



**Quatrième étape du Plan de reprise  
à partir du 11 juillet 2020  
(mise à jour du 15 juillet 2020)**

**Activités de Marche et de randonnée  
(hors longe côte/marche aquatique)**

**Longe côte/marche aquatique**

			Pratiquant non encadré	Pratiquant encadré	Animateur encadrant dans un club FFRandonnée	Balisage, Collecte numérique, contributeurs publications	Dirigeants d'un club ou d'un comité Favoriser systématiquement les échanges en distanciel	Pratiquant encadré Pour des raisons de sécurité, la fédération déconseille fortement la pratique individuelle.	Animateur diplômé encadrant dans un club FFRandonnée
	Gestes barrières	Port du masque	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.	Conseillé si la distanciation physique ne peut être respectée.	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.	Conseillé avant et après la sortie. Fortement déconseillé pendant l'activité, appliquer la distanciation physique.
		Distanciation physique : 4 m2/pers	A adapter à la vitesse de progression : - 2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h - 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h - 1,5 mètre en latéral  A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)	A adapter à la vitesse de progression : - 2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h - 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h - 1,5 mètre en latéral  A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)	A adapter à la vitesse de progression : - 2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h - 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h - 1,5 mètre en latéral  A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)	A adapter à la vitesse de progression (2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h)  A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)  Les balises réalisées à la peinture et au pochoir seront faites par un seul individu (et non un duo)	4 m2/personne	A adapter à la vitesse de progression et à la force du vent : 2 mètres entre et/ou en latéral.	A adapter à la vitesse de progression et à la force du vent : 2 mètres entre et/ou en latéral.
		Utilisation gel hydroalcoolique	Obligatoire	Obligatoire	Obligatoire	Obligatoire	Obligatoire	Obligatoire pour utilisation avant et après la séance en cas d'absence d'eau et savon	Obligatoire pour utilisation avant et après la séance en cas d'absence d'eau et savon
		Si fièvre ou autres symptômes du Covid-19	Restez chez soi	Restez chez soi. Prévenir immédiatement l'animateur si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	Restez chez soi. Prévenir immédiatement le Président du club si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	Restez chez soi. Prévenir immédiatement le responsable de zone et le Président de la CDSI si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	Restez chez soi. Prévenir immédiatement le président du club si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	Restez chez soi. Prévenir immédiatement l'animateur si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	Restez chez soi. Prévenir immédiatement le Président du club si signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.
Généralités	Kit sanitaire Covid-19 personnel composé de : 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle		Préconisé	Préconisé	obligatoire	obligatoire	Préconisé	Préconisé pour utilisation avant et après la séance	Obligatoire pour utilisation avant et après la séance
		Matériels liés à la pratique de l'activité	Utiliser son matériel personnel	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Echange de matériel entre participants non autorisé.	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non-autorisé.	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Limiter au maximum le prêt de matériel (en cas de prêt, mettre en œuvre une désinfection avec gel hydroalcoolique, désinfectant ou savon).	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel et de tenue par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non autorisé ou avec une désinfection systématique.	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel et de tenue par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non autorisé ou avec une désinfection systématique.

	<b>Vestiaires</b>		Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
	<b>Locaux</b>		Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire En cas de transmission immédiate des traces auprès des gestionnaires de données, les collecteurs mettront en oeuvre les gestes barrières avant de pénétrer dans les locaux, notamment désinfection du matériel	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
<b>Publie</b>	<b>Nombre</b>		Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre balseurs et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux		Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux
<b>Encadrement</b>	<b>Inscription aux sorties</b>			Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.
	<b>Animation</b>			L'animateur rappelle les gestes barrières. Distanciation physique à respecter.	Nomination d'un serre file ou un assistant chargé de rappeler les gestes barrières, et de participer à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.	Nomination d'un serre file ou un assistant chargé de rappeler les gestes barrières, et de participer à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.		Utiliser les infrastructures mises en place pour traverser la plage et la mise à l'eau. Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisés	Organiser la traversée de la plage et la mise à l'eau en tenant compte des infrastructures mises en place et de la législation en vigueur. Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisée L'animateur et l'assistant rappellent les gestes barrières et participent à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.
	<b>Conseils pédagogiques</b>			Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre entre les 2 personnes. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.		Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.



<b>Compétitions</b>			Interdites	Interdites	Interdites			Interdites	Interdites
<b>Manifestations grand public et compétitions</b>			Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants			Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants
<b>Séjours et voyages</b>			Autorisés	Autorisés	Autorisés		Autorisés	Autorisés	Autorisés
<b>Formation</b>				Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation
<b>Séance de travail, réunions, organisations....</b>					Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions d'animateurs pour construction notamment du calendrier de sorties du club	Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions de baliseurs ou entre baliseur et responsable de zone	Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions		
<b>Accident</b>			Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les animateurs portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence		Les pratiquants portant secours ou ayant été secourus devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé	Les animateurs portant secours devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé
<b>Vos contacts privilégiés</b>	<b>Local</b>		<a href="#">votre comité départemental</a>	<a href="#">votre comité départemental</a>	<a href="#">votre comité départemental</a>	Votre commission départementale sentiers itinéraires	<a href="#">votre comité départemental</a>	<a href="#">votre comité départemental</a>	<a href="#">votre comité départemental</a>
	<b>National</b>		<a href="mailto:info@ffrandonnee.fr">info@ffrandonnee.fr</a>	<a href="mailto:association@ffrandonnee.fr">association@ffrandonnee.fr</a>	<a href="mailto:association@ffrandonnee.fr">association@ffrandonnee.fr</a>		<a href="mailto:association@ffrandonnee.fr">association@ffrandonnee.fr</a>	<a href="mailto:marcheaquatique@ffrandonnee.fr">marcheaquatique@ffrandonnee.fr</a>	<a href="mailto:marcheaquatique@ffrandonnee.fr">marcheaquatique@ffrandonnee.fr</a>