

# La FFRandonnée précise les conditions de reprise de la randonnée pédestre

*La FFRandonnée propose à l'ensemble de son réseau de comités, clubs, dirigeants, baliseurs, pratiquants des activités de marche et randonnée, licenciés ou non ... des règles et des recommandations de reprise de leurs activités de manière raisonnée et responsable **pour la période du 11 mai au 1er juin 2020.***

D'une manière générale, les activités pourront reprendre:

- dans le respect d'une distanciation physique spécifique entre les pratiquants qui dépendra de la vitesse de marche et de randonnée et du risque de contamination par postillons et gouttelettes de transpiration. Ainsi des marcheurs évoluant à la vitesse classique de 4km/h veilleront à garder un espacement d'au moins 2 mètres, alors que des marcheurs à 6km/h s'espaceront d'au moins 5 mètres,
- dans les espaces ouverts autorisés et en fonction de la situation sanitaire de chaque territoire (zone rouge ou verte),
- sans limitation de durée de pratique,
- sans attestation,
- dans une limite de distance du domicile inférieure à 100 km,
- en limitant les rassemblements à 10 personnes maximum,
- en extérieur,
- et sans bénéficier de vestiaires.

# PLAN DE DÉCONFINEMENT

## RANDONNEUR INDIVIDUEL / FAMILIAL

**Du 11 mai au 1er juin**

 <b>PRÉCAUTIONS</b>	
<b>Port du masque</b>	 <b>Conseillé avant et après la sortie</b> Non conseillé pendant l'activité
<b>Distanciation physique</b>	 Distanciation obligatoire à adapter ; 2 mètres entre chaque pratiquant pour une marche à 4 km/h, 5 mètres pour une marche rapide ou nordique à 6 km/h
<b>Utilisation de gel hydroalcoolique</b>	 <b>Obligatoire</b>
<b>Si symptômes du COVID-19</b>	 <b>Restez chez soi</b>
<b>Kit sanitaire personnel composé de :</b> 1 masque, gel hydroalcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, 1 sac poubelle	 <b>Préconisé</b>
<b>Matériels liés à la pratique</b>	 <b>Utilisation du matériel personnel</b>
<b>Attestation</b>	 <b>Sans attestation</b>
<b>Durée de pratique</b>	 <b>Sans limitation de durée de pratique</b>