



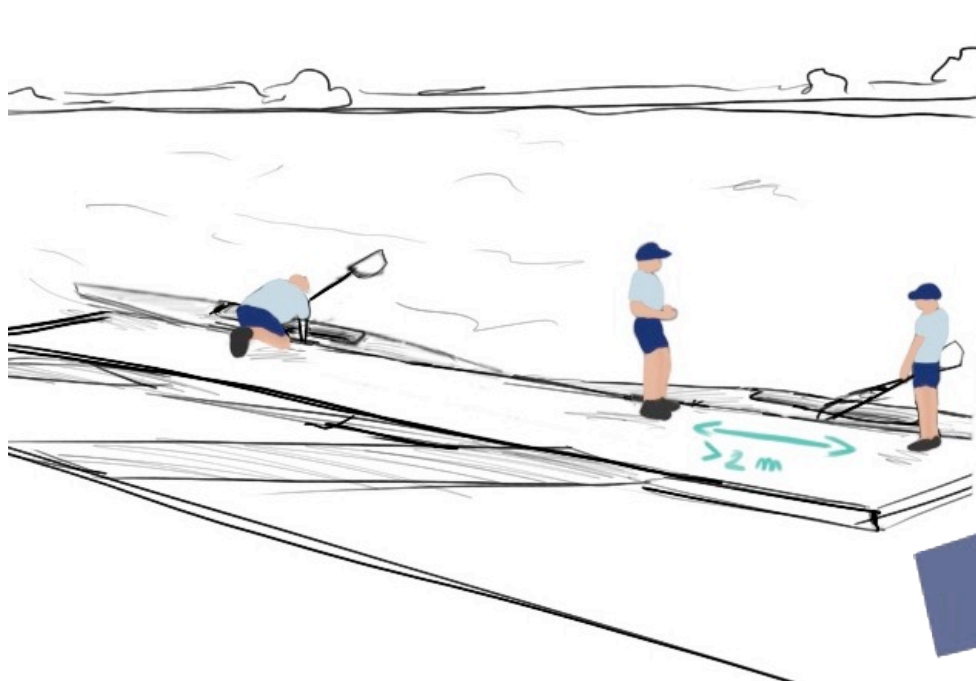
PROTOCOLE DE REPRISE PARTIELLE D'ACTIVITE

-

PHASE 2

CERCLE DE L'AVIRON DE LYON

Version du 06/06/2020



VENIR RAMER AU CAL : DEUXIEME PHASE

La fédération vient d'ouvrir la deuxième phase de reprise d'activité des clubs d'aviron qui s'étend du 2 au 21 juin. Cette nouvelle étape s'inscrit encore dans un contexte de fortes contraintes liées à la situation sanitaire mais nous pouvons résolument croire à un retour progressif « à la normale » si chacun d'entre nous se force à respecter les règles encore en vigueur le temps de 3 petites semaines.

Le CAL a donc mis à jour son protocole de réouverture et de reprise progressive de la pratique en adaptant les directives reçues de la Fédération Française d'aviron. Voici les mesures principales à connaître désormais pour le CAL :

■ RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE À LA PRATIQUE DE L'AVIRON A PARTIR DU 6 JUIN 2020

- **Pratique extérieure en bateau individuel ou en équipages** en eaux intérieures et en mer, de l'initiation jusqu'à la pratique de compétition,
- **Pratique de la musculation, de la PPG ou de l'ergomètre en intérieur ou en extérieur**
- **Les vestiaires et toilettes restent fermés** exceptés dans la cour.
- Pas de limitation d'effectif total dans les locaux, **mais pas de groupe de plus de 10 personnes**, encadrement compris, **évoluant simultanément**,
- Plusieurs groupes de 10 personnes maximum pourront ainsi être accueillis et encadrés dans la structure, à l'intérieur et à l'extérieur, **mais dans le respect des règles de la distanciation physique pour la manipulation du matériel dans les hangars à bateaux et d'une surface de 4m² par pratiquant pour les activités intérieures et sur les pontons.**

Ces directives devront obligatoirement être respectées au sein du club.

Afin de permettre au plus grand nombre, un retour sur l'eau tant attendu, nous devons continuer à nous tenir à des créneaux à horaires précis et limités. Nous attirons particulièrement votre attention sur :

- **LE RESPECT TRES PRECIS DE VOS HORAIRES, merci de venir A L'HEURE PILE de votre créneau**, sinon nous risquons d'être trop nombreux et nous serons dans l'obligation d'enlever des créneaux pour espacer les groupes.
- De la même façon, **merci de venir avec une montre** pour ne pas dépasser votre temps de pratique, pensez aux coéquipiers qui trépignent autant que vous ;o)
- **BIEN VOUS LAVER LES MAINS EN ARRIVANT**

VENIR RAMER AU CAL : DEUXIEME PHASE

- Respecter scrupuleusement le **nettoyage du matériel AVANT et APRES la sortie.**

■ COMPORTEMENTS À ADOPTER PAR LES PRATIQUANTS

Au regard des directives imposées, le club va ouvrir de nouveaux créneaux de pratique, par catégories, accessibles à 10 rameurs et un encadrant par séance. Ce planning pourra être modifié d'une semaine à l'autre en fonction des avancées de la situation et/ou du respect ou non du protocole de reprise. L'inscription va se faire via l'application SPOND, vous recevrez un mail pour vous y inscrire et vous expliquer le fonctionnement.

La pratique est désormais ouverte à tous SOUS RESERVE D'INSCRIPTION PREALABLE.

PETIT GUIDE DU PRATIQUANT BLEU-BLEU - PHASE II

L'arrivée au club

- J'arrive à l'heure **précise** de ma séance et je me lave les mains avec le savon mis à disposition par le club près de l'arbre dès mon arrivée.
- Les vestiaires restant clos **je suis déjà en tenue**. J'ai avec moi : ma gourde, un stylo pour le cahier de sortie, une montre et, si possible, une clé de 10 en cas de besoin.
- Je respecte **les gestes barrières avec mes coéquipiers**, pas de câlin, mais le cœur y est !

Manipulation du matériel

L'accès au hangar se fait par équipage, les autres pratiquants attendent leur tour à l'extérieur du hangar.

- J'inscris ma sortie sur le cahier de sortie.
- Je sors mes avirons ET je **NETTOIE AU SAVON les poignées** dans la zone de nettoyage dédiée près de l'arbre.
- Je vais déposer mes avirons sur le ponton en les posant à distance des autres.
- Je sors mon bateau et je le pose sur les tréteaux prévus.
- Je **NETTOIE AU SAVON** : la coulisse, les chaussures (scratches) et les dames de nage.

VENIR RAMER AU CAL : DEUXIEME PHASE

- Je vais au ponton avec mon bateau en le prenant toujours au même endroit.



Corps de séance

- Le port du masque n'est pas obligatoire pour les rameurs dans la mesure où les gestes barrières et les distanciations physiques de 2 m minimum en intérieur et de 1 m en extérieur sont respectés.
- Le port du masque **EST OBLIGATOIRE pour les BARREURS** et les encadrants ou bénévoles gérant l'accueil.
- Pour les équipages barrés, le changement de barreur doit se faire au ponton (interdiction de changer sur l'eau même si c'est rigolo et plus rapide).
- En cas de changement de places durant la séance, les poignées du rameur qui change de place devront être re-nettoyées au gel Hydroalcoolique au moment du changement.
- Je regarde ma montre pour faire en sorte d'être au ponton minimum 20 minutes avant la fin de mon créneau. Exemple : si je suis inscrit pour venir ramer samedi de 9h à 11h, j'arrive en tenue à 9h au club, je sors mon bateau de l'eau au plus tard à 10H40 pour être sûr d'avoir le temps de nettoyer mon matériel et de quitter le club à 11h.

Rangement du matériel et fin de séance



- Je remonte mon bateau et le pose sur tréteau pour un nettoyage complet : coque, coulisse, dames de nage et chaussures au savon, avant rangement.
- Je remonte mes avirons, je nettoie les poignées et les manchons avant rangement.
- Je note mon retour sur le cahier de sortie.

VENIR RAMER AU CAL : MODE D'EMPLOI TEMPORAIRE

- Même si j'ai des tas de choses à raconter à mes coéquipiers, je dois autant que possible quitter le club après avoir rangé mon matériel, aucun rassemblement de personnes ne peut se tenir au sein du club pour le moment.

Ce protocole peut également être réévalué et modifié à tout moment en fonction de la situation sanitaire et des directives gouvernementales.

MESURES SANITAIRES ET PHASE II

■ L'organisation de séances au sol en intérieur

- Des séances au sol peuvent être organisées à l'intérieur des locaux. L'effectif des séances sont limitées à **6 personnes en salle de musculation, 4 rameurs dans l'espace du tank à ramer, et 6 rameurs dans la salle d'ergomètre** à l'étage pour respecter les des distanciations physiques de 4m² par personne et un écart de 2 m entre chaque pratiquant,
- Les pratiquants « ergo » devront laisser au minimum une machine d'écart avec leurs coéquipiers.
- Le matériel (barres de musculation, petit matériel ppg, ergomètres, etc) doit être nettoyé par le pratiquant avant chaque première utilisation. Ce matériel doit être autant que possible, à **usage individuel**. Il doit à nouveau être nettoyé à la fin de la séance et, bien sûr si un autre rameur souhaite l'utiliser.
- La salle doit être régulièrement aérée, à minima entre chaque séance collective pendant 20 min.

IL VA DE SOIT QU'AUCUN LICENCIÉ NE DOIT VENIR AU CLUB S'IL PRÉSENTE DES SYMPTÔMES : TOUX, FIÈVRES, DIFFICULTÉS RESPIRATOIRES... NOUS COMPTONS SUR LE BON SENS ET LA BIENVEILLANCE DE CHACUN POUR ASSURER LA SÉCURITÉ DE TOUS.

■ PROCHAINE ÉTAPE

En fonction de l'évolution des conditions sanitaires, une troisième étape de déconfinement sera annoncée par le Gouvernement à partir du 22 juin. Dans la foulée, la Fédération devrait nous donner de nouvelles directives.

Le déroulement des manifestations sportives reste interdit jusqu'à fin juillet. Nous vous tiendrons, comme toujours, informés de toutes les évolutions officielles de la réglementation liées à notre pratique sportive en cette période de pandémie.

MESURES SANITAIRES ET PHASE II

MESURES SANITAIRES ET PHASE II