



NPS PENTATHLON MODERNE

Protocole de reprise d'activité – septembre 2020

Mis à jour le 3 septembre 2020

Ce protocole vise à décrire les conditions de reprise d'activité des séances de laser run et de triathlon au sein des structures municipales. Il est susceptible d'être mis à jour en fonction des consignes gouvernementales et/ou de la Fédération de Pentathlon Moderne (FFPM) et de la fédération de natation (FFN).

Aménagements de la pratique imposés par le contexte sanitaire :

- Respect des règles de la doctrine sanitaire.
- Application des gestes barrières.
- Port du masque jusqu'aux espaces de pratique.
- Groupes de 10 pratiquants maximum, encadrement compris.
- Plusieurs groupes peuvent être accueillis simultanément dès lors que la distanciation physique est respectée et que les modalités de circulation et d'espacement des groupes se conforment aux principes généraux de distanciation.
- Les éducateurs, entraîneurs et bénévoles porteront un masque et devront respecter les règles de distanciation avec les pratiquants.
- Les pratiquants devront respecter une distanciation physique de 2 mètres au moins, en tous points (10 m pendant la course, 5 m pour une activité à intensité modérée, 1,5 m en latéral) et à tous moments de l'activité, et de 4m² minimum en pratiquant en statique.

Séances de laser run (règles FFPM Laser run) au stade municipal:

- L'entrée du stade se fera au portillon de la rue Désiré Magny. Si l'accès devient inaccessible, elle se fera par le parking (rue Marguerite). L'entraîneur ou un membre du bureau viendra chercher les pratiquants à 17h15, puis à 18h45 avec du gel hydroalcoolique (fourni par le club) pour se désinfecter les mains. L'accès à la piste du stade se fera par le portillon situé à droite des tribunes.
- Les pratiquants viendront directement en tenue, avec leurs affaires personnelles (gourde). Pas d'accès aux vestiaires.
- Les cibles et tables seront installées par l'entraîneur.
- Les pratiquants seront masqués jusqu'à l'espace de pratique (piste d'athlétisme).
- Pour les enfants, les parents/accompagnateurs resteront à l'extérieur du stade en portant un masque et en respectant les gestes barrières.
- Le matériel collectif utilisé lors des séances (pistolets, tables,...) sera désinfecté avant et après chaque séance à l'aide d'un produit Virucide. En cas de mutualisation des pistolets pendant la séance, ils seront désinfectés par l'entraîneur ou un membre du bureau.
- La sortie de la piste se fera par la grande grille située à gauche des tribunes.
- **Stand de tir** : un espace de 4m² doit être prévu pour chaque tireur.
- Pendant la course, distance de 10m entre chaque coureur, 1,5 m en latéral.

- Départs des séries en décalé.
- Optimisation des circulations sur le site d'entraînement pour éviter les croisements.
- Selon le nombre d'athlètes (+ de 9), un deuxième stand de tir sera mis en place avec un second entraîneur.

Séances de laser run (règles FFPM Laser run) au skate park:

Pendant la période hivernale, quand les conditions climatiques empêchent l'entraînement en extérieur, ils se dérouleront au skate park.

- L'accueil des pratiquants se fera à la porte d'entrée du skate park avec du gel hydroalcoolique à 17h15 et 18h45.
- Les règles dans le skate park seront les mêmes que sur la piste d'athlétisme (port du masque avant l'activité, parents à l'extérieur, pas de vestiaire, désinfection du matériel mutualisé, distanciation des stands de tir).
- Les tables et armes seront désinfectées en fin de séance ou selon les besoins par l'entraîneur. L'espace sera ventilé par l'ouverture des volets roulants.
- La sortie des pratiquants se fera par les portes à volets roulants.

En fin de séance, les pratiquants se désinfecteront les mains avec du gel hydroalcoolique (fourni par le club).

Un cahier de présence avec les noms et prénoms de chaque participant sera tenu à chaque séance et conservé par le club en cas de demande des autorités sanitaires.

Séances de natation (règles FFN)

Avant l'entraînement, accès au bassin :

- Seuls les nageurs et entraîneurs pourront accéder au bassin.
- Les nageurs prendront leurs dispositions avant l'entraînement pour réduire leur temps dans les vestiaires au strict minimum.
- Les nageurs prendront une douche savonnée obligatoire avant l'entraînement.
- Le stationnement dans les vestiaires et sur les plages s'effectueront dans le respect des règles générales (4m² de distanciation).
- Les nageurs arriveront à l'heure et partiront dès la fin de la séance.

Pendant l'entraînement,

- Chaque nageur viendra avec sa bouteille d'eau.
- Les équipements mutualisés seront désinfectés par les pratiquants en fin de séance.
- Départ des séries en décalé.
- Optimisation des circulations hors de l'eau pour éviter les croisements.

Plan de circulation : vestiaires hommes → douche → tour du bassin le long des fenêtres → A l'issue de l'entraînement, sortie du bassin aux lieux définis pour chaque groupe → décontamination du matériel → sortie par les vestiaires filles.

Si du matériel personnel est apporté (palmes,...), il devra être rincé dans le bac de décontamination avant l'entraînement.