



Plan de reprise des activités

3ème phase transitoire à compter du 15 août 2020

Suite à la fin de l'état d'urgence sanitaire, à la publication des guides de recommandations du Ministère des Sports et la diffusion des règles et recommandations édictées par la FFRandonnée notamment celles du 15 juillet, et à la réunion d'animateurs du 29 juillet, le CA de l'ARSEM a adopté, par consultation électronique du 10/08/2020, une 3ème phase transitoire du plan de reprise de ses activités :

Conditions de pratique des randos et de la marche nordique durant la 3ème phase transitoire

Programme de randos	<ul style="list-style-type: none"> - Pas de programme trimestriel - Des propositions de randos chaque semaine (ou par quinzaine) par les animateurs volontaires
Inscription obligatoire	<ul style="list-style-type: none"> - Pour chaque rando, inscription préalable sur un doodle pour archiver la liste des participants et assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux – sauf pour la marche nordique où à chaque séance le nom des participants est enregistré
Participation aux activités	<ul style="list-style-type: none"> - <u>nouveaux à l'essai</u> : contact préalable avec l'animateur et rdv directement au point de départ de la rando sans covoiturage - <u>Interdit aux personnes présentant des symptômes</u> : fatigue, fièvre, maux de têtes, courbatures, mal de gorge, essoufflement, nez qui coule, perte du goût et de l'odorat, troubles digestifs, troubles cutanés inhabituels...
Déplacement	<ul style="list-style-type: none"> - sauf cas particulier, rendez vous au parking de la salle des fêtes Maringer à Essey, avec possibilité d'aller directement au départ de la rando après appel à l'animateur. - le transport individuel est conseillé - le covoiturage est possible exclusivement pour ceux qui le souhaitent, avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières, en ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation. Le chauffeur volontaire définit le nombre de personnes transportées en sus des personnes vivants sous le même toit que lui.
Équipement individuel	<ul style="list-style-type: none"> - Kit sanitaire (masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes, petit sac poubelle pour masques et lingettes usagés) * Obligatoire pour les animateurs avec gants(notamment pour porter secours) * Recommandé pour les participants - Port du masque éventuellement avant et après l'activité, mais pas durant la rando - Pas de prêt de matériel : chacun sa bouteille d'eau, Pas de prêt de bâtons de MN

Distanciation	<ul style="list-style-type: none"> - Pas d'embrassade, ni de serrage de main - au RdV : 1 à 1,5m entre participants - en rando : marche en file indienne ou en quinconce avec la distance entre participants en fonction de la vitesse de déplacement : <ul style="list-style-type: none"> * 2 m pour rando (3 à 4 km/h) * 4 m pour rando à allure soutenue * 5 m pour la marche nordique * 1,5m entre 2 randonneurs marchant frontalement
Pique-nique	- Possible en respectant la distanciation physique
Information des consignes	<ul style="list-style-type: none"> - publication sur le site de l'ARSEM et diffusion à l'ensemble des adhérents - rappel des consignes notamment de distanciation par l'animateur en début de rando
Si symptômes covid-19 dans la quinzaine qui suit la sortie en groupe	- le randonneur en informe l'animateur et le président du club, qui en informera les autres participants

Conditions de reprise des travaux de balisage durant la 3ème phase transitoire

Déplacement	<ul style="list-style-type: none"> - le transport avec son véhicule personnel est conseillé avec un Rdv sur place - covoiturage possible avec port du masque et dans le strict respect des gestes barrières, en ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation
Travaux d'entretien et de balisage	<ul style="list-style-type: none"> - privilégier l'entretien des chemins par équipe de 2 baliseurs volontaires en respectant la distanciation de 1 m à l'arrêt et de 2m en déplacement - chacun baliseur apporte et utilise son propre matériel ou désinfection du matériel

Le président