



**Cinquième étape du Plan de reprise
à partir du 15 août 2020
(mise à jour du 20 août 2020)**

**Activités de Marche et de randonnée
(hors longue côte/marche aquatique)**

Longe côte/marche aquatique

Pratiquant non encadré

Pratiquant encadré

Animateur encadrant dans un club
FFRandonnée

Balisage, Collecte numérique,
contributeurs publications

Dirigeants
d'un club ou d'un comité
Favoriser systématiquement les
échanges en distanciel

Pratiquant encadré

Pour des raisons de sécurité, la
fédération déconseille fortement la
pratique individuelle.

Animateur diplômé encadrant dans un
club FFRandonnée

Port du masque

Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.

Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.

**Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.**

Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.

**Obligatoire en milieu confiné, notamment
dans les salles de réunions et dans les
bureaux même si la distanciation
physique est respectée.**

Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.

Fortement déconseillé pendant la
pratique, sauf dans les zones où il est
rendu obligatoire
Conseillé avant et après la sortie.

Distanciation physique

A adapter à la vitesse de progression :
- 1 mètre au minimum entre chaque
pratiquant pour une marche à 4 km/h
- 2 mètres au minimum pour une marche
rapide ou nordique à 6 km/h
- 1 mètre au minimum en latéral

A adapter à la fréquentation de l'espace
de pratique (mettre temporairement le
masque si nécessaire)

A adapter à la vitesse de progression :
- 1 mètre au minimum entre chaque
pratiquant pour une marche à 4 km/h
- 2 mètres au minimum pour une marche
rapide ou nordique à 6 km/h
- 1 mètre au minimum en latéral

A adapter à la fréquentation de l'espace
de pratique (mettre temporairement le
masque si nécessaire)

A adapter à la vitesse de progression :
- 1 mètre au minimum entre chaque
pratiquant pour une marche à 4 km/h
- 2 mètres au minimum pour une marche
rapide ou nordique à 6 km/h
- 1 mètre au minimum en latéral

A adapter à la fréquentation de l'espace
de pratique (mettre temporairement le
masque si nécessaire)

A adapter à la vitesse de progression (1
mètre au minimum entre chaque
pratiquant pour une marche à 4 km/h)

A adapter à la fréquentation de l'espace
de pratique (mettre temporairement le
masque si nécessaire)

Les balises réalisées à la peinture et au
pochoir seront faites par un seul individu
(et non un duo)

2 m2/personne avec masque

A adapter à la vitesse de progression et à
la force du vent :
2 mètres minimum entre et/ou en
latéral.sauf pour la pratique en équipe

A adapter à la vitesse de progression et à
la force du vent :
2 mètres minimum entre et/ou en
latéral.sauf pour la pratique en équipe

Utilisation gel
hydroalcoolique

Obligatoire

Obligatoire

Obligatoire

Obligatoire

Obligatoire

Obligatoire pour utilisation avant et après
la séance en cas d'absence d'eau et savon

Obligatoire pour utilisation avant et après
la séance en cas d'absence d'eau et savon

Si fièvre ou autres
symptômes du Covid-
19

Restez chez soi

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement l'animateur si
les signes apparaissent dans la semaine
suivant une sortie de groupe.

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement le Président du
club si les signes apparaissent dans la
semaine suivant une sortie de groupe.

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement le responsable
de zone et le Président de la CDSI si les
signes apparaissent dans la semaine
suivant une sortie de groupe.

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement le président du
club si les signes apparaissent dans la
semaine suivant une sortie de groupe.

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement l'animateur si
les signes apparaissent dans la semaine
suivant une sortie de groupe.

Restez chez soi.
Prévenir immédiatement le Président du
club si les signes apparaissent dans la
semaine suivant une sortie de groupe.

Généralités

Kit sanitaire Covid-19
personnel composé de
:
1 masque, gel
hydroalcoolique,
lingettes
desinfectantes pour les
surfaces et matériels,
petit morceau de
savon, 1 sac poubelle

Préconisé

Préconisé

Obligatoire

Obligatoire

Préconisé

Préconisé pour utilisation avant et après
la séance

Obligatoire pour utilisation avant et après
la séance

	Matériels liés à la pratique de l'activité		Utiliser son matériel personnel	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Echange de matériel entre participants non autorisé .	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non-autorisé.	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Limiter au maximum le prêt de matériel (en cas de prêt, mettre en œuvre une désinfection avec gel hydroalcoolique, désinfectant ou savon).	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel et de tenue par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non autorisé ou avec une désinfection systématique.	Préconisation d'utilisation de son matériel personnel. Prêt matériel et de tenue par le club à organiser avec une désinfection systématique. Echange de matériel entre participants non autorisé ou avec une désinfection systématique.
	Vestiaires		Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire		Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Autorisés Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
	Locaux		Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire En cas de transmission immédiate des traces auprès des gestionnaires de données, les collecteurs porteront obligatoirement un masque et mettront en œuvre les gestes barrières avant de pénétrer dans les locaux, notamment désinfection du matériel	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire	Se conformer aux conditions d'utilisation demandées par le gestionnaire
Public	Nombre		Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et sur la voie publique en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et sur la voie publique en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et sur la voie publique en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre baliseurs et sur la voie publique en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux		Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux	Sans limitation mais en respectant strictement la distanciation entre pratiquants et en divisant les groupes importants en plusieurs groupes de 10 pratiquants espacés de quelques mètres entre eux
	Inscription aux sorties			Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.	Sur inscription si possible Liste des participations à archiver pour assurer un suivi en cas de contamination de l'un d'entre eux.
	Animation			L'animateur rappelle les gestes barrières. Distanciation physique à respecter.	Nomination d'un serre file ou un assistant chargé de rappeler les gestes barrières, et de participer à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.	Nomination d'un serre file ou un assistant chargé de rappeler les gestes barrières, et de participer à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.		Utiliser les infrastructures mises en place pour traverser la plage et la mise à l'eau. Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisés	Organiser la traversée de la plage et la mise à l'eau en tenant compte des infrastructures mises en place et de la législation en vigueur. Pratique en longe et exercices à plusieurs autorisés L'animateur et l'assistant rappellent les gestes barrières et participent à assurer la sécurité du groupe du fait de la distanciation physique.
Encadrement	Conseils pédagogiques			Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre entre les 2 personnes. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.		Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.	Une distanciation d'au moins un mètre devra être respectée entre l'animateur et le pratiquant. Les conseils pratique ne donneront lieu à aucun contact physique.

	Protocole sanitaire dans le cadre d'une potentielle contamination		En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie, le pratiquant doit prévenir immédiatement les autres éventuels participants à la sortie. Il devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne reprendre ses activités collectives qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée, le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	L'animateur doit porter à connaissance des pratiquants les gestes barrières, les consignes et conseils de pratique, le protocole sanitaire en cas de signes de maladie ou de potentielle contamination. En cas de signes de maladie (fièvre, toux,) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée, le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas (l'animateur peut l'inciter à communiquer ce résultat) ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie, le baliseur doit prévenir immédiatement son référent qui en informera rapidement les autres participants à la sortie. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne reprendre son activité qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	En cas de signes de maladie (fièvre, toux,) dans la quinzaine suivant une réunion en présentiel, le dirigeant doit prévenir immédiatement son référent qui en informera rapidement les autres participants à la réunion. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne reprendre son activité qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée, le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.	L'animateur doit porter à connaissance des pratiquants les gestes barrières, les consignes et conseils de pratique, le protocole sanitaire en cas de signes de maladie ou de potentielle contamination. En cas de signes de maladie (fièvre, toux) dans la quinzaine suivant une sortie encadrée, le pratiquant doit prévenir immédiatement le club (animateur ou président) qui en informera rapidement les autres participants. La personne malade devra consulter et se faire tester. Chacun devra s'isoler en tant que cas contact et ne revenir aux sorties du club qu'en cas de négativité du test du premier cas (l'animateur peut l'inciter à communiquer ce résultat) ou après la période d'incubation de 14 jours pour éviter d'autres contaminations. Si le premier cas est positif, il est fortement recommandé à tous de se faire tester.
Transports	Individuel/par foyer		Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
	En commun		Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique	Dans le strict respect des gestes barrières (port du masque obligatoire et utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) et dans la mesure du possible de la distanciation physique
	Co voiturage et mini-bus		Avec port du masque et dans le strict respect des gestes barrières En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque et dans le strict respect des gestes barrières En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque et dans le strict respect des gestes barrières En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières (utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières (utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation. Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières (utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation. Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet	Avec port du masque obligatoire et dans le strict respect des gestes barrières (utilisation systématique du gel hydroalcoolique avant et après la prise du transport) En ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation. Utilisation de gel hydroalcoolique avant et après le trajet
Législation en vigueur	Préfecture, Mairie, ONF, Parc Naturel, Parc urbain, espace maritime...	Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter.	Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter.	Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter.	Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter.	Dans les espaces ouverts autorisés. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque. A vérifier localement et à respecter.	Sur des sites répertoriés, homologués et labellisés FFRandonnée. En accord avec la municipalité. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque.	A organiser sur des sites répertoriés, homologués et labellisés FFRandonnée. En accord avec la municipalité. Dans le respect des règles, notamment concernant le port du masque.	

lieu de pratique	Espace de pratique		Favoriser les espaces et itinéraires les moins fréquentés. Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	Favoriser les espaces et itinéraires les moins fréquentés. Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	Favoriser les espaces et itinéraires les moins fréquentés. Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	Favoriser les espaces et itinéraires les moins fréquentés et adapter l'horaire des séances à la fréquentation pour limiter les contacts avec les autres pratiquants de sports aquatiques et nautiques Respecter le port du masque même pendant la pratique dans les zones où il est obligatoire (adapter la vitesse de progression)	
	Département 13 et 75		Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	Départements définis comme zone de circulation active du virus permettant aux préfets de définir des règles spécifiques pour limiter sa circulation	
Convivialié	Partage de repas, pot, festivités...		A éviter Avec masque ou distanciation	A éviter Avec distanciation pour le pique-nique	A ne pas organiser et éviter Avec distanciation pour le pique-nique	A ne pas organiser et éviter Avec distanciation pour le pique-nique	A ne pas organiser et éviter	A éviter	A ne pas organiser
	Dicussions en présentiel		Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible	Avec distanciation et masque si possible
Manifestations grand public et compétitions			Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants			Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants	Avec accord préfectoral, respect des gestes barrières et de la distanciation, et moins de 5 000 participants
Séjours et voyages			Autorisés	Autorisés	Autorisés		Autorisés	Autorisés	Autorisés
Formation				Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation	Possible en salle avec plus de 10 personnes si port du masque, respect des gestes barrières, d'un espace minimum de 4m2 par personne, et des règles de l'établissement, lavage régulier des mains (toutes les 2 heures au moins) avec du savon ou du gel hydroalcoolique. Conseillée en distanciel et en extérieur Les séquences de mise en situation d'activité physique peuvent dorénavant s'organiser sans limitation de nombre de participant mais dans le respect de la distanciation
Séance de travail, réunions, organisations....					Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions d'amateurs pour construction notamment du calendrier de sorties du club	Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions de baliseurs ou entre baliseur et responsable de zone	Privilégier la visio ou audioconférence pour réunions		
Accident			Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les animateurs portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence	Les personnes portant secours mettront un masque et se désinfecteront les mains si possible avant de porter secours à la victime sauf en cas d'extrême urgence		Les pratiquants portant secours ou ayant été secourus devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé	Les animateurs portant secours devront se laver immédiatement, désinfecter leur matériel et surveiller l'évolution de leur état de santé
Vos contacts privilégiés	Local		votre comité départemental	votre comité départemental	votre comité départemental	Votre comission départementale sentiers	votre comité départemental	votre comité départemental	votre comité départemental

vos contacts privilégiés

National

info@ffrandonnee.fr

association@ffrandonnee.fr

association@ffrandonnee.fr

itinéraires

association@ffrandonnee.fr

marcheaquatique@ffrandonnee.fr

marcheaquatique@ffrandonnee.fr