



**Onzième étape du Plan de reprise  
à partir du 15 décembre 2020  
(mise à jour du 14 décembre 2020)**

**Activités de Marche et de randonnée**

durée de sortie		sans limitation de durée entre 6h et 20h	
lieu de sortie		sans limitation de distance	
Nombre		Groupe de 6 pratiquants maximum sur la voie publique (dont plages, lacs, rivières, parcs, forêts, montagnes, stations de ski...), et sans limite de nombre dans les ERP de plein air (terrain de sport, stades...)	
Gestes barrières	Port du masque	Fortement déconseillé pendant la pratique, Conseillé avant et après la sortie.	
	Distanciation physique	A adapter à la vitesse de progression : - 2 mètres au minimum entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h A adapter à la fréquentation de l'espace de pratique (mettre temporairement le masque si nécessaire)	
	Utilisation gel hydroalcoolique	Obligatoire	
	Si fièvre ou autres symptômes du Covid-19	Restez chez soi. Prévenir immédiatement l'animateur si les signes apparaissent dans la semaine suivant une sortie de groupe.	
Kit sanitaire Covid-19 personnel composé de : 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle		Préconisé	
Matériels liés à la pratique de l'activité		Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Echange de matériel entre participants non autorisé .	
Inscription aux sorties		Pointage obligatoire Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	
Animation		L'animateur rappelle les gestes barrières. Distanciation physique à respecter.	
Protocole sanitaire dans le cadre d'une potentielle contamination	Application Tous anti covid	Téléchargement et utilisation fortement recommandés	
		En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la semaine suivant une sortie, le pratiquant doit prévenir immédiatement les autres éventuels participants à la sortie. Il devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne reprendre ses activités collectives qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 7 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	
transport	Individuel/par foyer	Conseillé	
	covoiturage	Avec port du masque et dans le strict respect des gestes barrières En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en d'utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	
Partage de repas, pot, festivités...		A éviter Avec distanciation pour le pique-nique	