

## Règles à respecter pour toute activité sportive en plein air

Les gestes barrière, les recommandations ainsi que les restrictions actuellement en vigueur et publiés par le gouvernement<sup>1</sup> sont à respecter, les bons réflexes à adopter.

Les activités sportives en plein air sont autorisées (groupe de maximum vingt personnes), sous réserve de l'ouverture des infrastructures sportives par le propriétaire. Des conditions de sécurité, de distancielment et d'hygiène appropriées sont à respecter dont notamment :

- absence de toute activité à caractère compétitif;
- activités sans public;
- toute activité sportive doit se pratiquer sans contact physique. Pour des sports dont cette règle est difficilement réalisable de par leur nature, des formes alternatives d'entraînement doivent être choisies;
- fermeture des douches et vestiaires.

S'y ajoute pour les activités sportives qui se déroulent dans le cadre d'une fédération sportive agréée ou d'un club de sport affilié, ce qui suit:

1. Avant chaque séance, l'entraîneur rappelle aux sportifs qu'ils doivent rester vigilants aux [symptômes](#) du Covid-19. Il écarte du groupe tout sportif qui présente des symptômes et lui conseille de consulter un médecin.
2. Lors de toute activité sportive, les règles de distancielment ci-dessous sont à appliquer :
  - ⇒ 2m de distance latérale entre deux sportifs

Les études scientifiques recommandent fortement:

  - ⇒ 10m de distance entre deux sportifs qui courent l'un derrière l'autre.
  - ⇒ 20m de distance entre deux sportifs qui roulent à vélo l'un derrière l'autre.
3. Le port du masque est obligatoire pour les sportifs et tous les accompagnateurs. Pendant la durée de l'entraînement, le sportif peut enlever le masque, pour autant que les règles de distancielment soient respectées.
4. Le [lavage des mains](#) au savon, voire la désinfection des mains, doit se faire avant et après toute séance d'entraînement. Des solutions hydro-alcooliques doivent être mises à disposition. Le port de gants ne remplace pas le lavage régulier et correct des mains, voire au moins leur désinfection.
5. Dans cette première phase de déconfinement progressif, le matériel sportif ne doit être utilisé que par une seule personne lors de la pratique du sport. Le matériel sportif doit être désinfecté avant et après chaque usage.
6. Les sportifs doivent apporter leur propre bouteille d'eau.
7. La pratique du covoiturage n'est pas recommandée.

Il est précisé que les présentes règles seront régulièrement adaptées en fonction de l'évolution générale.

---

<sup>1</sup> Flyer phase 2