



## Communiqué de la FFRandonnée pour la reprise de l'activité randonnée

*La FFRandonnée propose à l'ensemble de son réseau de comités, clubs, dirigeants, baliseurs, pratiquants des activités de marche et randonnée, licenciés ou non ... des règles et des recommandations de reprise de leurs activités de manière raisonnée et responsable pour la période du 11 mai au 1er juin 2020.*

D'une manière générale, les activités pourront reprendre:

- dans le respect d'une distanciation physique spécifique entre les pratiquants qui dépendra de la vitesse de marche et de randonnée et du risque de contamination par postillons et gouttelettes de transpiration. Ainsi des marcheurs évoluant à la vitesse classique de **4km/h** veilleront à garder un espacement **d'au moins 2 mètres**, alors que des marcheurs à **6km/h** s'espaceront **d'au moins 5 mètres**,
- dans les espaces ouverts autorisés et en fonction de la situation sanitaire de chaque territoire (zone rouge ou verte),
- sans limitation de durée de pratique,
- sans attestation,
- dans une limite de distance du domicile inférieure à 100 km,
- en limitant les rassemblements à 10 personnes maximum,

# PLAN DE DÉCONFINEMENT

## RANDONNEUR INDIVIDUEL / FAMILIAL

Du 11 mai au 1er juin

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

 <b>CONVIVALITÉ</b>	
<b>Partage de repas, pots, festivités</b>	 À éviter Avec distanciation pour le pique-nique
<b>Discussions en présentiel</b>	 Avec distanciation et masque si possible
 <b>COMPÉTITIONS</b>	 interdites
 <b>MANIFESTATIONS GRAND PUBLIC</b>	 interdites
 <b>SÉJOURS ET VOYAGES</b>	 Pas conseillé
 <b>ACCIDENT</b>	 Porter un masque et se désinfecter les mains avant de porter secours, sauf urgence
 <b>VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ</b>	<b>Votre comité départemental</b> FFRandonnée 65 hautes-pyrenees@ffrandonnee.fr <a href="mailto:info@ffrandonnee.fr">info@ffrandonnee.fr</a>

Suivez les recommandations de la FFRandonnée et l'évolution du plan de reprise de l'activité régulièrement mis à jour sur le site [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)