

Lignes directrices

Ce document a été rédigé pour pouvoir organiser des sorties de longe côte en respectant les règles de sécurité en vigueur au mois de mai 2020 et maintenant l'intérêt des longeurs pour cette pratique. Il est constitué par deux volets :

- a) Adaptation des règles usuelles de sécurité aux règles en vigueur au mois de mai 2020 :
 1. Respect des règles de distanciation sociale,
 2. Respect des consignes de la Fédération française de Randonnée et de la préfecture de la Somme,
- b) Organisation à mettre en place pour respecter la mise en œuvre de ces obligations.

Adaptation des règles usuelles de sécurité :

Préparation d'une sortie

- ~~x Pas de baptême ou initiation et pas de visiteur,~~ (possible depuis 12 juillet)
- x Inscription obligatoire sur team pulse,
- x Une personne ayant contracté le Covid-19 ou une autre maladie grave, présentera un certificat médical attestant de son aptitude à reprendre une activité sportive,
- x Le club ne prête pas de matériel autre que les moyens de propulsion distribués par l'animateur s'ils sont accessibles.
 - Les longeurs utilisent leurs gants, chaussures et tenue, il n'y aura pas de prêt par le club.
- x Pas de changement de tenue dans le vestiaire à cause de la promiscuité :
 - venir en tenue ou se changer sur le parking,
 - conserver ses affaires dans son véhicule,
 - prévoir une enveloppe ou un sac pour donner les clés du véhicule à un animateur qui collecte les enveloppes et les range dans le vestiaire au cours de la sortie.

À la base nautique:

- x L'animatrice ou l'animateur cochera la liste de présence :
 - Pas de signature par le longeur,
 - La photo de groupe fait foi de la présence de la personne.
- x L'accès à la plage se fera par la rampe la moins chargée en badauds.
- x Sur la plage une distance supérieure à un mètre est à respecter :
 - Pour le passage des consignes les longeurs se mettront en cercle,
 - Les longes seront formées selon le mode usuel : petits, moyens ou grands.

Dans l'eau :

- x Les longes :
 - La distance entre chaque longeur devra être supérieur à 1 m,
 - La distance entre 2 longes parallèles sera de 2 m minimum,
 - La distance entre 2 longes qui se suivent sera de 5 m minimum,
 - Une longe rapide devra respecter une distance de 2 m entre chaque longeur,
 - Plus que d'habitude une attention mutuelle doit être respectée.
- x Si un longeur sent qu'il doit sortir de l'eau (fatigue, nausée, malaise) :
 - Il se signale aux longeurs de sa longe qui préviendront l'animateur,
 - Il sort seul si possible sinon :
 - ✓ si une personne ayant été confiné avec ce longeur est présente, celle-ci devra l'accompagner et prendre soin d'elle,
 - ✓ un longeur de sa longe peut l'accompagner en l'aidant avec sa pagaie,
 - ✓ un longeur de sa longe peut le soutenir en essayant de ne pas lui parler en face.

En sortant de l'eau :

- continuer à respecter les distances de sécurité,
- n'entamer pas de discussion tant que vous ne vous êtes pas mis votre masque.

Après la sortie :

- x Après la sortie si un longeur a des symptômes correspondant au Covid 19 **il faudra prévenir la directrice du club** pour :
 - transmettre l'alerte aux autres longeurs qui ont participé à la même sortie,
 - si plusieurs sorties ont été effectuées ensemble, la directrice suspendra les activités du club et préviendra les licenciés,
 - Surtout n'attendez pas d'être certain pour nous prévenir.

Organisation des sorties

Sorties « tests » réalisées

Du 16 mai au 26 mai nous avons effectué des sorties pour tester l'application des règles de sécurité adaptées au Covid-19. De ces tests il résulte que :

1. les sorties à quelques personnes 4 ou 5 sont plus respectueuses des règles de sécurité,
2. Pour préserver l'intérêt des sorties, celles-ci devraient être adaptées au niveau technique de chaque longeur et à sa condition physique.

Réorganisation des sorties

Pour ouvrir les sorties au plus grand nombre, les longeurs seront classés en 2 groupes : un groupe compétition/sportifs et un groupe Zen. Par sécurité aucune initiation ne sera pratiquée.

- L'inscription et l'utilisation de matériel personnel sont obligatoires. Le club ne dispose pas des moyens techniques et personnel pour désinfecter des tenues ou du matériel prêté.
- En fonction des inscriptions l'entraîneur du club sélectionnera les compétiteurs, les autres longeurs inscrits formeront le groupe Zen.
- Les activités du groupe Zen seront équivalentes à ce que nous avons fait depuis l'ouverture du club, avec quelques pointes de vitesse réalisables par tous et toutes. Les sorties Zen ne pourront être effectuées que par temps calme pour éviter les contacts entre longeurs.
- Les activités du groupe Compétition ne sont pas accessibles à tous et toutes. Un certificat médical avec l'inscription « accord pour compétition » sera demandé. Le groupe Compétition utilisera des outils de propulsion pour certains exercices.
- Le groupe Zen ou le groupe Compétition /Sportifs ne devront pas excéder 10 longeurs chacun.

Cette organisation est un **changement de paradigme** suite au Corona Virus, il faut se rappeler que le Bureau et le Conseil d'administration sont formés de bénévoles, qu'ils assument les risques liés à l'organisation des sorties, et que **l'alternative à ce changement est de maintenir la fermeture du club.**

Si un longeur refusait de souscrire à cette réorganisation, il s'exclurait automatiquement des sorties de cette période .

Nous espérons que le ministère des sports et la Fédération Française de Randonnée lèveront leurs interdictions concernant les sports collectifs cet été ou à l'automne. Dès réception d'un tel changement le site sera mis à jour et les règles assouplies.

Ault, le 28 mai 2020

Jocelyne Dubus

Présidente Longe C'Ault