

envoyé : 23 juin 2020 à 15:42
de : GMOUV72 <gmouv72@orange.fr>
à : "SARTHE FD (72)" <gmouv72@orange.fr>
objet : INFORMATION : TRES IMPORTANT

Bonjour,

Vous trouverez en pièce jointe un document avec des explications détaillées sur les mesures à prendre pour reprendre le sport et autres activités dans des conditions optimales et sécurisées afin de vous protéger vous et les autres.

Nous comptons sur vous pour diffuser au maximum ces informations essentielles dans cette lutte contre le CORONAVIRUS.

Bonne lecture!

Prenez soin de vous et de vos proches,

Bien cordialement,

Anne-Valérie DESPRES
Le secrétariat

Pour reprendre le sport dans des conditions optimales, le ministère des Sport a publié 5 guides pratiques post-confinement.

Ceux-ci « ont pour objectifs de faire des recommandations sanitaires pour accompagner les sportifs amateurs, les sportifs de haut-niveau et les professionnels » dans leur pratique.

Pour le moment, des règles de distanciation physique spécifique restent de rigueur :

- 10 m minimum entre 2 personnes pour les activités de vélo et de jogging,
- 4 m² par pratiquant en statique,
- ou 2m entre chaque participant pour les activités dynamiques (yoga, fitness, etc.).

Voici quelques pratiques sportives pratiquées au sein de nos associations :

TAICHI - QIGONG

LES AMENAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSES PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Exercices de santé et bien-être, chorégraphies de mouvements.
- Distanciation physique : 4 m² minimum par pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique.
- En intérieur : groupes ou sous-groupes de 10 personnes maxi (encadrant compris) ; respect des règles de distanciation physique dans chaque groupe (2 m entre chaque pratiquant, 4 m² par personne minimum) et entre les groupes (10 m recommandés).
- Les entraînements individuels avec ateliers de point et de tir et de situations stratégiques

- Les pratiques individuelles en tête-à-tête et en tir de précision et les pratiques collectives en double et en tripléte dans le strict respect des règles de distanciation physique à tout moment de la partie (2 mètres au moins entre chaque joueur, partenaire ou adversaire) et 4 m² minimum par joueur en statique.

PÉTANQUE

LES AMENAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSES PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

- Mettre un jeu de sécurité de part et d'autre du terrain de jeu et respecter les positionnements sur les différentes aires
- Possibilité de définir, dans un boulodrome, plusieurs aires de jeu, chacune pouvant regrouper au plus 2 à 6 personnes
- Une aire de jeu est constituée d'un terrain de jeu central et de deux terrains de jeu neutralisés de part et d'autre du terrain central,
- Désinfection des boules, buts, cercles et mètre de mesure
- Utilisation exclusive de son propre matériel (but, cercle, et boules...)
- Port du masque vivement conseillé surtout pour les vétérans et personnes à risques.

RANDONNÉE PÉDESTRES

LES AMENAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSES PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :

Kit sanitaire personnel spécial Covid-19 fortement préconisé, constitué de : 1 masque, 1 flacon de gel hydro-alcoolique, lingettes désinfectantes, 1 morceau de savon, 1 sac poubelle.