

PROTOCOLE SECURITAIRE ET SANITAIRE A LA REPRISE DES ENTRAINEMENTS AU SEIN DU CLUB

DU R. A. C. CYCLISME

Article 1

Surveillance des symptômes fièvre, toux, fatigue, essoufflement anormal sont les principaux symptômes du Covid-19 mais beaucoup d’autres symptômes peuvent survenir. Ils doivent conduire à l’arrêt de la pratique et à une consultation médicale. La reprise ne pourra se faire qu’au minimum 15 jours après l’arrêt des symptômes - selon avis médical

Article 2

L’encadrant(e) VTT, son rôle et ses activités face au Coronavirus.

L’encadrant(e) a un rôle de modèle pour diffuser et appliquer les gestes collectifs et individuels de lutte contre la propagation du Coronavirus.

• Il-Elle ne salue pas par des poignées de main, des embrassades avec les pratiquants et/ou autres encadrants.

• Il-Elle porte un masque pendant toutes les phases d’accueil et d’explications en face à face individuel ou collectif

• Il-Elle établit des groupes d’entraînement fixes, dans une fourchette de 2 à 10 personnes maximum. Idéalement, conserver chaque groupe à l’identique par période de 15 jours. Préconisation d’1 encadrant pour 9 personnes encadrées

• Il-Elle est attentif à tous les signes de symptômes, chez lui-elle et chez les pratiquants(es) : fatigue, toux, essoufflement anormal. Conseil d’aller en consultation médicale au moindre signe

 • Il-Elle rappelle aux personnes encadrées l’importance de laver son vélo et sa tenue, désinfecter son matériel de protection et la prise d’une douche en rentrant chez soi. Si un pratiquant tombe ou rencontre un problème technique, l’encadrant(e) porte assistance et effectue les gestes nécessaires en portant son masque. Immédiatement après l’intervention, il-elle se lave les mains avec sa solution hydroalcoolique.

Article 3

**Organiser l’encadrement du VTT**

 Ces préconisations sont soumises aux évolutions des mesures gouvernementales et/ou locales.

 L’organisation de la pratique du club

 • Ce cadre d’organisation est présenté à sa collectivité

• Les pratiquants(es) et leurs familles sont informés(ées) sur les conditions mises en œuvre et les comportements attendus

 • les lieux d’accueil, les vestiaires, les douches et les espaces de restauration sont fermés

 • Un accès à des toilettes avec point d’eau reste à disposition si possible et avec une utilisation raisonnée (lavage fréquent, un par un…)

• Une inscription préalable aux séances est proposée pour limiter le surnombre

• Organiser toute la pratique du club en extérieur : point de rendez-vous, point de séparation, pas de vestiaire, pas de distribution de goûter

• Privilégier les ateliers techniques sur des espaces larges et ouverts

 • Privilégier le travail sur des petits circuits identifiés et reconnus. L’organisation des groupes de pratiques

 • Pour les plus jeunes jusqu’aux pupilles : séances d’une heure maxi (environ) sur espaces ouverts et avec une faible affluence

 • Pour les benjamins, minimes : privilégier la forme itinérance entre ateliers techniques ouverts

• Pour les cadets, juniors : privilégier l’autonomie et/ou les petits groupes

• Choisir les espaces et itinéraires qui permettent les distances physiques préconisées le matériel et les équipements

 • Encourager le nettoyage du vélo, des tenues et des différents équipements (casque, lunettes, gants...) pour développer des habitudes chez les jeunes

 • Interdire les échanges de matériel entre les jeunes pratiquants. Les besoins de transports collectifs

 • Limitation au maximum des besoins de déplacement collectif en véhicule

 • Port du masque obligatoire pour tous(tes) les occupants(es) d’un véhicule

 • Occupation d’un siège sur deux (6 personnes max dans un véhicule neuf places)

• Si possible, il est intéressant de promouvoir la venue au club à vélo

Article 4

Préconisations sur les types d’activités et situations pédagogiques pouvant être proposées

Prévoir un temps d’évaluation des niveaux post confinement

• Progressivité dans les intensités et durées sur les premières semaines de reprise

• Revisiter l’ensemble des disciplines avant la trêve estivale

Ce protocole est applicable à partir du 22 juin 2020 à la suite des annonces gouvernementales du 21 juin 2020.

Le président de la section cyclisme du R.A.C

ANGUILLE BRUNO

