



---

**Règlement de reprise  
du second déconfinement  
du CA Montreuil 93**

# Règlement de reprise du second déconfinement du CA Montreuil 93



Dans le cadre de la stratégie du second déconfinement progressif établie par le Gouvernement et dans la lignée des annonces du Premier ministre le 25 novembre dernier, le ministère des sports nous a présenté les principales mesures qui ont été actées concernant le sport à partir du 28 novembre.

Suite aux nouvelles mesures sanitaires pour le sport annoncées vendredi soir par le Ministère des Sports, le CA Montreuil 93 et ses pratiquants peuvent reprendre son activité en extérieur et de manière individuelle et collective. N'oubliez pas, toutefois, que nous sommes toujours dans une situation de crise sanitaire. Le chemin vers une vie "normale" sera long. Il le sera encore davantage si nous sommes pas rigoureux dans l'application stricte des gestes barrières et des règles de distanciation physique.

A partir du 15 décembre, étape n°2 de la fin du confinement, si les conditions sanitaires le permettent, nous devons faire en sorte que les entraînements se finissent à une heure permettant aux athlètes de rentrer chez eux avant 21 heures.

Nous allons vous présenter les règles de reprise imposées par la Fédération Française d'athlétisme et validées par le Ministère des Sports.

La santé est notre bien le plus précieux et le sport a un rôle clé pour la garder, la retrouver.

Remettons-nous en mouvement de manière responsable, progressivement, prudemment mais sûrement. Le CA Montreuil 93 a tout fait pour proposer une reprise sereine et respectueuse de l'ensemble des règles édictées.

# Règles générales



## Consignes et matériel obligatoire :

- \* Vérifier l'absence de symptômes de la COVID-19 (dont absence de fièvre  $>38^{\circ}\text{C}$ ) avant d'aller au stade,
- \* Remplir l'attestation en annexe et rester dans la limite de 3 heures quotidiennes et dans un rayon de 20km autour du domicile,
- \* Télécharger l'application #TousAntiCovid,
- \* l'athlète devra porter un masque en dehors de l'espace de pratique,
- \* l'athlète devra avoir une solution hydroalcoolique,
- \* l'athlète devra arriver en tenue directement, car les vestiaires seront fermés,
- \* une bouteille d'eau bien remplie, car les robinets seront coupés,
- \* une serviette pour pouvoir s'asseoir et poser ses affaires dessus,
- \* spécifique à la perche : avoir sa propre magnésie ou strap,
- \* spécifique aux lancers : avoir sa propre magnésie.

**La salle de musculation et les vestiaires sont fermés** jusqu'au 20 janvier, si les conditions sanitaires le permettent.

## Règle de distanciation physique

Il convient de :

- \* Respecter un espace de 2m entre les pratiquants, sauf quand la nature même de l'épreuve ne le permet pas,
- \* Limiter à 15 athlètes par groupe sur le stade,
- \* Dans la mesure du possible rechercher la constance des groupes (pas de changements durant la séance),
- \* Pour les mineurs, si possible conserver les fratries ou les élèves des mêmes classes ou des mêmes écoles ensemble.

## Mesure barrières à maintenir

- \* lavage des mains à l'entrée et sortie du stade et après le passage aux toilettes avec une solution hydroalcoolique/eau savonneuse,
- \* affectation du matériel par groupe d'entraînement,
- \* pas de port de masque pendant l'activité mais conseillé lors des phases d'accueil,
- \* pas de bises, pas de check, pas de serrage de main.



# Les règles d'or

## "Entraîneur"



1	Respecter et faire respecter les gestes barrières imposés à l'ensemble de la population.
2	Porter une attention particulière à l'état psychologique et physique des athlètes lors de la période de reprise.
3	Reprendre l'entraînement de manière progressive en s'inscrivant dans une logique de réathlétisation (pendant 4 à 5 semaines).
4	Réserver les créneaux d'entraînement aux athlètes.
5	S'assurer que les athlètes arrivent en tenue de sport avec une réserve d'eau, une solution hydroalcoolique et une serviette personnalisées à manipuler exclusivement par l'athlète.
6	Organiser les séances d'entraînement par groupe en respectant le nombre en vigueur et la distanciation physique.
7	Affecter du matériel spécifique à chaque groupe (engins de lancer, médecine-ball, starting-block, etc.). Nettoyage puis procédure de désinfection (selon les recommandations de la Haute Autorité Sanitaire) du matériel avant rangement. Manipulation du matériel commun par l'entraîneur uniquement (lattes, plots, etc.).
8	Procéder à la désinfection du matériel de musculation à chaque changement d'utilisateur. Nettoyage des mains avec une solution hydroalcoolique lors de chaque changement d'appareil.

# Les règles d'or

## "Athlète"



<b>1</b>	Respecter et faire respecter les gestes barrières imposés à l'ensemble de la population.
<b>2</b>	Reprendre l'entraînement de manière progressive en s'inscrivant dans une logique de réathlétisation et consulter un médecin avant la reprise si suspicion ou COVID-19 avérée.
<b>3</b>	Arriver en tenue de sport avec sa réserve d'eau, sa solution hydroalcoolique et sa serviette.
<b>4</b>	Conserver le matériel affecté pendant la séance (engins de lancer, médecin ball, starting block, etc.) et le nettoyer puis désinfecter avant rangement.
<b>5</b>	Procéder à la désinfection du matériel de musculation à chaque changement d'utilisateur. Nettoyage des mains avec une solution hydroalcoolique lors de chaque changement d'appareil.

# Annexe 1



**ATHLÉ**  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

## RÈGLES DE PRATIQUE DANS LES CLUBS FFA

A compter du 28 novembre 2020

### Pour les entraîneurs et pratiquants



#### Public autorisé sur le stade (ERP de type PA)

- Publics mineurs et majeurs, licenciés en respectant la distanciation de 2m
- Athlètes inscrits sur listes de Haut Niveau, Collectif National et Espoir sans restriction majeure y compris en salle
- Pour le baby athlé (U7), la pratique se faisant en salle, il faudra attendre le 15/12 pour connaître les nouvelles règles.



#### L'attestation est obligatoire pour tous

Dans le respect de 20km, 3h, 1x/jour

Téléchargement [ICI](#)



#### Pratique autorisée dans l'espace public

- Personnes mineures et majeures
- Pratique individuelle excluant toute proximité avec d'autres personnes
- Si pratique club, groupe possible de 6 pour les mineurs, encadrement compris
- Sportifs listés sans restriction



#### Gestion des groupes

- Limités à 15 sportifs par groupe sur le stade et 6 dans l'espace public (pour les mineurs) encadrement compris
- Dans la mesure du possible rechercher la constance des groupes (pas de changements durant la séance)
- Pour les mineurs, si possible conserver les fratries ou les élèves des mêmes classes ou des mêmes écoles ensemble.



#### Distanciation physique

Respecter et faire respecter sur le stade un espace de 2m entre les pratiquants sauf quand la nature même de l'épreuve ne le permet pas.



#### Matériel d'entraînement et vestiaire

Affectation du matériel par groupe d'entraînements. En cas de matériel commun, nettoyer puis suivre la procédure de désinfection du matériel avant rangement.

Les vestiaires doivent demeurer fermés.



**Le masque doit être porté par toutes les personnes, à partir de 6 ans.**

**Il peut être enlevé lorsque l'activité le nécessite.**



#### Accompagnateurs de mineurs

Dans la mesure du possible ne pas rester sur le stade.

Vérifier l'absence de symptômes de la covid-19 (dont absence de fièvre >38°C) avant d'aller au stade.



#### Pas de compétitions avant le 20/01

En fonction de l'évolution de la pandémie, en dehors du [Défi'Athlé](#)

Particularité : compétitions à huis clos possibles pour les sportifs listés en extérieur et en salle (ERP PA ou X)

# Retour sur la piste

---



# RETROUVAILLES ET GESTES BARRIÈRES !