

ATHLÈ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

Déconfinement en action

La Décattitude



PARTENAIRES PRINCIPAUX

1

Décattitude DIRIGEANT



- 1 Evaluation du risque sanitaire local afin d'organiser l'accueil du public, des salariés et des bénévoles (possibilité de nettoyage, procédure de désinfection*, circulation du public, modalités d'affichage).
- 2 Limiter les réunions du club en présentiel en privilégiant les visio-conférences.
- 3 Respecter et faire respecter les gestes barrières imposés à l'ensemble de la population.
- 4 Assurer la présence de gel hydro alcoolique et le mettre à disposition .
- 5 Affecter du matériel par groupe d'entraînement. En cas de matériel commun, désinfecter à chaque changement d'utilisateur.
- 6 Informer préalablement et régulièrement les adhérents sur les conditions sanitaires des activités du club.
- 7 Négocier auprès des institutions locales la privatisation du stade pendant les créneaux d'entraînement.
- 8 Etablir un planning pour gérer le flux des personnes et organiser les espaces en respectant les 4m² par individus.
- 9 Porter une attention particulière à l'état psychologique et physique des membres de l'association lors de la période de reprise.
- 10 Former et informer l'encadrement des règles à appliquer et s'assurer de son engagement à le respecter.

* Selon les recommandations de l'Haute Autorité Sanitaire (HAS)

2

Décattitude ENTRAINEUR



- 1 Respecter et faire respecter les gestes barrières imposés à l'ensemble de la population.
- 2 Porter une attention particulière à l'état psychologique et physique des athlètes lors de la période de reprise.
- 3 Reprendre l'entraînement de manière progressive en s'inscrivant dans une logique de réathlétisation (pendant 4 à 5 semaines).
- 4 Réserver les créneaux d'entraînement aux athlètes.
- 5 S'assurer que les athlètes arrivent en tenue de sport avec une réserve d'eau, du gel hydro alcoolique et une serviette personnalisés à manipuler exclusivement par l'athlète
- 6 Organiser les séances d'entraînement par groupe en respectant le nombre en vigueur, la distanciation physique et sans contact entre les athlètes.
- 7 Proscrire les footings et les séances sur piste en peloton. Les courses doivent se faire individuellement ou de front avec un couloir d'écart en ligne droite.
- 8 Faire respecter, en dehors du stade, les 4m² par pratiquant avec au moins 10m en file indienne.
- 9 Affecter du matériel spécifique à chaque athlète et veiller à ce qu'il ne l'échange pas avec les autres pendant la séance (engins de lancer, médecine ball, starting block....). Nettoyage puis procédure de désinfection* du matériel avant rangement.
Manipulation du matériel commun par l'entraîneur uniquement (lattes, plots...)
- 10 Procéder à la désinfection du matériel de musculation à chaque changement d'utilisateur. Nettoyage des mains avec du gel hydro alcoolique lors de chaque changement d'appareil.

* Selon les recommandations de l'Haute Autorité Sanitaire (HAS)

3

Décattitude ATHLETE



- 1 **Respecter et faire respecter les gestes barrières imposés à l'ensemble de la population.**
- 2 **Reprendre l'entraînement de manière progressive en s'inscrivant dans une logique de réathlétisation et consulter un médecin avant la reprise si suspicion ou covid 19 avérée**
- 3 **Arriver en tenue de sport avec sa réserve d'eau, son gel hydro alcoolique et sa serviette.**
- 4 **Respecter les droits d'accès aux différents locaux.**
- 5 **Respecter les spécificités sanitaires de chaque spécialité*. Ne pas cracher.**
- 6 **Respecter, en dehors du stade, les 4m² par pratiquant avec au moins 10m en file indienne**
- 7 **Conserver le matériel affecté pendant la séance (engins de lancer, médecine ball, starting block....) et le nettoyer puis désinfecter avant rangement.**
- 8 **Procéder à la désinfection du matériel de musculation à chaque changement d'utilisateur. Nettoyage des mains avec du gel hydro alcoolique lors de chaque changement d'appareil.**
- 9 **Respecter la plage horaire de son entraînement et quitter le site à la fin du créneau.**
- 10 **Se doucher en rentrant à la maison et mettre sa tenue de sport au lavage à 60° si possible*. Laisser ses chaussures de sport dans l'entrée**

* Se référer au document de la Commission Médicale de la FFA