une période d'isolement de 72 heures est recommandée avant réutilisation du matériel.
- Chaque pratiquant disposant de son propre matériel individuel (baudrier, casque, etc.), le nettoie et le désinfecte selon les recommandations émises par les fabricants.

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

Toutes les formes de pratique de la spéléologie, du canyonisme et de la plongée souterraine sont autorisées (en milieu naturel, artificiel ou anthropique, en intérieur [pour les zones vertes] ou en extérieur) :

- En pratiquant à 10 personnes maximum, selon la configuration du site.
- Le niveau d'engagement de l'activité choisie doit permettre à chaque pratiquant de disposer de marges de sécurité renforcées.

**En spéléologie, les cavités autorisées (conditions cumulatives) :**

- Cavités de classe 3 maximum limitées à quelques dizaines de mètres de dénivelé cumulé et à quelques centaines de mètres de développement maximum
- Cavités ne comportant pas d'étroitures ou de passages nécessitant des interventions particulières pour autoriser la circulation des sauveteurs et d'une civière, dans l'éventualité d'un secours

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPÉLÉOLOGIE**

**En canyonisme, les règles suivantes sont observées :**

- Les **groupes** sont de **3 pratiquants minimum et à 10 maximum (encadrement compris)**, selon la configuration du site
- Le niveau d'engagement du canyon choisi doit permettre à chaque pratiquant de disposer de marges de sécurité renforcées
- Les canyons autorisés sont les canyons de cotation V4 maximum
- **Vigilance** : le positionnement des pratiquants gérant le **départ des verticales** (phase statique) doit permettre une **distanciation minimale de 2 mètres** ; si pour des raisons de sécurité, cette distanciation ne peut être respectée, le lavage systématique des mains et le port du masque pourront être recommandés.

**En plongée spéléologique :**

*La plongée spéléologique, dans le cadre d'une pratique autonome (hors enseignement, formation et pratiques encadrées) n'occasionne pas de contact. Aucun local partagé, pas de matériel prêté, pas d'échange d'embout, puisque le principe de sécurité de base est la redondance et l'autonomie du plongeur. De ce fait, les gestes barrières sont applicables durant l'activité.*

- Pour des pratiquants autonomes
- En pratiquant à 3 plongeurs maximum, selon la configuration du site
- Les plongées se feront dans la courbe de sécurité
- La durée des plongées sera inférieure à une heure avec une PPO2 aussi basse que possible (<1b)

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 : <https://ffspeleo.fr>



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**SPORT ADAPTÉ**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SPORT ADAPTÉ

**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 préconisations ci-dessous d'adressent à tous les organisateurs d'activités physiques ou sportives adaptées :

- Les associations affiliées à la FFSA
- Les comités départementaux FFSA
- Les ligues FFSA
- Les organisations nationales de la FFSA.

**RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :**

- Préalablement à la reprise de l'activité sportive, chaque sportif devra renseigner un « auto questionnaire FFSA » (seul ou avec un aidant) afin de répondre à 3 questions :
  - Ai-je contracté le Covid-19 ?
  - Ai-je un ou des facteur(s) de fragilité en lien avec mon handicap ?
  - Suis-je porteur d'une autre maladie constituant un facteur de fragilité ?

Si au moins une question a reçu une réponse positive, un certificat médical de reprise de l'activité sportive sera requis.

Avant la première séance, l'éducateur sportif évaluera avec le sportif et son entourage si possible, l'état de forme, en particulier s'il y a eu un arrêt total pendant la période de confinement.

L'éducateur sportif devra être attentif aux impacts psychologiques de l'épidémie actuelle sur le sportif, grâce à un échange préalable à la reprise avec le sportif et la famille ou le personnel encadrant.

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

**Les publics devront être appréciés selon leur niveau d'autonomie en lien avec le respect des gestes barrières.**

3 niveaux d'autonomie sont à distinguer :

- **1** : les sportifs en capacité de comprendre et de respecter les gestes barrières ;
- **2** : les sportifs en capacité de comprendre les gestes barrière mais en difficulté pour les mettre en œuvre et/ou les respecter ;
- **3** : les sportifs pour lesquels les gestes barrière ne font pas sens et qui ne peuvent pas les respecter et/ou les mettre en œuvre sans assistance.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPORT ADAPTÉ****LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Les Activités motrices (CF réglementation FFSA)
- Toutes les activités sportives permettant le respect des gestes barrières et qui sont autorisées (voir fiche « recommandations générales »), dans le respect des préconisations des fédérations homologues.
- Ces activités pourront être mise en place dans une perspective d'entraînement, de loisirs ou de santé.

**Des préconisations d'ordre général :**

- Les sportifs devront arriver et repartir en tenue de sport.
- Les encadrants devront être munis d'un masque.
- L'organisateur devra mettre à disposition :
  - Du gel hydro-alcoolique ;
  - Des poubelles ;
  - - Du produit virucide pour le matériel ou demander une utilisation exclusive de matériel personnel (non échangé avec les autres participants).
- Les séances pourront se dérouler en intérieur à partir du 2 juin (Zone verte) ou du 22 juin (Zone orange)
- Les groupes ne devront pas excéder un effectif de 10, encadrant compris.
- La pratique devra être organisée de façon individuelle dans le respect :
  - De 4 m<sup>2</sup> par personne minimum ;
- L'éducateur sportif devra matérialiser les distances à chaque fois que ce sera possible.

**LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :****Mise en œuvre du cadre et des formes d'activités selon les niveaux d'autonomie des sportifs.**

- **1** : Pour les sportifs ayant le plus d'autonomie (CF public concerné 1) l'éducateur sportif devra :
  - Expliquer, montrer et illustrer les gestes barrières ;
  - Les rappeler à chaque exercice ou situation ;
  - Prévoir des passages individuels dans les exercices qui le nécessitent ;
  - Matérialiser les espaces d'attente pour aider à la distanciation physique.
- **2** : Pour les sportifs en difficulté pour mettre en œuvre et/ou respecter les mesures barrières (CF public concerné 2), l'éducateur sportif devra en sus des préconisations ci-dessus, être assisté d'un deuxième encadrant dont l'activité sera dédiée à la surveillance et au rappel des mesures barrières :
  - Individuellement au moment des consignes ;
  - Eventuellement pendant l'activité ;
  - Pendant les temps d'attente des sportifs ;
  - Sans pénétrer dans la « bulle » des 4 m<sup>2</sup>.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPORT ADAPTÉ**

- **3** : Pour les sportifs pour lesquels les gestes barrière ne font pas sens et qui ne peuvent pas les respecter et/ou les mettre en œuvre sans assistance (CF public concerné 3). Pour la période du 11 mai au 2 juin, le principe de prudence prévaut et conduit à ne pas proposer d'activités sportives po3 Pour les sportifs pour lesquels les gestes barrière ne font pas sens et qui ne peuvent pas les respecter et/ou les mettre en œuvre sans assistance (CF public concerné 3), l'organisation devra prévoir :

- Un éducateur sportif principal qui dirige la séance ;
- Un aidant au contact de chaque sportif (personne qui l'aide en proximité dans la vie quotidienne sans barrière), pour l'aider à respecter les gestes barrières (distance physique, utilisation du matériel, lavage des mains...).

**Pour les déplacements en minibus les conditions suivantes devront être respectées :**

- Masque obligatoire pour les sportifs et l'encadrement ;
- Une place de libre entre chaque sportif ou encadrant (maximum de 6 personnes dans les véhicules 9 places de type minibus) ;
- Pas de ventilation ou de climatisation ;
- Désinfection avant et après chaque utilisation.

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.ffsa.asso.fr](http://www.ffsa.asso.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SPORT AUTOMOBILE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT AUTOMOBILE

**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 :

- **Les circuits automobiles**, ainsi que des circuits (pistes) extérieur(e)s de karting et de modélisme automobile radioguidé **sont rouverts depuis le 11 mai**.
- **A partir du 2 juin, en zone verte** : réouverture des circuits (pistes) intérieur(e)s.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Licenciés et pratiquants
- Clients des structures commerciales

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Pratique individuelle
- Activités commerciales des circuits et des pistes
- Activités de clubs

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

- Les clubs seront tenus de programmer leurs activités pour ne pas risquer de provoquer des rassemblements de plus de 10 personnes dans un espace rapproché à l'intérieur du site.
- Les différentes circulations sur le site (parking, accueil, accès piste et véhicules) seront matérialisées pour faciliter les flux et éviter les rassemblements. Les zones d'attente seront matérialisées le cas échéant.
- Les informations sur les gestes barrières seront systématiquement diffusés (affichage et consignes orales ou écrites).
- Les règles de distanciation physique seront scrupuleusement respectées dans toutes les circonstances (2 m d'espacement latéral, 4m<sup>2</sup> minimum de surface individuelle pour les activités statiques et les déplacements sur site (marche)).
- Une mise à disposition de gel hydro-alcoolique et de masques est prévue.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPORT AUTOMOBILE**

- Les échanges de documents (contrôle) seront limités (recours aux procédures de vérification préalable par voie dématérialisée dans la mesure du possible).
- Le briefing est réalisé en extérieur dans le respect des distances interpersonnelles (2 m entre chaque pratiquant) ; l'utilisation du micro facilitera cette organisation
- Les espaces conviviaux (restauration, club-house) peuvent rouvrir dans le respect des règles liées à la restauration dans le département en question (distinction zones vertes et oranges).
- Les vestiaires et douches seront également fermés (venir sur site avec sa tenue et ses équipements).
- L'accès aux toilettes sera aménagé pour rappeler la nécessité du lavage des mains avant et après utilisation.
- Sensibiliser les pratiquants aux symptômes de la contamination au Covid-19 et vérifier leur absence.
- Procéder à la désinfection régulière des locaux ouverts (points de contact).
- Concernant les équipements individuels :
  - le port du casque et « cagoule intégrale » ou « charlotte + masque » est imposé aux pratiquants individuels
  - les équipements personnels sont recommandés et les prêts et échanges d'équipements entre participants sont interdits
  - lorsque des équipements sont mis à disposition, ils sont nettoyés et désinfectés après chaque utilisation lorsqu'ils sont réutilisables (et jetés lorsqu'ils sont à usage unique)
- Pour les pratiques d'école de pilotage, outre le port du casque et « cagoule intégrale » ou « charlotte + masque », les règles applicables à l'ensemble des professionnels de l'apprentissage de la conduite automobile s'appliqueront.

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.ffsa.org](http://www.ffsa.org)



## 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

## 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](http://www.ffsb.asso.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SPORTS DE GLACE - PATINAGE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SPORTS DE GLACE

**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 :

- La fédération propose des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étapes et à ce stade, sans précision de chronologie. Ces scénarii pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Licenciés et pratiquants
- Dans le respect des règles de distanciation physique (2 mètres entre chaque pratiquants en tous points et à tout moment de l'activité) et des gestes barrières

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Pratique individuelle uniquement
- Pas de compétitions ou événements autorisés
- Exercices physiques et techniques privilégiés
- Toutes les activités pour les départements en zone verte dans le respect des consignes ci-dessous
- 3 séances par semaine de 1h30
- Privilégier le travail technique

#### LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- Reprise par petits groupes : 10 pratiquants et encadrants maximum sur la piste de glace
- Respect strict de la distanciation sociale (2 mètres minimum entre chaque pratiquants, en tous points et à tous moments de l'activité, en dynamique ; 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique ; 5 à 10 mètres linéaires recommandés pour les activités intensives (course à pied, de roller ou vélo, 2 mètres en latéral)
- Séances limitées à 1h30 maximum
- Proscrire l'accès à l'établissement à toutes personnes externes (parents, autres accompagnateurs)
- Seuls 2 bénévoles membres du bureau au maximum en charge d'aider les pratiquants si besoin

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### SPORTS DE GLACE - PATINAGE

- Test COVID ou visite médicale avant reprise d'activité fortement conseillé(e)
- Maintenir la distanciation physique dans la file d'entrée, pas d'attrouement (marquage au sol, barrières, rubalise, panneaux...) en collaboration étroite avec l'établissement et la collectivité
- Placer un accueillant à l'entrée pour filtrer les arrivées et le flux de personnes
- Définir un sens de circulation dans l'établissement (privilégier le sens unique afin de limiter les croisements)
- Accès aux vestiaires interdits
- Restauration interdite
- Venir en tenue de sport et avec son propre matériel sportif (patins, protège lame, bouteille, gants ...)
- Chaque pratiquant doit avoir son gel hydro-alcoolique, son masque et ses gants (désinfecter régulièrement mains et matériel)
- Proscrire l'utilisation de matériel pédagogique pouvant être manipulé par tous (ou réserver uniquement les manipulations au responsable encadrant)
- Désinfection régulière du matériel pédagogique et des équipements collectifs avec un produit désinfectant adapté
- Mettre à disposition du gel hydro-alcoolique à l'entrée de la piste de glace (organisateur) en permettant de respecter la distanciation physique et en limitant le brassage
- Tout contact interdit (encadrants et pratiquants)
- Garder une distanciation avec l'encadrant (2 mètres)
- Conserver les règles d'espacement pour les activités en déplacement sur glace (Cf. tableau)
- Le port du masque est obligatoire pour le(s) encadrant(s) qui ne pratiquent pas l'activité
- Ne pas toucher ou s'appuyer sur les balustrades, tapis, ou barrières de sécurité
- Les portes d'accès doivent être uniquement manipulées par l'encadrement

DISCIPLINES	AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE
<b>Disciplines d'expression :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Patinage artistique</li> <li>• Danse sur glace</li> <li>• Patinage synchronisé</li> <li>• Ballet sur glace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique individuelle au sol et sur la glace (contacts interdits)</li> <li>• Pratique en couple : travail solo et en parallèle uniquement (contacts interdits)</li> <li>• Groupe de 10 au maximum (athlètes et encadrants)</li> <li>• Distanciation : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 mètres minimum, en statique et en dynamique</li> <li>- 5 mètres pour une pratique moyennement intensive (recommandé)</li> <li>- 10 mètres pour une pratique intensive (recommandé)</li> </ul> </li> <li>• Privilégier le matériel personnel</li> <li>• Désinfection régulière du matériel (musique, perches, plots, etc.) – Manipulé uniquement par l'entraîneur, avec un produit désinfectant adapté</li> </ul>

## ACTIVITÉ SPORTIVE

## SPORTS DE GLACE - PATINAGE

DISCIPLINES	AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patinage de vitesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique individuelle au sol et sur la glace (contacts interdits, pas de peloton ni de relais)</li> <li>• Groupe de 10 au maximum (athlètes et encadrants)</li> <li>• Distanciation : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 mètres minimum, en statique et en dynamique</li> <li>- 5 mètres pour une pratique moyennement intensive (recommandé)</li> <li>- 10 mètres pour une pratique intensive (recommandé)</li> </ul> </li> <li>• Privilégier le matériel personnel</li> <li>• Désinfection régulière du matériel et des équipements collectifs lors de chaque utilisation (tapis de short-track, plots, chronométrage, etc.) avec un produit désinfectant adapté – Ne pas s'appuyer sur les tapis</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Curling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groupe de 10 au maximum (athlètes et encadrants) dans le cadre de l'activité sur une patinoire/Groupe de 2 à 4 max dans le cadre de l'activité sur une piste de curling – Contacts interdits – Pratique individuelle : un seul balayeur en action sur une pierre</li> <li>• Distanciation : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 mètres minimum, en statique et en dynamique</li> </ul> </li> <li>• Privilégier le matériel personnel (le balai) et l'attribution nominative de pierres pour la séance</li> <li>• Désinfection régulière du matériel et des équipements collectifs lors de chaque utilisation (pierres, balais, etc.) avec un produit désinfectant adapté – Récupération de ses propres pierres selon un ordre déterminé en début de séance</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Freestyle</li> <li>• Ice cross</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique individuelle au sol et sur la glace (contacts interdits, pas de runs à plusieurs)</li> <li>• Groupe de 10 au maximum (athlètes et encadrants)</li> <li>• Distanciation : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 mètres minimum, en statique et en dynamique</li> <li>- 5 mètres pour une pratique moyennement intensive (recommandé)</li> <li>- 10 mètres pour une pratique intensive (recommandé)</li> </ul> </li> <li>• Privilégier le matériel personnel (protections, casques, etc.)</li> <li>• Désinfection régulière du matériel et des équipements collectifs lors de chaque utilisation (barils, tremplins, plots, barres de saut, etc.) avec un produit désinfectant adapté</li> </ul>

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 : <https://ffsg.org/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

## SPORTS DE TRAINEAUX, SKI/VTT JOERING

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DES SPORTS DE TRAINEAUX DE SKI/VTT JOERING

**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 :

- Maintien des accompagnements par le biais des réseaux sociaux par la fédération sous forme de vidéos sur les différents thèmes de pratique (action mise en place dès les débuts du confinement).
- Reprise de la pratique sportive depuis le 11 mai.

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pour les clubs :** Licenciés et pratiquants
- Pour les professionnels :** Clientèle de particuliers

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Cani-cross en pratique individuelle et l'accompagnement des débutants par le biais de clips vidéos sur les réseaux sociaux.
- Cani-VTT dans les mêmes conditions.
- Toutes les activités de petits attelages utilisables sans recours au handler.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SPORTS DE TRAINEAUX, SKI/VTT JOERING****LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE  
(formes d'activités et/ou cadre de pratique) :**

- Pas d'entraînement de club programmé collectivement
- Pas de regroupement de pratiquants et de rassemblements collectifs
- Utiliser les petits attelages qui ne nécessitent pas la présence d'un handler.
- Respecter les modalités sanitaires que nous connaissons en matière de « toux de chenil » et de propagation des virus spécifiques,
- Mise en place d'un module de formation complémentaire à destination des éducateurs sportifs sur les gestes barrières et les modalités particulières de la période.
- Rassemblement de 10 personnes maximum (encadrement compris) :
- Pas de prêt de matériel collectif de protection, imposer le matériel individuel (Casques, gants, lunettes de soleil etc...)
- Désinfecter de façon non destructrice les matériaux collectifs (Longes, ceintures, harnais etc. ...)
- Prévoir le lavage des mains de façon régulière à l'aide de solutions adaptées.
- **Changer de vêtements après chaque séance de ce type.**
- **Définir des sites de pratique ne favorisant pas les rassemblements spontanés.**

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 : <https://www.ffst.info/>



**MINISTÈRE  
DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SQUASH

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SQUASH

**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.

La reprise du squash, en solo ou à travers des jeux aménagés en un contre un (gammes à deux), sur des courts (d'une superficie de 60m<sup>2</sup>), nettoyés régulièrement, permet une pratique pleinement respectueuse des recommandations sanitaires.

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

La fédération propose des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étapes et à ce stade, sans précision de chronologie. Ces scénarii pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

Dès le 2 juin, reprise de la pratique du squash, en solo ou à travers des jeux aménagés en un contre un (gammes à deux), dans les structures signataires de la charte fédérale de respect du protocole sanitaire (consultable sur le [www.ffsquash.fr](http://www.ffsquash.fr)).

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- les joueurs de squash, enfants et adultes ;
- les enseignants diplômés d'Etat à jour de leur carte professionnelle.

#### LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

- Jeux d'opposition aménagés, en un contre un exclusivement, chacun demeurant sur une portion définie du terrain (gammes à deux)
- Entraînement individuel de squash en club avec un enseignant diplômé d'Etat et à jour de sa carte professionnelle ;
- Jeu individuel sur le court ou utilisation de la machine à balles.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SQUASH****LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :**

L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique sont détaillées dans le protocole fédéral accessible sur le site internet [ffsquash.fr](http://ffsquash.fr). Les grands principes sont les suivants :

**Organisation des clubs :**

- en dehors du court, le masque est obligatoire
- prévoir deux allées de circulation, une pour entrer et une pour sortir
- marquage au sol des distances minimales entre les personnes à l'accueil des clubs
- pas de prêt de raquettes
- désinfecter les parties communes entre chaque location
- le mobilier de l'espace joueur derrière le court est à supprimer (table, chaise, canapé...)

**Vestiaires/sanitaires :**

- les joueurs doivent arriver en tenue à la salle
- les vestiaires collectifs, et les douches qu'ils comprennent, seront interdits
- les bancs sont désinfectés par le client en vaporisant du produit désinfectant mis à disposition et en l'essuyant avec du sopalin
- avant toute utilisation des sanitaires, nettoyage des mains au savon ou au gel hydro alcoolique mis à disposition du public

**Sur le court :**

- mise à disposition de produits désinfectants en sortie de court
- renforcement des cycles de nettoyage, après chaque utilisation
- panneau à l'entrée des courts sur l'importance des gestes barrières et sur le respect des mesures d'hygiène en vigueur
- ne pas s'essuyer sur les murs et la vitre arrière (s'équiper d'une serviette personnelle)
- chacun doit apporter sa propre raquette et ses balles marquées
- du désinfectant est présent devant tous les courts pour les poignées
- les poignées sont désinfectées par le client en vaporisant le produit et en l'essuyant avec de l'essuie-tout à usage unique.

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.ffsquash.com](http://www.ffsquash.com)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### SURF

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SURF

**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 surf et de toutes les activités sportives maritimes qui partent de la plage également. Le préfet dispose toutefois de la possibilité, sur proposition du maire, d'autoriser cet accès ainsi que les pratiques nautiques dans la mesure où les conditions de sécurité sanitaires nécessaires sont réunies.

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- Progressif à partir du 11 mai

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Licenciés-pratiquants en activité associatives (club), en structure commerciale (écoles) ou en pratique libre (loisir)

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Lorsque les plages font l'objet d'une décision de fermeture, seul le Stand up paddle peut être envisagé sur les lacs et rivières, en mer selon la réglementation maritime.
- Lorsque des décisions locales permettront l'accès aux plages, le surf pourra alors être pratiqué.

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

##### Activité en club et en école

- Pour le personnel de l'accueil, il convient de respecter les consignes sanitaires appliquées dans les commerces. Il en est de même pour les locaux (mesures de signalisation et de désinfection, fermeture obligatoire des vestiaires, matérialisation des circulations...).
- Recourir à un système de réservation à distance et au paiement en ligne.
- Distanciation obligatoire entre les stagiaires (2 mètres d'espacement et 4m<sup>2</sup> au sol) notamment lors des explications et transmissions de consignes sur la rive.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****SURF**

- Respect des distances de sécurité entre l'encadrant et le stagiaire lors de la dispense des instructions. Aucun contact physique moniteur/élève pour aider à la correction d'un mouvement (sauf en cas d'urgence absolue).
- Le matériel utilisé en démonstration ne doit pas être celui mis à disposition.
- Rappel : le nombre de stagiaires est limité à 8 par moniteur, quel que soit le niveau de pratique. Cet effectif est un maximum et pourra être réduit si besoin.
- Tenir un registre des personnes accueillies

**Location ou prêt de matériel :**

- Tous les matériels sont systématiquement nettoyés et désinfectés avant et après chaque mise à disposition.
- Equipement individuel (combinaisons, lycra et chaussons, Gilet de sauvetage/élément de flottaison pour le Stand Up).
  - Planches et accessoires (pagaies pour le Stand Up).
  - Manipulation des combinaisons uniquement par le staff de la structure.
  - Slip de bain ou maillot personnel obligatoire sous la combinaison.
  - Serviette, ou poncho personnel à prévoir obligatoirement.

**Activité « individuelle »**

- Prévoir son propre matériel et respecter la distanciation physique de 10 m pendant les déplacements.
- Pratiquer à proximité de son domicile
- Se changer sur le parking (ou chez soi)
- Traverser la plage dans le respect des dispositions arrêtées par l'autorité administrative
- Respecter les distances de sécurité dans l'eau et hors de l'eau.

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 : <https://www.surfingfrance.com>



## 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.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****TENNIS DE TABLE****LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :****1. Accueil du club**

- Affichage des gestes barrières tennis de table devant l'espace de pratique
- Vestiaires collectifs fermés
- Le club nomme un responsable Covid-19 qui gère l'accueil et les gestes barrière
- Le club met à disposition du gel hydro-alcoolique ou des lingettes
- Le club contrôle l'espace de pratique : 10 personnes maximum en simultané encadrement compris par groupe de pratique bien identifié, joueurs toujours espacés d'au moins 2 mètres entre eux, à tout moment et en tous points de l'activité ; 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique
- Le club est responsable de l'installation, du fléchage du sens de circulation et du nettoyage du matériel, prévoir un espace de 3 mètres entre chaque table
- Seuls les pratiquants inscrits sur le créneau horaire peuvent jouer

**2. Je vais jouer, le club doit :**

- Faire respecter le port du masque aux encadrants (dirigeants, techniciens)
- Faire respecter l'interdiction de correction manuelle pour les entraîneur.

**3. Je vais jouer, je dois :**

- Arriver en tenue sportive et apporter mon propre matériel (balles, raquette) ainsi que ma bouteille d'eau pour m'hydrater et ma serviette pour me sécher
- Isoler le matériel dont je ne me sers pas durant le jeu dans un lieu neutre
- Marquer distinctement les balles que je vais utiliser
- Toucher uniquement mes propres balles
- Pour les activités à la table : ne jamais toucher la table, le filet et m'essuyer les mains sur la table. Eviter de changer de table et surtout ne jamais changer de côté. Essuyer ma demi-table avec une lingette en cas de gouttes de sueur sur la table
- Ne jamais serrer la main ou embrasser mon adversaire

**4. J'ai fini de jouer, je dois :**

- Ramasser toutes mes balles et les nettoyer
- M'assurer que je n'ai laissé aucun effet personnel

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

**La fédération propose des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étapes et à ce stade, sans précision de chronologie. Ces scénarii pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.**

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.fft.com](http://www.fft.com)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

## TENNIS ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

**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 conditions édictées pour la reprise du Tennis et de ses disciplines associées en simple, en double (jeu aménagé) et en cours collectifs sur des courts découverts et couverts à compter du 2 juin 2020, dans le respect des zones verte et orange, permettent une pratique pleinement respectueuse des recommandations sanitaires. L'unité de lieu pour la pratique du tennis, au sens de l'interdiction des rassemblements, s'entend ainsi comme étant l'enceinte du club à l'intérieur de laquelle aucun rassemblement ne doit pouvoir être constaté.

Aussi, la pratique est autorisée en simple, en double (jeu aménagé) et en cours collectifs simultanément sur tous les terrains d'un même club, même si le nombre de terrains de celui-ci est supérieur à cinq, dès lors que la gestion des flux d'arrivée et de départ des sportifs permet le respect des règles de distanciation et des consignes sanitaires sur l'ensemble du site et que les sportifs ne sont autorisés qu'à rejoindre directement le court de tennis qui leur est affecté.

L'accueil des publics scolaires sera possible dans le cadre du programme « Sport, santé, culture, civisme » et selon les conditions définies par le ministère de l'éducation nationale.

### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

#### Dès le 2 juin 2020 :

- Reprise sur terrains extérieurs en zone orange et sur terrains intérieurs et extérieurs en zone verte
- Reprise du tennis et de ses disciplines associées en simple et en double (la pratique en double devant strictement respecter des modalités de jeu adaptées et précisées ci-après)
- Reprise des cours collectifs de tennis et de ses disciplines associées (selon précisions ci-après)
- Réouverture des club-houses (toutes activités) et des boutiques proshop en zones « vertes »
- Réouverture des club-houses pour leurs activités d'accueil, de restauration en terrasse ainsi que des boutiques proshop en zone « orange »

### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les joueuses et les joueurs de tennis, paratennis, padel, beach tennis et jeu de courte paume enfants et adultes
- Les enseignants diplômé d'Etat à jour de leur carte professionnelle, ainsi que les enseignants titulaires d'un CQP ET et CQP AMT pour les cours collectifs

## 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.

## ACTIVITÉ SPORTIVE

# TENNIS ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

Quelques exemples (liste non exhaustive) :

- Désignation d'un référent COVID-19 dans chaque club
- « Kit déconfinement » pour les clubs (Protocole FFT, affiches, formulaire reprise adhérent)
- Protocole de contact avec les balles qui doivent être marquées et reprises à la main uniquement par leur propriétaire
- Mise à disposition de produit détergent-désinfectant, de papier jetable et d'une poubelle pour le nettoyage des bancs, chaises, filet sur chaque court
- Nettoyage des lignes et du filet pour les terrains de beach tennis
- Nettoyage des vitres après chaque séance sur les terrains de padel
- Interdiction du prêt de raquettes pour le jeu de courte paume
- Pour le jeu en double : strict protocole de maintien de position au filet ou en fond de court, de respect d'espaces de jeu individuels et de non croisement entre les partenaires
- Interdiction des changements de côtés pour le padel et le beach tennis
- Affichage des gestes barrières et Protocole FFT dans les clubs
- Réservation préalable des terrains uniquement par internet (Ten'Up) ou toute autre forme dématérialisée
- Affichage des règles d'accès aux club-houses et boutiques proshop
- Protocole spécial pour l'exercice des activités des cordeurs

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 : <https://www.fft.fr/>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### TIR À L'ARC

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TIR A L'ARC

**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 :

- Pratique individuelle
- Possibilité de séance collective dans la limite des groupes de 10 personnes autorisés

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés, les pratiquants

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- La pratique individuelle ou collective

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

- Les terrains extérieurs, en salle, en parcours dans le respect de la réglementation en vigueur sur le territoire où s'exerce l'activité.

Recommandations en club, **sur terrain à plat ou en salle** :

- Le club devra mettre en place un système permettant de réserver son créneau au plus tard la veille (fichier partagé, groupe WhatsApp, Doodle etc...).
- Cette inscription préalable permettra de limiter et organiser le nombre de pratiquants dans les créneaux. Celui-ci sera d'un tireur par cible disponible maximum sur le terrain, dans la mesure de 2 m minimum entre les archers au pas de tir et dans la limite du nombre total de personnes maximum (10 personnes, encadrement inclus) par les mesures sanitaires.
- Un archer ne devra pas accéder au terrain plus de 5 minutes avant son créneau et repartir aussitôt la pratique terminée. Un quart d'heure libre devra être laissé entre la fin d'un créneau et le début du suivant.
- Les archers doivent rester éloignés les uns des autres d'au moins 2 m dans toutes les situations statique et 5m en marchant (installation, déplacement aux cibles, etc..).
- Aucune situation d'entraînement engendrant des formations de binômes, d'équipes, ne devra être proposée.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****TIR À L'ARC**

- Les réservations et l'accès au terrain sont exclusivement réservés aux membres.
- Un seul accompagnateur maximum par mineur, aucun par adulte, exception faite d'un membre de sa famille pratiquant et inscrit sur le créneau.
- Application des mesures sanitaires, comme le port du masque en dehors du temps de pratique (exclusivement le temps au pas de tir). Le port de gants est recommandé pour effectuer les tâches d'ouverture et fermeture des locaux (barrières, cibles, etc..).
- Mettre à disposition un point d'eau avec du savon ou du gel hydro-alcoolique.
- Utiliser son matériel personnel. Dans le cas contraire l'arc et le matériel mis à disposition par le club devra ne servir qu'à un seul archer pendant la séance et être désinfecté après chaque usage en cas de stockage par le club.
- Chaque pratiquant devra disposer de son propre blason. Installation et retrait par ses soins.
- Chaque pratiquant devra venir muni de sa bouteille de boisson, aucune vente ou distribution de produits alimentaires ou commerciaux sur le terrain. Chacun repartira avec ses déchets produits lors de l'entraînement.
- Le temps de présence dans la structure doit exclusivement être dédié à la pratique, aucun temps de partage ou discussion ne doit être organisé. Les locaux dédiés à la convivialité devront rester fermés, exception faite d'un accès éventuel à des sanitaires.
- Si l'accès aux sanitaires est possible, ceux-ci seront régulièrement nettoyés et désinfectés et leur utilisation sera conditionnée par un passage préalable au point d'eau avec savon ou gel hydro-alcoolique pour le nettoyage des mains.
- Affichage des mesures barrières et règlement spécifique « Covid 19 » sur le terrain.
- Aucune pratique pendant l'entretien du terrain (tonte, etc..) quand celui-ci est réalisé par du personnel municipal même en cas de mesures de sécurité respectées.
- 

Un club ne pouvant pas mettre en œuvre ces mesures doit garder son terrain fermé.

Les recommandations supplémentaires à celles sur terrain plat dans le cadre de la pratique en club sur parcours permanent :

- Chaque archer arrivera sur le parcours 15 minutes avant son départ de la 1<sup>ère</sup> cible. 10 minutes minimum devront séparer deux départs. En cas de flèche égarée, le temps de recherche ne devra pas dépasser l'arrivée de l'archer suivant au pas de tir.
- Il est possible de parcourir le parcours par peloton de 4 tireurs maximum. Il conviendra de respecter les mesures de distanciation physique tant dans les déplacements 5m en marchant qu'au pas de tir 2 m. 2 personnes maximum au pas de tir si celui-ci permet d'être espacé d'2 m entre les deux archers.
- L'archer ne pouvant disposer sa propre cible ou son propre blason, il devra se protéger afin de ne pas avoir de contact de la peau des mains avec la cible lors du retrait des flèches. Il est recommandé de pulvériser sur la cible, une solution de produit virucide répondant à la norme NF 14476 avant le retrait des flèches.

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.fftta.fr](http://www.fftta.fr)



# MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### TIR

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TIR

**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 :

- La reprise des activités pour la FF Tir est prévue sur l'ensemble des stands situés en zone verte à partir du mardi 2 juin
- La reprise se fera de façon progressive en fonction de la capacité des associations à mettre en place les accès aux sites de pratique dans le respect des gestes barrières
- Tous les stands « indoor » situés en zone orange resteront fermés et interdits à la pratique pour cette période du 2 au 22 juin 2020

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Potentiellement tous les licenciés avec les restrictions qui s'imposent pour les personnes dont l'état de santé les rend vulnérables au Covid-19

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toutes les épreuves de tir dont la Fédération Française de Tir a la délégation et uniquement celles-ci sont autorisées sur les installations à partir du 2 juin

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

- Respect strict des gestes barrières avant/pendant et après la pratique
- Préconisation du port du masque pour les circulations jusqu'aux lignes de tir
- Utilisation d'une ligne de tir sur trois ou respecter une distanciation individuelle de 2 mètres entre chaque personne dans chaque stand
- 10 personnes maxima sont autorisées simultanément sur le même stand pratiquant à la même distance de tir (tireurs et encadrants compris)
- Maintien de la fermeture de l'ensemble des « club house » ou lieux de convivialité
- Utilisation des vestiaires individuels à condition qu'ils soient traversant
- Maintien de la fermeture des vestiaires collectifs

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.fftir.org](http://www.fftir.org)



**ACTIVITÉ SPORTIVE**

**TRIATHLON**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TRIATHLON

**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 individuelle et des clubs dès le 11 mai. La pratique individuelle est à privilégier par rapport à la pratique en club

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Tous publics

**LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

- Aquathlon, bike&run, duathlon, paraduathlon, paratriathlon, raids, swim run, triathlon

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

- La question de la pratique de la natation en piscine est impossible avant le 2 juin.
- Pratique individuelle dans le respect des règles sanitaires prévues notamment pour la distanciation en fonction de la discipline si elle implique un déplacement permanent : 10 mètres minimum de séparation entre les pratiquants.
- Les entraînements se feront en respectant toutes les distances et les gestes barrières.
- Le port du masque dans les lieux communs et gel hydro-alcoolique à disposition sont recommandés. L'échange de matériel n'est pas autorisé.

**Pour les consignes applicables aux activités sportives de course à pied, de natation, de cyclisme, et aux activités pratiquées dans le cadre de la pratique raid, se référer aux fiches spécifiques correspondantes (athlétisme, natation, cyclisme...).**

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.fftri.com](http://www.fftri.com)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### TWIRLING BÂTON

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTIVE DE TWIRLING BÂTON

**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 :

- Toutes les formes de pratiques individuelles du Twirling Bâton :
  - Apprentissage des techniques de base du Twirling
  - Préparation physique (renforcement / étirements)
  - Solo Freestyle, Artistic Twirl
  - Solo 1 Bâton, Solo 2 Bâtons, Solo 3 bâtons
  - Rhythmic Twirl
  - Strutting en X

#### LES PUBLICS CONCERNÉS ET LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Les pratiquants licenciés de la fédération.
- Les cadres enseignants fédéraux et diplômés d'État à jour de leur carte professionnelle.

#### LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- Distanciation physique : 4 m<sup>2</sup>/personne en statique – 5m en marchant / 10 m en courant
- Uniquement en extérieur et dans les lieux ouverts et autorisés
- Pas plus de 10 personnes maximum encadrement compris
- Utilisation par les pratiquants de leur propre matériel de pratique de façon exclusive
- Aucune transmission de matériel pendant la séance ; conserver le matériel affecté pendant la séance et le nettoyer/désinfecter après utilisation
- Arriver en tenue de sport avec sa réserve d'eau, son gel hydroalcoolique et sa serviette

**ACTIVITÉ SPORTIVE****TWIRLING BÂTON****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:**

- A partir du 2 juin, interdiction des pratiques suivantes :
  - toutes les pratiques FFTB et NBTA en duo, Équipe et Groupe.

**Etape 2 :**

- Reprise de toutes les pratiques individuelles FFTB et NBTA, sous les mêmes conditions dans les Etablissement Recevant du Public (Gymnases) une fois leur réouverture autorisée.

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 : [XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX](http://XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX)



# MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### ULM

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ULM

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales. Pour la pratique des vols avec instructeur, ceux-ci devront se dérouler dans le respect des principes et recommandations diffusés par la Direction générale de l'aviation civile (DGAC).

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

- Dans l'ensemble des structures en capacité de proposer un accueil conforme aux exigences de la stratégie nationale de déconfinement.
- Reprise des entraînements sportifs seul à bord pour les activités ou épreuves en vols dans les conditions réglementaires en vigueur.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Les licenciés fédéraux.
- Le grand public répondant aux exigences pour voler en autonomie.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- L'ensemble des activités de vol individuel en autonomie : paramoteur, pendulaire, trois-axes, autogyres et hélicoptères. Dans le respect des autorisations locales et dans l'application des recommandations communiquées.

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

##### Préparation et affichage des locaux

- Port du masque type grand public obligatoire.
- Marquage au sol dans les lieux ouverts (club house et bureaux)
- Mettre en place l'affichage des gestes barrières et règles d'hygiène
- Prévoir l'approvisionnement en gel hydro-alcoolique, masques, gants, lingettes, charlottes, bonnette pour micro, sacs poubelles...

## ACTIVITÉ SPORTIVE

### ULM

- Mettre en place d'une zone pour déposer les casques pollués / à désinfecter
- Mettre en place en proximité de la zone de stockage des machines, d'une poubelle spécifique pour jeter les EPI (équipements de protection individuelle).
- Désinfecter les poignées de portes, digicodes, tables, pc et claviers, appareils photos, caméras, si mis à disposition.
- Limiter les visites de courtoisie, proscrire les moments festifs.

**En sus des mesures gestes barrières et limitations des accès, les locaux techniques et machines verront un renforcement des mesures générales ;**

- Mettre en place une checklist machine et accessoires pour la désinfection.
- Mettre en place un "code" connu de tous sur la machine (info préalable) afin de signaler que la machine a été désinfectée.

#### **Avant le vol**

- Se désinfecter systématique les mains
- S'équiper en charlotte (casque dur) et sur-bonnette oreillettes de casque (ou changement) + sur-bonnette micro radio ou film alimentaire étirable (ou changement) pour chaque vol.
- Inciter les pilotes à l'achat si possible d'un casque radio personnel.

#### **Pendant le vol**

- Dans les machines fermées, voler avec les aérateurs de cabine ouverts.

#### **Après le vol**

- Déposer le casque dans un endroit spécifique et marqué "matériel pollué" pour désinfection, la manutention est faite avec des gants de protection uniquement
- Jeter les EPI dans la poubelle prévue à cet effet
- Désinfecter systématique (après chaque vol) de toutes les zones de préhension et de contact prévol et vol : hélice et carénages de roue, rotor, cache-pitot / boucle de ceinture et instruments type radio, transpondeur, bouton ptt, interrupteurs tableaux de bord, bouchon d'essence et robinet d'essence, commandes gaz, freins, aérofreins, volets, etc
- Laisser les machines ouvertes après désinfection afin de pouvoir aérer l'habitacle
- Privilégier le port des gants pour contrôler le démêlage des suspentes et commandes des paramoteurs

L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique (désinfection, distanciation, sens de circulation, ...) sont détaillées dans le protocole fédéral accessible via

<https://ffplum.fr/images/Lettre-info/mai-20/1er-mai/Disposition-FFPLUM-Covid-19.pdf>

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.ffplum.fr](http://www.ffplum.fr)



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### VOILE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE VOILE

**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 :

- **PRATIQUE INDIVIDUELLE ou COLLECTIVE** encadrée ou surveillée au sein d'espaces nautiques sécurisés, dans la limite de groupements à terre de 10 personnes (encadrement compris) respectant l'ensemble des protocoles sanitaires, mesures d'hygiène et de distanciation physique.

Pour les actions relevant de la formation professionnelle, se reporter aux dispositions générales applicables aux organismes de formation.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- **PRATIQUES INDIVIDUELLES OU COLLECTIVES ENCADRÉES OU SURVEILLÉES** : licencié-e-s, adhérents et pratiquants d'une structure affiliée ouverte (club, centre nautique, pôle d'entraînement, indépendant,...) qui régule l'accès à la structure et au plan d'eau ou à bord dans le respect des mesures d'hygiène, de distanciation physique et de groupement en gérant les cas avérés de Covid-19.
- **FORMATIONS DE CADRES** : stagiaires de la formation professionnelle dans les centres de formation habilités, notamment en vue de l'encadrement estival et automnal à venir..

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Toutes les activités nautiques et de voile habituelles qui respectent les textes officiels et protocoles les concernant sont proposées par les clubs ouverts aux pratiquants qui respectent notamment le règlement de la FFVoile, le protocole sanitaire de la commission médicale FFVoile (CoMed) et les dispositions fixées par les responsables de club en vue de faire respecter lesdits textes et protocoles.
- La navigation s'effectue prioritairement sur des supports permettant une pratique en solitaire (paddles, planches à voile, dériveurs, multicoques, croiseurs, engins à foil, VRC, etc.). La navigation en équipage reste possible afin de respecter la règle de veille permanente du règlement international pour prévenir les abordages (collisions) en mer [RIPAM], les mesures sanitaires et les protocoles de la FFVoile.

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

- Strict respect des instructions sanitaires et de circulations émises par les autorités gouvernementales, territoriales et locales. Maintien des vestiaires fermés. Sanitaires accessibles sous réserve expresse de désinfection entre deux utilisations (cf. protocoles fédéraux).
- Rassemblements limités à 10 personnes maximum en respect des normes de distanciation de 1 mètre à terre (cours et briefing) ou 2 mètres au moins entre chaque pratiquant (en cas d'exercice physique à terre) ou en cas d'exercice de course, à pied, en vélo ou intense en Paddle (cette distance peut utilement être augmentée en fonction de l'intensité des efforts demandés).
- Respect des horaires prescrits par le club à ses adhérents ou aux groupes accueillis afin d'éviter tout embouteillage de plus de 10 personnes lors des accueils, accès aux plans d'eau, départs sur l'eau et retours à terre ainsi que les croisements imprévus de groupes de personnes.
- Application du guide des conseils sanitaires de la FFVoile pour ses structures affiliées (cf. protocoles fédéraux, actualisation régulière).
- Respect des règles de nettoyage/désinfection des matériels entre chaque utilisation et respect des usages strictement individuels des équipements de protection (cf. protocoles fédéraux).
- Respect de l'interdiction de tout contact interpersonnel lors des séances sur le plan d'eau, sauf impératif de sécurité (cf. fiche conseil FFVoile d'intervention).

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 : <https://www.ffvoile.fr>



# MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### VOL LIBRE

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE VOL LIBRE

**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 :

- Règles destinées aux **pratiquants individuels** de delta, parapente, kite, cerf-volant et boomerang.
- Règles destinées à la pratique encadrée dans les **établissements d'activité physique et sportive** : écoles associatives et professionnelles, clubs.
- Chaque structure devra respecter les règles sanitaires et d'organisation générale, les faire respecter par son équipe pédagogique, les expliquer aux stagiaires.

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Pratiquant individuel hors structure.
- Pratique encadrée : stagiaires et encadrants.

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Le vol libre regroupe cinq disciplines aériennes de pleine nature : le parapente, le delta, le kite, le cerf-volant et le boomerang.
- Ce sont des activités individuelles d'extérieur qui nécessitent du matériel dont les pratiquants réguliers sont propriétaires.
- Les organismes de formation préparant aux diplômes d'Etat se réfèreront aux dispositions applicables au champ de la formation professionnelle.

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

- Pratiquer avec des marges de sécurité augmentées afin de ne pas aggraver le risque d'ajouter une charge pour les secours et services hospitaliers.
- À l'identique de la pratique individuelle, l'objectif est de limiter la taille des groupes à 10 personnes encadrement compris, les déplacements collectifs, de maintenir la distanciation physique, tout en organisant avec les partenaires sociaux (syndicat, organismes de formation, collectivités) les activités professionnelles et associatives.

**Pour le transport respect des règles générales :**

- le transport collectif est limité au strict nécessaire,
- désinfection des moyens de transport chaque jour,
- réduction du nombre de passagers maximum dans le moyen de transport pour respecter les distances (ex : 6 personnes maximum dans un bus 9 places, 2 maximum par banquette),
- port du masque et de lunettes obligatoires dans les véhicules.

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 :

<https://federation.ffvl.fr/actu/d-confinement-s'en-sortir-quand-comment>



## MINISTÈRE DES SPORTS

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## STRATÉGIE NATIONALE DE DÉCONFINEMENT REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES

PÉRIODE DU 2 AU 22 JUIN 2020

### ACTIVITÉ SPORTIVE

#### VOL EN PLANEUR

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE VOL EN PLANEUR

**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.

Cette fiche aborde uniquement la pratique individuelle dans le respect des directives gouvernementales. Pour la pratique des vols en biplace, celle-ci devra se dérouler conformément aux principes et recommandations diffusées le 9 juin 2020 par la Direction générale de l'aviation civile (DGAC) <https://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/activite-des-aeroclubs>

#### RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :

Depuis le 9 juin

- L'activité individuelle dans toutes ses déclinaisons et activités en équipage à deux, dans le respect des conditions précisées par la DGAC et des dispositions générales (rassemblement limités à 10 personnes, distanciation, gestes barrière).

#### LES PUBLICS CONCERNÉS :

- Tous les licenciés et détenteurs d'un titre de participation de la FFVP
- Les pilotes adhérents de clubs ou structures non affiliés à la FFVP

#### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Vol planeur en solo
- Vol planeur en biplace selon recommandations DGAC

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

- L'entrée dans les clubs est contrôlée et l'affluence doit être parfaitement maîtrisée et réservée aux seuls licenciés.
- Sur le site, les accès et circulations seront matérialisés pour permettre la fluidité des circulations de personnes et le respect en tous points du site des règles de distanciation interpersonnelle.

**ACTIVITÉ SPORTIVE****VOL EN PLANEUR**

- Les accès aux locaux seront limités au strict nécessaire (accueil, formalités) et les vestiaires seront maintenus fermés.
- Le matériel de prêt sera systématiquement nettoyé/désinfecté après chaque utilisation de même que les postes de pilotage des planeurs.
- Toutes les activités seront organisées et réfléchies pour permettre le respect des règles de distanciation imposées.

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.ffvp.fr](http://www.ffvp.fr)

## INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

# PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



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



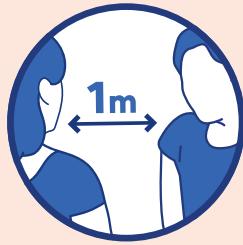
Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



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)

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**



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

COVID-19



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](http://GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS)



0 800 130 000



# 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

Retrouvez toutes nos infos sur :  
**sports.gouv.fr**

