



## Conditions de pratique des activités

à compter du 11 septembre 2020

Dans le contexte de l'épidémie de Covid-19, et suite à la publication des consignes gouvernementales et plus particulièrement du Ministère en charge des Sports, à la diffusion des règles et recommandations édictées par la FFRandonnée notamment celles du 15 août (publiées le 3/09), et à la réunion d'animateurs du 03/09, le CA de l'ARSEM a adopté, lors de sa réunion du 10 septembre 2020, les conditions de pratique suivantes (4ème phase transitoire du plan de reprise de ses activités) :

### Conditions de pratique des randos et de la marche nordique

Programme de randos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas de programme trimestriel</li> <li>- Des propositions de randos par quinzaine (ou par mois) par les seuls animateurs volontaires</li> <li>- le programme des randonnées ainsi que les coordonnées des animateurs sont sur le site</li> </ul>
Inscription obligatoire	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> <li>– sauf pour la <u>marche nordique</u> où à chaque séance le nom des participants est enregistré</li> </ul>
Interdiction de participer aux activités	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>personnes présentant des symptômes</u> : fatigue inhabituelle, fièvre, perte du goût et de l'odorat, ...</li> <li>- <u>personnes diagnostiquées positives</u> au Covid-19</li> </ul>
Nouveaux à l'essai	<ul style="list-style-type: none"> <li>- contact préalable avec l'animateur de la rando (voir le site de l'ARSEM)</li> <li>- RDV directement au point de départ de la rando sans covoiturage</li> </ul>
Port du masque	<ul style="list-style-type: none"> <li>- obligatoire dans les zones où il est rendu obligatoire (par exemple centre de Nancy)</li> <li>- obligatoire lors du covoiturage (voir ci-dessous)</li> <li>- fortement recommandé lors du prêt de bâtons en MN (voir ci-dessous)</li> </ul>
Déplacement	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- le transport individuel est conseillé</li> <li>- 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.</li> </ul>

Équipement individuel	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kit sanitaire (masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes, petit sac poubelle pour masques et lingettes usagés)</li> <li>* Obligatoire pour les animateurs avec gants(notamment pour porter secours)</li> <li>* Recommandé pour les participants</li> <li>- Port du masque éventuellement avant et après l'activité, mais pas durant la rando</li> <li>- Pas de prêt de matériel : chacun sa bouteille d'eau,</li> </ul>
Prêt de bâtons de Marche Nordique	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possibilité pour les nouveaux de prêter les bâtons de MN de l'ARSEM</li> <li>* port du masque lors de la remise des bâtons</li> <li>* désinfection des bâtons</li> </ul>
Distanciation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas d'embrassade, ni de serrage de main</li> <li>- au RdV : 1 m entre participants</li> <li>- en rando : marche en file indienne ou en quinconce avec la distance entre participants en fonction de la vitesse de déplacement :</li> <li>* 1 m pour rando (3 à 4 km/h)</li> <li>* 2 m pour rando à allure soutenue</li> <li>* 2 m pour la marche nordique</li> <li>* 1 m entre 2 randonneurs marchant frontalement</li> <li>- les groupes importants sont divisés en plusieurs groupes de 10 pratiquants, distants de 5 à 10m</li> </ul>
Pique-nique	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possible en respectant la distanciation physique</li> </ul>
Information des consignes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- publication sur le site de l'ARSEM et diffusion à l'ensemble des adhérents</li> <li>- rappel des consignes notamment de distanciation par l'animateur en début de rando</li> </ul>
Si symptômes covid-19 dans la quinzaine qui suit la sortie en groupe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- le randonneur en informe l'animateur et le président du club, qui en informera les autres participants</li> </ul>

### Conditions de pratique des travaux de balisage

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

Le président