



BUREAU FEDERAL DU 22/05/2020
PROTOCOLES DE REPRISE DE
L'ENTRAÎNEMENT



Document de travail

STRATEGIE FFBB – REPRISE DES ACTIVITES SPORTIVES



Stratégie nationale de déconfinement Reprise des activités sportives Période du 11 mai au 2 juin 2020

Fiche relative aux activités non autorisées du 11 mai au 2 juin

ACTIVITE SPORTIVE
BASKETBALL

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKETBALL

Avertissement: toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

- **Les activités alternatives proposées :**

Jusqu'au 02 juin, les activités doivent se limiter à une pratique individuelle extérieure encadrée par un entraîneur diplômé autour de l'ensemble des registres de l'entraînement individuel (physique et technique) et de réathlétisation.

« La reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort. »
(cf. Page 5 du guide de recommandations sanitaires – Ministère des Sports – 11 mai 2020).

- **Les publics concernés et les lieux de pratique envisagés :**

- Les pratiquants basket, jeunes et seniors,
- Les enfants scolarisés et ceux bénéficiant d'un mode d'accueil,
- L'encadrement diplômé.

- **Les lieux de pratique envisagés :**

Espace et terrain de plein air (L'utilisation de ces espaces peut être soumise à l'autorisation préalable des autorités locales pour ceux relevant de l'espace public)

- **Les aménagements imposés par le contexte sanitaire :**

Séance en extérieur et/ou sur terrain en plein air :

Dans la limite de 10 personnes (encadrement compris).

Limitation exigée des mouvements de 10 personnes (éviter les croisements, flécher les déplacements, les vestiaires sont fermés)

- Distance minimale de 4m² en statique, 5 mètres en marchant et 10 mètres en courant à observer entre les personnes (joueur et entraîneur).
- L'entraîneur est porteur d'un masque.

Les joueurs arrivent sans accompagnateur sur le terrain, en tenue et doivent amener leur propre gel hydroalcoolique, leur boisson (identifiée) et laisser leur serviette dans leur sac.

Désignation d'un manager COVID-19 chargé, auprès des encadrants et des joueurs, de la communication et de l'application :

- Des recommandations sanitaires et médicales,
- Des mesures barrières,
- De la distanciation physique.
- Lavage des mains systématique (ou friction de gel hydro alcoolique) pour l'entraîneur lorsqu'il change de joueur à entraîner.
- Les ballons sont régulièrement nettoyés avec du gel hydro alcoolique, notamment quand il y a changement de joueur à entraîner.
- L'ensemble des mesures d'aménagement de la pratique (désinfection, nettoyage des surfaces, du matériel pédagogique, sens de circulation, etc.) sont détaillés dans les protocoles fédéraux accessibles sur le site internet fédéral.

- **Le rythme de reprise des activités envisagé par étape par la fédération**

La fédération propose des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étape sans précision de chronologie. Ces scénarii pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le gouvernement dans les territoires.

Etape 1 :

Pratique individuelle extérieur encadrée : l'entraînement (physique et technique) et de réathlétisation.

Etape 2:

Pratique du basket en effectif réduit :

- Formes de jeu sans croisement de joueurs à moins de 2m (contacts proscrits),
- Privilégier des enchaînements de jeu à 2, 3, 4 joueurs maximum.

Etape 3:

Pratique collective sans mesure de distanciation (retour à la pratique normale des disciplines 5x5 & 3x3).

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale sont disponibles sur le site internet de la fédération :
<http://www.ffbb.com/>



DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

Direction de la Performance et des Equipes de
France

COMED FFBB

21 mai 2020

1. Cible

Joueuses et joueurs de basketball (SHN) des équipes de France qualifiées pour les JOP Tokyo 2021 (5x5).

Joueuses et joueurs 3x3 (SHN) des équipes de France qualifiées pour le Tournoi de Qualification Olympique des JOP Tokyo 2021.

Joueuses et joueurs 5x5 & 3x3 sur liste SHN du Ministère des Sports (Elite et Relève).

2. Lieu et accueil des athlètes et staffs

Lieu :

Pôle France Basketball à l'INSEP – 11 avenue du Tremblay, 75012 Paris.

Le Pôle France Basketball est fermé au public. La présence éventuelle des représentants de la presse est soumise à l'accord de l'INSEP.

Accueil des athlètes et des staffs :

Accord nécessaire du Directeur Technique National et/ou du Directeur de la Performance et des Equipes de France pour bénéficier du dispositif.

Une demande préalable par l'athlète et son staff est à formuler auprès du Directeur du Pôle France Basketball précisant en particulier le planning souhaité des activités avec horaires précis ainsi que les lieux de pratique et de soins à l'intérieur de l'INSEP (*cf. annexe 1*).

L'accueil de l'athlète et du staff sera effectué par le Directeur du Pôle France Basketball – Responsable de Pôle vis-à-vis de l'INSEP ou, par son représentant désigné par ses soins.

3. Protocole sanitaire staff

Les encadrants de l'athlète (kinésithérapeute, préparateur physique, entraîneur) sont soumis à un protocole sanitaire. Il s'agit d'un questionnaire médical (*cf. annexe 2*), validé par l'INSEP, qui doit être rempli par le déclarant le jour même et remis au Service Médical de l'INSEP.

4. Protocole sanitaire athlète

L'athlète doit présenter au Service Médical de l'INSEP, avant d'effectuer sa séance d'entraînement :

- Le questionnaire médical athlète dûment rempli et signé par le médecin examinateur (examen devant être effectué obligatoirement la veille de l'entrée à l'INSEP).
- Un certificat d'absence de contre-indication médicale à la pratique du basketball.

5. Référent COVID-19

Le référent COVID-19 est le Directeur du Pôle France Basketball ou son représentant désigné par ses soins.

Ses missions sont les suivantes :

- Vérifie les conditions d'entrée sur le site et le planning d'activité prévu et validé par L'INSEP.
- Vérifie les conditions d'accueil sur le plan sanitaire (questionnaire et certificat remis au Service Médical de l'INSEP).
- Rappelle l'ensemble des préconisations sanitaires dans l'enceinte sportive (salle de kinésithérapie, salle de musculation, salle de basketball).

Le référent COVID-19 a toute latitude pour stopper la séquence si les conditions sanitaires ne sont pas respectées.

6. Protocole organisationnel

Port du masque obligatoire pour tous dans les phases d'accueil et pour tous les déplacements sur le site de l'INSEP.

Chaque utilisateur de matériel, quel que soit son statut, contribue au maintien des conditions d'hygiène.

L'utilisation de la salle de kinésithérapie du Pôle France Basketball est régie par les recommandations du Conseil de l'ordre des Kinésithérapeutes et de la Fédération Française des Masseurs Kinésithérapeutes (cf. annexe 4).

La salle de musculation du Pôle France Basketball est adaptée aux mesures d'hygiène recommandées :

- Disponibilité de gel hydroalcoolique.
- Partage du matériel interdit.
- Désinfection et nettoyage du matériel manipulé si changement d'utilisateur.
- Distanciation de 2 mètres minimum entre les personnes et port du masque obligatoire pour le ou les encadrants.

La salle de basketball est adaptée selon les mesures de protection suivantes :

- Entrée et sortie différente (pas de croisement possible d'individus).
 - Disponibilité de gel hydroalcoolique.
 - Plan d'occupation de la salle à respecter (cf. annexe 5) :
- Espace spécifique de course délimité.
 - Demi-terrains séparés par des cloisons amovibles

La séquence d'entraînement requiert :

- Port d'un masque obligatoire pour l'entraîneur.
 - 2 mètres minimum de distance entre l'athlète et l'entraîneur.
 - Ballons identifiés mis à disposition sur un rack à ballon spécifique.
 - Cas des passes entre l'athlète et l'entraîneur :
- Friction de gel hydroalcoolique pour l'entraîneur lorsqu'il change de joueur à entraîner.
 - Ballons régulièrement nettoyés avec du gel hydroalcoolique, notamment quand il y a changement de joueur à entraîner.

Les annexes: Protocole entraînement individuel Haute Performance



Entraînement Individuel Sportif Haut Niveau au Pôle France Basketball – INSEP

Formulaire de demande Athlète & Staff

Athlète

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone :

E-mail :

Liste HN (Elite ou Relève) et Equipe de France de référence :

Questionnaire et bilan médicaux préalables :

- Visite médicale COVID-19 effectuée le :
- Nom et prénom du médecin :

Certificat médical d'autorisation de pratique joint

Encadrement

Chaque encadrant joint le questionnaire reprise post-confinement staff

	Encadrant 1	Encadrant 2	Encadrant 3	Encadrant 4
Nom				
Prénom				
Fonction				

Planning, installations demandées, besoins éventuels

* Bâtiment Nelson Paillou (choix possibles) : Salle Kinésithérapie, espace musculation, Salle Tony Parker, Salle Boris Diaw

* Autre espace de travail (choix possibles) : D'Oriola, Halle Maigrot, Stade Omnès (piste d'athlétisme extérieure)

Séance	Date	Horaire	Lieux (Bâtiment et espace)*	Besoin particulier
1				
2				
3				
4				
5				
6				



Questionnaire médical COVID-19 Staff – Source: INSEP

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone :

E-mail :

Fonction :

Avez-vous des antécédents médicaux particuliers, notamment respiratoires (asthme, bronchite chronique, etc.) ou cardiaques (malformation, infarctus, etc...) ?

- OUI, si oui lesquels ? : ...
- NON

Avez-vous des facteurs de risques cardio-vasculaires (diabète, hypertension, tabac, obésité) :

- NON
- Oui, si oui lesquels ? : ...

Avez-vous eu des symptômes de COVID pendant la période de confinement ?

- NON
- OUI, si oui lesquels :

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Fièvre,• Frissons, sensation de chaud/froids,• Toux,• Douleur ou gêne à la gorge,• Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort,• Douleur ou gêne thoracique,• Orteils ou doigts violacés type engelure,• Diarrhée, | <ul style="list-style-type: none">• Maux de tête,• Courbatures généralisées• Fatigue majeure,• Perte de goût ou de l'odorat,• Elévation de la fréquence cardiaque de repos• Autres : ... |
|--|---|

Si oui, êtes-vous allé consulter ?

- NON
- OUI, date : ...

Si oui, avez-vous été dépisté ?

- NON
- OUI, date : Résultat du test :

Si oui, avez-vous bénéficié d'un traitement médicamenteux en particulier ?

- NON
- OUI, précisez :

Si oui, avez-vous été mis en quarantaine

- NON
- OUI, précisez : domicile ou hôtel ?

Si oui, avez-vous été hospitalisé ?

- NON
- OUI, précisez : nombre de jours Passage en réanimation : OUI / NON

Avez-vous eu une personne malade dans votre entourage proche (avec qui vous avez été en contact) ?

- NON
- OUI, préciser : ...

Souhaitez-vous impérativement voir un médecin avant votre reprise ?

- NON
- OUI

Remarques libres....

Date et signature du déclarant



Questionnaire médical COVID-19 Athlète – Source: INSEP

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone :

E-mail :

Club ou Pôle France :

Equipe de France de référence :

Avez-vous eu des symptômes de COVID pendant la période de confinement ?

- NON
- OUI, si oui lesquels
 - Fièvre,
 - Frissons, sensation de chaud/froids,
 - Toux,
 - Douleur ou gêne à la gorge,
 - Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort,
 - Douleur ou gêne thoracique,
 - Orteils ou doigts violacés type engelure,
 - Diarrhée,
 - Maux de tête,
 - Courbatures généralisées,
 - Fatigue majeure,
 - Perte de goût ou de l'odorat,
 - Elévation de la fréquence cardiaque de repos
 - Autres : ...

Oui, êtes-vous allé consulter ?

- NON
- OUI, date : ...

Oui, avez-vous été dépisté ?

- NON
 - OUI, date :
- Résultat du test :

Si oui, avez-vous bénéficié d'un traitement médicamenteux en particulier ?

- NON
- OUI, précisez :

Si oui, avez-vous été mis en quarantaine

- NON
- OUI, précisez : domicile ou hôtel ?

Si oui, avez-vous été hospitalisé ?

- NON
- OUI, précisez : nombre de jours
- Passage en réanimation : OUI / NON

Avez-vous eu une personne malade dans votre entourage proche (avec qui vous avez été en contact) ?

- NON
- OUI, préciser : ...

Signature de l'athlète

Date et signature du médecin ayant pratiqué l'examen

La salle de soins

- 1 patient à la fois par praticien.
- Information relative aux gestes barrières affichée de façon visible.
- Porte du bureau ouverte (pas de manipulation poignée de porte).
- Vestiaire = 1 chaise dans le bureau (facile à désinfecter).
- Prévoir flacon Solution Hydro Alcoolique à l'entrée, poubelle avec sac, draps d'examen papier.
- Film plastique sur écran tactile des appareils, à désinfecter entre les patients, et à changer tous les jours.
- Désinfecter après chaque utilisation tous les objets utilisés, la table, le matériel utilisé (poids, espaliers...) et l'espace déshabillage du patient avec désinfectant virucide.
- Si travail physique, attendre 20' après la fin de la séance pour désinfecter (diffusion de microgouttelettes).
- Lavage du sol 1 fois par jour (nettoyage par le service dédié en conformité avec les règles sanitaires adaptées).
- Arrêt du système de ventilation.

Le kinésithérapeute

- Lavage des mains et avant-bras très fréquent (savon ou SHA selon recommandations).
- Tenue quotidienne manches courtes lavable à 60° , et réservée aux soins.
- Pas de bijoux (alliance), ni montre.
- Masque chirurgical (durée d'utilisation 4h).
- Gants si mains abimées (pas de SHA sur les gants).
- A la fin de la journée, il retire ses vêtements à l'entrée de son domicile et lave les vêtements qui ont été portés pendant sa journée de travail à la machine à laver à 60° pendant 30 minutes minimum séparés des autres vêtements.

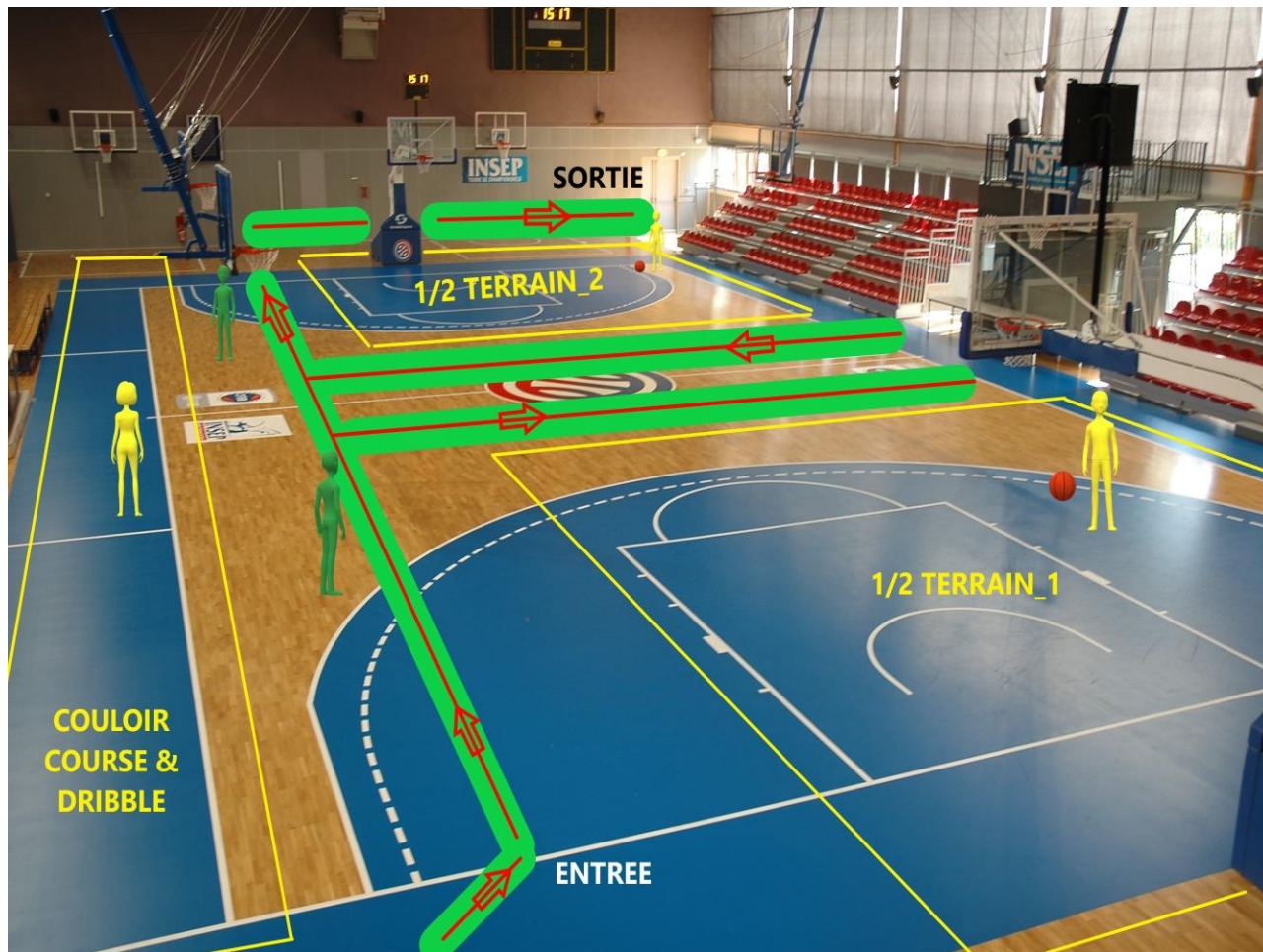
Le sportif

- Pas de séance si doute ou symptômes (fièvre, toux, mal de tête...). Ne pas venir !
- Arrive avec son masque en place (sinon le kinésithérapeute lui en fourni un immédiatement) .
- Venir avec le moins d'affaires possible.
- Lavage des mains avec SHA en entrant et en sortant du cabinet.
- Venir à l'heure exacte du rendez-vous. Pas d'attente dans la salle de soins.
- Utilisation d'électrodes autocollantes nominatives et individuelles.

Matériel à prévoir

- Solution Hydro Alcoolique.
- Masques (patient et kiné).
- Film plastique alimentaire.
- Drap d'examen papier.
- Essuie-main jetable.
- Gants.

Organisation de la salle de basketball Tony Parker



PROTOCOLE ENTRAÎNEMENT SPORT PROFESSIONNEL



DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

Direction de la Performance et des Equipes de France

COMED FFBB – COMED LNB

21 mai 2020

1. Cible

Joueuses autorisées à participer dans les championnats LFB, Espoirs LFB, LF2.

Joueurs autorisés à participer dans les championnats Jeep Elite, Espoirs Jeep Elite, ProB, NM1.

2. Lieu et accueil des athlètes et staffs

Lieux :

Salles de compétition ou centres d'entraînements dédiés.

Accueil des athlètes et des staffs :

Prise de température avant de rentrer sur le lieu de l'entraînement (pas d'entrée si T° supérieure à 37,8°) par le référent COVID-19.

Port du masque obligatoire pour le staff et les joueurs(ses) durant toute la présence sur le lieu de l'entraînement sauf au cours d'un exercice physique pour les athlètes.

Ne pas permettre l'entrée de personnes autres que les joueurs(ses) et le staff technique et médical.

Distanciation sociale (2 mètres). Assurer la disponibilité des installations de lavage des mains, de gel hydroalcoolique, de masques en quantité suffisante.

Le vestiaire est inaccessible.

Assurer la signalisation pour les déplacements à l'intérieur du site.

Partage du matériel interdit (bouteilles d'eau, serviettes, matériel de préparation physique).

Chaque utilisateur de matériel, quel que soit son statut, contribue au maintien des conditions d'hygiène (désinfection et nettoyage du matériel utilisé entre chaque sportif).

Equiper les salles médicales pour permettre une distanciation sociale et le respect des préconisations sanitaires.

Pas de restauration sur place et fermeture des salles de convivialité ou de bien être (balnéothérapie, salle de détente).

3. Protocole sanitaire athlète et staff

Obligation d'avoir un médecin de Club.

Il est nécessaire de s'assurer que le (la) sportif (ve) professionnel(le) et les membres du staff en contact avec les sportifs ne sont pas atteints de COVID à la reprise de l'entraînement.

Obtenir le consentement éclairé de l'athlète et de chaque membre du staff pour tous les bilans et la reprise de l'entraînement.

Le jour de la reprise : on fait le questionnaire COVID (d'après INSEP) ci-dessous :

1. Avez-vous eu des symptômes de COVID pendant la période de confinement ?
 - NON
 - OUI, si oui lesquels- Fièvre,

- Frissons, sensation de chaud/froids,
- Toux,
- Douleur ou gêne à la gorge,
- Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort,
- Douleur ou gêne thoracique,
- Orteils ou doigts violacés type engelure,
- Diarrhée,
- Maux de tête,
- Courbatures généralisées,
- Fatigue majeure,
- Perte de goût ou de l'odorat,
- élévation de la fréquence cardiaque de repos,
- Autres : ...

2. Oui, êtes-vous allé consulter ?

- NON
- OUI, date : ...

3. Oui, avez-vous été dépisté ?

- NON
- OUI, date : Résultat du test :

4. Si oui, avez-vous bénéficié d'un traitement médicamenteux en particulier ?

- NON
- OUI, précisez :...

5. Si oui, avez-vous été mis en quarantaine

- NON
- OUI, précisez : domicile ou hôtel ?

6. Si oui, avez-vous été hospitalisé ?

- NON
- OUI, précisez : nombre de jours
- Passage en réanimation : OUI / NON

7. Avez-vous eu une personne malade dans votre entourage proche (avec qui vous avez été en contact) ?

- NON
- OUI, préciser : ...

Ce questionnaire est à signer à la fois par l'athlète ou le membre du staff et le médecin.

Il est à insérer dans le dossier médical du joueur.

Le questionnaire ne permet pas de mettre en évidence une suspicion de COVID :

Tests médicaux SMR pour l'athlète:

- Examen Clinique par le médecin du club.
- ECG.
- Echographie cardiaque.
- Bilan biologique.
- Bilan psychologique.
- Bilan diététique.

Aucun entraînement tant que le SMR n'est pas validé.

Bilan journalier ou hebdomadaire avec le médecin du club (périodicité à définir).

Le questionnaire met en évidence une suspicion de COVID :

UN BILAN BIOLOGIQUE DU COVID sera pratiqué : TEST PCR + SEROLOGIE

1. PCR (-) IGM (-) IGG(-) l'athlète ou le membre du staff n'a pas eu la maladie :

Tests médicaux SMR pour l'athlète

- Examen Clinique par le médecin du club
- ECG
- Echographie cardiaque
- Bilan biologique
- Bilan psychologique
- Bilan diététique

Aucun entraînement tant que le SMR n'est pas validé

Bilan journalier ou hebdomadaire avec le médecin du club (périodicité à définir)

2. PCR (-) IGM (-) – IGG+) l'athlète ou le membre du staff a eu la maladie :

TESTS MEDICAUX SMR pour l'athlète + examens complémentaires

- IRM cardiaque selon l'avis du cardiologue du sport
- Epreuve d'effort :Recherche de troubles du rythme

L'athlète ou le membre du staff pourra intégrer l'entraînement dès l'accord du médecin ayant prescrit les examens.

3. PCR (+) IGM (-) – IGG-) l'athlète ou le membre du staff est malade :

Pas de tests médicaux SMR pour l'athlète.

L'athlète malade COVID 19 ne peut prendre part à l'entraînement et devra observer une période stricte d'isolement et de 14 jours.

Cas particulier pour les joueurs(ses) venant de l'étranger :

Les personnes ayant séjourné au cours du mois précédent dans une zone de circulation de l'infection qui entrent sur le territoire national sont fortement invités à respecter un isolement de 14 jours et ne pas se présenter à l'entraînement.

4. Référent COVID-19

Un référent COVID-19 est nommé par le club et doit être présent lors des séances d'entraînement.

Ses missions sont les suivantes :

- Vérifie les conditions d'entrée sur le site;
- Organise et coordonne les mesures d'hygiène;
- Rappelle l'ensemble des préconisations sanitaires dans l'enceinte sportive (salle de kinésithérapie, salle de musculation, salle de basketball).

Le référent COVID-19 a toute latitude pour stopper la séquence si les conditions sanitaires ne sont pas respectées.

5. Protocole organisationnel

La séquence d'entraînement requiert :

- Port d'un masque obligatoire pour les membres du staff;
- 2 mètres minimum de distance entre les membres du staff et les athlètes;
- Ballons identifiés mis à disposition sur un rack à ballon spécifique;
- Cas des passes:
 - Friction de gel hydroalcoolique répétée à intervalle régulier (à chaque interruption de séance (pauses boisson) ou changement de situation de jeu) pour l'ensemble des joueurs(ses) et du staff;
 - Ballons régulièrement nettoyés avec du gel hydroalcoolique (à chaque interruption de séance (pauses boisson) ou changement de situation de jeu).

PROTOCOLE ENTRAÎNEMENT SPORT AMATEUR & REPRISE D'ACTIVITES VIVRE ENSEMBLE

COMED FFBB

Service compétitions et Vivre Ensemble

21 mai 2020

« Ce protocole ne peut être mis en œuvre qu'en cas d'accord préalable de l'utilisation de l'espace public par la Collectivité Locale, propriétaire de l'équipe sportif. Quoiqu'il en soit un dialogue est à mettre en place entre les différentes parties prenantes de la reprise, propriétaires, clubs... ».



1. Cible

- Joueuses engagées dans les championnats NF1, NF2, NF3, Régionaux, Départementaux.
- Joueurs engagés dans les championnats NM2, NM3, Régionaux, Départementaux.
- Pratiquantes et pratiquants d'animations ou d'activités de basket : Mini-basket, Basket Santé, Loisir....
- Pratiquantes et pratiquants des activités mises en place par les structures déconcentrées.



2. Lieux et accueil des pratiquants et staffs

- Salles de compétitions, d'entraînements ou terrains extérieurs dédiés;
- Accès interdit aux autres personnes que les pratiquants et l'encadrement;
- Entrée et sortie différentes (pas de croisement possible d'individus);
- Le sens de circulation, pour éviter tout croisement, doit être visible de tous;
- Assurer la disponibilité et l'accessibilité des installations de lavage des mains, de gel hydroalcoolique, ...
- Les vestiaires sont fermés, le licencié arrive en tenue;
- L'accès aux toilettes sera réservé à une personne à la fois;
- Equiper les « salles médicales/infirmières » pour permettre une distanciation sociale et le respect des préconisations sanitaires;
- Pas de restauration sur place et fermeture des salles de convivialité ou de bien-être.

3. Protocole sanitaire staff

- Les activités doivent se limiter à une pratique individuelle encadrée par un entraîneur diplômé (d'Etat ou Fédéral) et autour de l'ensemble des registres de l'entraînement individuel (physique et technique) et de la ré-athlétisation;
- Port du masque obligatoire pour le ou les encadrants;
- Distanciation de 5 mètres minimum entre le cadre et les joueurs/pratiquants;
- Le lavage des mains est obligatoire avant et après chaque séance;
- Plan d'occupation de la salle à respecter et à faire respecter;
- Veiller à la bonne hydratation des pratiquants (vigilance particulière pour les plus jeunes et les plus âgés),

Les encadrants doivent connaître les symptômes du Covid-19 et refuser l'accès aux personnes présentant certains de ces symptômes :

- *Fièvre,*
- *Frissons, sensation de chaud/froids,*
- *Toux,*
- *Douleur ou gêne à la gorge,*
- *Difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort,*
- *Douleur ou gêne thoracique,*
- *Orteils ou doigts violacés type engelures,*
- *Diarrhée,*
- *Maux de tête,*
- *Courbatures généralisées,*
- *Fatigue majeure,*
- *Perte de gout ou de l'odorat,*
- *Élévation de la fréquence cardiaque de repos*
- *Autres : ...*

4. Protocole sanitaire athlète/pratiquant

- Le licencié doit arriver à l'espace sportif avec un masque correctement positionné. Il ne sera enlevé que durant les exercices;
- Il doit se laver les mains avant et immédiatement après l'entraînement/la séance;
- Le licencié doit posséder à titre personnel une serviette, un gel hydroalcoolique et/ou un savon, une gourde ou bouteille d'eau, ...
- Distanciation sociale (2 mètres).

5. Manager COVID-19 et Référent COVID-19

Chaque structure fédérale affiliée doit désigner un référent COVID-19 connu de tous les entraineurs, animateurs et encadrants.

Ses missions sont les suivantes :

- Organiser et coordonner les mesures d'hygiène;
- Vérifier que la signalisation pour les déplacements sur le site respecte les directives sanitaires;
- Rappeler l'ensemble des préconisations sanitaires dans l'enceinte sportive (salle de kinésithérapie, salle de musculation, salle de basketball,...);
- Celui-ci peut être appelé par les encadrants pour des informations concernant la santé de ses pratiquants, pour le contenu d'une séance;
- Le référent COVID-19 a toute latitude pour stopper une séquence si les conditions sanitaires ne sont pas respectées.

Les « Managers COVID-19 » ne pouvant être présents sur tous les entraînements ou tous les temps/lieux de pratiques des structures, ils ont toute latitude pour organiser l'action de « Référents COVID-19 » qui peuvent assurer leurs missions sur un lieu et un laps de temps donné. Le Référent COVID-19 intervient sous la responsabilité/coordination du Manager COVID-19.

6. Protocole organisationnel

La séquence d'entraînement requiert :

- 10 personnes maximum (encadrants compris) sur le terrain – 5 personnes autorisées par demi-terrain réduit avec une zone neutre d'1m de chaque côté de la ligne médiane;
- Port d'un masque obligatoire pour les membres du staff;
- 5 mètres de distance entre l'encadrant et les pratiquants;
- 2 mètres minimum de distance entre les pratiquants;
- Les ballons ou matériels seront numérotés ou marqués d'un signe distinctif facilement reconnaissable afin qu'ils ne soient pas échangés lors d'une séance;
- Chaque joueur doit avoir un ballon et ne l'échanger avec aucun partenaire;
- Désinfection et nettoyage avec gel hydroalcoolique du matériel manipulé avant et après chaque séance. Le savon peut être également utilisé;
- Désinfection et nettoyage avec gel hydroalcoolique du matériel manipulé si changement d'utilisateur. Le savon peut être également utilisé;
- 5 joueurs sont autorisés par demi-terrain réduit avec une zone neutre d'1 mètre de chaque côté de la ligne médiane ;
- Les contacts physiques ne sont pas permis ; les exercices d'entraînement se dérouleront sans opposition ; il n'y aura pas de défenseur et les autres coéquipiers devront respecter la distance de 2m.

7. Contenu

- La reprise d'activité physique doit être progressive;
- La période de ré-athlétisation doit être d'environ 4 semaines;
- Les entraînements/séances ne doivent pas, dans un 1^{er} temps, dépasser 40mn;
- L'intensité de l'effort ne doit pas dépasser 80% de la fréquence cardiaque maximale;
- Les passes sont interdites sauf auto passes et contre le mur.
- Travail individuel uniquement :
 - Préparation physique généralisée
 - Tirs
 - Manipulation - dextérité



117 RUE DU CHÂTEAU DES RENTIERS - 75013 PARIS
T 01 53 94 25 54 - F 01 53 94 26 85