

■ PHASE 3 : PROTOCOLE DE DÉCONFINEMENT DU SNC

VALABLE A PARTIR DU 11 JUILLET 2020

Les grands principes

- **Pratique en bateau individuel et collectifs** pour l'École d'aviron, Compétiteurs, Vétérans, Loisirs et Dragon boat.
- **Pratiques des activités de musculation, PPG, ergomètres** en intérieur et extérieur,
- **Séances systématiquement planifiées selon des horaires stricts de début et de fin**, la liste des participants à chaque séance est établie à l'avance,
- **Accès interdit aux vestiaires et toilettes,**
- **Des règles sanitaires très strictes** sont mises en place et doivent impérativement être respectées.

■ MESURES SANITAIRES ET COMPORTEMENTS À ADOPTER

Au-delà des règles de sécurité spécifiques propres à notre activité sportive, nous avons instauré une série de mesures sanitaires qui doivent permettre une reprise partielle de nos entraînements dans des conditions de sécurité sanitaire optimales. La sécurité des rameurs reste notre priorité avant tout.

Pour cette deuxième phase de reprise d'activité, l'accès à l'ensemble du club est autorisé mis à part les vestiaires et WC qui restent strictement interdits.

La limitation des groupes de 10 personnes est levée.

Des référents COVID-19 ont été désignés, ils pourront vous donner tous les renseignements complémentaires ou précisions que vous souhaitez. Ils ont également la charge de contrôler sur place la bonne application de ces directives. Vous pouvez les contacter pour tout renseignement à covid19@snc-compiegne.com.

L'arrivée au club

Vous devez respecter les gestes barrières, comportements et recommandations décrétés par les autorités sanitaires, vous les trouverez en annexe de ce document.

Au sein du SNC :

- Vous ne devez en aucun cas venir au club en cas de fièvre, de toux, de difficultés respiratoires,
- Une distanciation physique suffisante en extérieur doit être respectée entre chaque personne présente au sein du club,
- Toutes les séances d'entraînement, en bateau individuel, collectif ou en salle, sont planifiées, arrivées comme départs. Seuls les membres figurant sur la liste des participants d'une séance sont autorisés à accéder au club à l'heure dite. Le parking n'est pas accessible aux voitures, seuls les vélos et motos peuvent y stationner,
- Vous devez arriver au club en tenue, prêt à ramer, vous présenter sur le parking et nettoyer vos mains au gel hydroalcoolique qui sera mis à votre disposition puis rejoindre le point de rassemblement défini par votre entraîneur / encadrant,
- Pour rappel, aucun stockage collectif de vêtements ou de matériel n'est mis à disposition par le club. L'accès aux vestiaires, douches et WC est strictement interdit,
- Avant toute manipulation de matériel et régulièrement pendant votre présence, vous devez vous laver les mains en utilisant le gel hydroalcoolique mis à disposition à l'entrée des hangars.

Port du masque

- Le port du masque est une possibilité pour les pratiquants, mais non une obligation,
- Le port du masque ou d'une visière est recommandé pour les barreurs situés à l'arrière des embarcations,
- Son port est obligatoire pour l'ensemble des encadrants, des personnes chargés de l'accueil et de tous les bénévoles.

Dans les garages à bateaux

- Les pratiquants et les encadrants pénètrent dans le garage, par équipage (1, 2, 4 ou 8), pour aller chercher leur bateau et les avirons,
- Les autres pratiquants attendent à l'extérieur, avant de pénétrer dans le garage à leur tour,
- L'ouverture et fermeture des garages à bateau doit se faire après lavage des mains au gel hydroalcoolique.

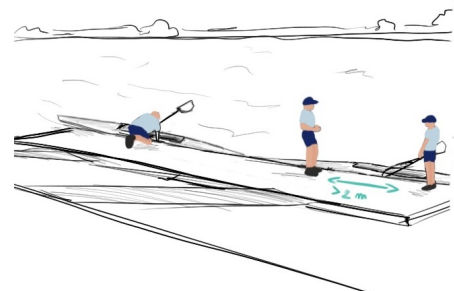


Portage et réglage des bateaux

- 12 zones de réglage et de nettoyage des bateaux ont été définies en fonction de leurs tailles et afin de respecter les règles sanitaires. Chacune contient 2 tréteaux pour poser son bateau et tout le matériel de nettoyage et rinçage (arrosoir) individuel.
-

Sur le ponton, lors de l'embarquement ou du débarquement

- Les pratiquants et les encadrants doivent, là aussi, respecter une distanciation physique minimum de 2 mètres,
- 3 bateaux individuels ou 1 bateau collectif maximum peuvent être mis à l'eau simultanément par ponton afin de respecter 4 m² de surface / personne.



Sécurité sur l'eau

- Les sorties ou entraînements de groupes de rameurs non autonomes nécessitent la présence d'une embarcation de sécurité et d'un encadrant,
- Les personnes qui sortent une coque de sécurité et un moteur doivent respecter les règles de distanciation physique et de manipulation.

Navigation

- Plusieurs embarcations ou équipages peuvent naviguer en même temps, sur le même bassin, dans la mesure où les rotations d'accès aux garages à bateaux et aux pontons sont respectées.

Cahier de sortie

- Les pratiquants (1 par équipage) renseignent le cahier de sortie avec précision, avant et après la sortie, en veillant, avant usage, à nettoyer ses mains avec du gel hydroalcoolique mis à disposition.

Nettoyage du matériel

- Lors du débarquement, vous devez poser votre bateau sur les tréteaux utilisés en début de séance lors du réglage ou à terre pour les Dragon boat,
- Vous devez nettoyer systématiquement votre bateau (extérieur et intérieur) et vos avirons après chaque sortie, avec le kit de lavage individuel fourni,
- Vous devez porter une attention particulière au nettoyage des poignées des avirons / pagaies et de la coulisse / bancs, avant et après chaque sortie,
- Le rinçage du bateau et des avirons / pagaies se fait exclusivement avec l'arrosoir fourni,

- Un nettoyage du bateau à moteur et du moteur, notamment des commandes, doit être réalisé après chaque demi-journée ou entre l'utilisation par deux personnes différentes,
- Les accessoires utiles à l'entraînement, type chronomètre ou compte-coups, sont réservés à un usage individuel. Ils doivent être nettoyés après chaque séance.

Nettoyage des locaux et des garages à bateaux

- Les garages à bateaux, locaux d'Avifit, PPG, muscu et plus particulièrement l'ensemble des parties régulièrement manipulées par les pratiquants et les encadrants (poignées de porte, interrupteurs, racks à bateaux, tuyaux et robinet d'eau, etc) doivent être nettoyés, plusieurs fois dans la journée, par les pratiquants eux-mêmes avec les produits désinfectants mis à disposition dans l'armoire de nettoyage.
- Un nettoyage des sols et une aération la plus importante possible doit être réalisée au moins une fois par jour en évitant de réaliser ces opérations de nettoyage en présence de pratiquants ou d'autres personnes.



Organisation des séances au sol en intérieur

- Des séances au sol peuvent être organisées à l'intérieur des locaux. L'effectif des séances est limité, à l'entrée de chaque salle un écriteau indique la capacité d'accueil maximum.
- Un écart de 2 m entre chaque pratiquant est obligatoire.
- Le matériel (barres de musculation, petit matériel ppg, ergomètres, etc) doit

être nettoyé par le pratiquant avant chaque première utilisation avec le kit désinfectant mis à disposition. Ce matériel est à usage individuel et doit à nouveau être nettoyé à la fin de la séance. Pour ces raisons, les circuits regroupant plusieurs ateliers de musculation avec du matériel partagé sont strictement interdits.

- Lors des entrainements en salle, les portes doivent obligatoirement rester ouvertes en grand.

Spécificités des séances Dragon Ladies

- Des séances en Dragon Boat peuvent être organisées pour la section Dragon Ladies, en dehors des horaires d'entraînement en bateau des différentes sections d'aviron,
- L'utilisation du siège et du tambour n'est pas autorisée,
- Les membres de la section Dragon Ladies ayant été atteints par la COVID-19 doivent obligatoirement fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Dragon boat.

Le Comité Directeur
Compiègne, le 5 juillet 2020