



PROTOCOLE pour les clubs

PARK & O'RUN

Phase 1 – à partir du 18 mai 2020 / Entraînement individuel

Phase 2 – à partir du 18 mai 2020 / Entraînements club

Phase 3 – à partir du 1 juillet 2020 ?? / Epreuves sans chrono

Phase 4 – à partir du 1 Aout 2020 ?? / Compétitions



Ce document est une version pour les clubs FRSO, énonçant les lignes directrices à respecter pour la bonne mise en œuvre du protocole Park & O'Run.

Les clubs ont la liberté d'appliquer des règles plus strictes que celles énoncées dans ce document.

Merci de respecter les mesures sanitaires et les règlements spécifiques de vos clubs.

Le gouvernement a déjà annoncé les phases suivantes qui débiteront après l'évaluation de la phase 1 :

- Phase 1b - 11/05 : Ouverture des commerces
- Phase 2 - 18/05 : Début du tourisme d'un jour, c'est-à-dire le début du sport en groupe. Autorisation des entraînements jeunes.
- Phase 3 - 8/06 (au plus tôt) : Ouverture des restaurants, bar, cafétérias.

Responsabilité commune

Il est indispensable que les clubs et affiliés membres de la Fédération Régionale des Sports d'Orientation appliquent strictement les phases du protocole Park & O'Run.

C'est moyennant cet engagement que la FRSO a obtenu l'accord du gouvernement pour une reprise de notre sport.

Toute mesure peut être annulée à tout moment, comme annoncé par le gouvernement.

Nous comptons sur vous, les clubs et les orienteurs, pour respecter et appliquer ces règles.

La FRSO veillera au bon suivi de ces règles. Chaque infraction sera sanctionnée par la fédération et le club (pour les coureurs).

LIGNES DIRECTRICES PARK & O'RUN

L'objectif de ce document est de préciser les règles strictes à appliquer dans les clubs de course d'orientation pour assurer la « distanciation sociale ».

PHASE 1 / Entraînement individuel

Cadre Légal

Phase 1 (à partir du 18 mai)

- Parcours extérieur organisé par nos clubs, en libre-service, pour leurs affiliés.
- Libre parcours avec balises permanentes installées durant une journée à une semaine en fonction des accords des autorités forestières et locales
- Carte avec le parcours téléchargeable à imprimer chez soi.
- Les affiliés effectuent le parcours proposé individuellement ou avec des personnes vivant sous le même toit
- pas de chronométrage
- pas de poinçonnage au poste contrôle (vérification visuelle de la présence de la balise)
- Les règles de base du CNS du moment sont d'application
 - -distanciation sociale
 - -aucun contact direct ou indirect avec du matériel sportif collectif
 - -pas de rassemblement d'accueil

▲ Déroulement :

L'activité se déroule à l'extérieur, en forêt, dans un parc public ou en terrain semi-urbain. Chaque club est libre de proposer des parcours sous diverses formes d'exercices individuels à ses membres.

Le parcours peut être balisé avec n'importe quel repère visuel, balise, rubalise, papier biodégradable ou autres.

Son accès peut durer de une journée à une semaine.

La carte doit être téléchargée et imprimée chez soi afin d'éviter tous rassemblements et échanges. Il n'y a pas de secrétariat d'accueil.

Un membre du club va baliser seul avant l'activité et débaliser seul après l'activité.

Aucune compétition ne peut être organisée pendant cette première phase de déconfinement.

La pratique de la course d'orientation se déroule uniquement dans son propre club.

▲ Parking :

- Dans la mesure du possible, l'orienteur se rend à son entraînement en voiture ou préférentiellement à pied ou à vélo.
- L'orienteur se déplace individuellement en voiture vers l'activité de son club (pas de covoiturage, sauf dans un contexte familial).
- L'activité sportive ne doit pas spécialement se faire à proximité immédiate de son lieu de domicile pour autant que le déplacement en véhicule soit autorisé. (En matière de déplacement, il est recommandé de prendre l'itinéraire le plus direct entre son domicile et le lieu de son activité sportive. Le bon sens préconise de ne pas multiplier les kilomètres et de rester dans les environs proches de son domicile.

▲ **Parcours :**

- Pendant l'activité, chaque participant, doit se trouver à **minimum 10 m** d'un autre participant
- L'orienteur court à **80 % maximum** de ses capacités
- Les balises consistent en des repères exclusivement visuels.
- Aucun contact n'existe entre la balise et le participant
- Le participant utilise uniquement son matériel personnel durant l'activité (notamment sa boussole).

▲ **Après votre parcours :**

- Vous rejoignez votre voiture ou vélo et vous regagnez votre domicile par le chemin le plus court

▲ **Règles sociales :**

- La règle de distanciation sociale d'1,5m est d'application avant et après l'activité ; elle vise la limitation des contacts entre personnes physiques, tant dans leur nombre que dans la durée.
- Les orienteurs doivent suivre la règle générale concernant la toux/éternuements durant l'activité. Éternuez/toussez à l'intérieur de votre coude.
- Les orienteurs restent à la maison s'ils présentent les symptômes suivants : rhume, écoulement nasal, éternuement, toux légère, augmentation de la température (37.5°+), ou si un membre de leur famille présente un de ces symptômes

▲ **Devoirs du club :**

- Mettre le protocole Park & O'run sur le site internet du club
- Diffuser à ses membres le protocole Park & O'Run ainsi que les différentes affiches

**Les directives locales priment sur le protocole Park & O'run
ainsi que sur les mesures du CNS**

**L'assouplissement des règles se feront en
parallèle à celles du CNS, confirmées par le
Ministère des Sports**