



# PROTOCOLE pour les clubs

## PARK & O'RUN

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

Phase 2 – à partir du 18 mai / Entraînements club

**Phase 3 – à partir du 1 juillet / Compétitions chronométrées (max 200 participants)**

Phase 4 – à partir du 1 Aout ??? / Compétitions officielles chronométrées



**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 : 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 3 / Compétitions chronométrées

### Cadre Légal

#### Phase 3 (1 juillet 2020)

- épreuve d'orientation organisée avec chrono par un club, en présence d'organisateur responsables
- ouverte à des participants de plusieurs clubs (en fonction des règles du moment en termes de déplacement et de nombres de personnes qu'on peut regrouper sur un même site) -
- uniquement des épreuves individuelles, dont les départs sont échelonnés.
- chaque participant, en forêt, doit se trouver à minimum 10 m d'un autre coureur
- utilisation du système de poinçonnage SportIdent
- centre d'accueil à l'extérieur
- les règles de base du moment du CNS sont d'application
  - o distanciation sociale
  - o utilisation du masque avant et après l'activité sportive

## ▲ Déroulement:

Organisation d'une compétition individuelle « classique » avec un maximum de 4 x 50 = 200 participants

L'activité se déroule à l'extérieur, en forêt, dans un parc public ou en terrain semi-urbain

Le club organisateur est libre de proposer des parcours sous diverses formes d'exercices particuliers.

Le parcours peut être balisé avec des balises d'orientation avec station SportIdent

Son accès est limité aux seuls affiliés à un club de la FRSO ou d'OV.

L'inscription se fait préalablement à partir d'O'punch.

Chaque inscrit choisit son heure de départ au moment de l'inscription.

Des membres du club vont baliser avant l'activité et vont débaliser après l'activité

Une charte sera adressée aux participants qui prendront connaissance des différentes mesures et qui le signeront pour acceptation.

## ▲ Avant l'épreuve :

- L'orienteur s'est inscrit sur O'punch et y choisit son heure de départ.
- Toute inscription est financièrement due, via la trésorerie du club de l'orienteur.
- L'orienteur a lu et accepté la charte Park & O'run
- L'orienteur doit se laver les mains pendant minimum 20 secondes avant de se rendre à l'activité

## ▲ Accueil:

- L'accueil se déroule en plein air (pas de local)
- Du gel hydroalcoolique sera prévu en suffisance
- Le club applique un trafic à sens unique au secrétariat, indique le sens de la file et marquera au sol afin de respecter la distance d'1,5m
- Le paiement des montants des inscriptions se fait exclusivement par virement bancaire, par l'intermédiaire des clubs. Pas de paiement en espèces
- L'orienteur arrive maximum 15 minutes avant son départ
- Les orienteurs doivent éviter les files d'attentes au départ. Le club doit demander aux orienteurs d'arriver maximum 10 minutes avant leur heure de départ. De cette manière, les heures et la distanciation sociale peuvent être respectées scrupuleusement

## ▲ **Parcours:**

- Les départs seront organisés afin que les coureurs ne soient jamais à moins de 2 mètres les uns des autres (un seul départ toutes les minutes).
- Chaque participant, en forêt, doit se trouver à minimum 10 m d'un autre coureur
- Les balises peuvent être équipées de plots SportIdent.
- Le participant utilise uniquement son matériel personnel durant l'activité (notamment sa boussole).
- Les couloirs d'arrivées seront organisés de telle manière que les coureurs ne soient jamais à moins de 2 mètres les uns des autres

## ▲ **Après l'épreuve :**

- Pas de vestiaires couverts ouverts au public
- Toutes les infrastructures intérieures restent fermées
- Utilisez votre propre serviette pour essuyer votre transpiration
- Il n'y aura pas de ravitaillement, ni en course, ni à l'arrivée.
- Du gel hydroalcoolique sera prévu en suffisance
- Si la réouverture des bars et cafés est appliquée, une buvette pourra être organisée mais uniquement avec cannettes et bouteilles (usage unique). Pas de verre.

## ▲ **Règles sociales:**

- Les orienteurs doivent suivre à tout moment les consignes des responsables du club.
- 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 (38°+), ou si un membre de leur famille présente ces symptômes
- Si la distanciation sociale ne peut pas être respectée sur le site de départ-arrivée, le port du masque avant et après la compétition est recommandée

## ▲ Devoir du club :

- Le club organisateur doit donner la possibilité de se laver les mains (gel, ...) au minimum aux endroits suivants : Départ, Arrivée, Parking, Centre de course
- Du gel hydroalcoolique sera prévu en suffisance
- Le club doit afficher clairement les directives et les règles d'hygiène aux parking, départ et arrivée.
- Mettre le protocole Park & O'run sur le site internet du club.

**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**