

Concept de protection Athlétisme

- Version dont la plausibilité a été vérifiée par l'OFSP : 24.04.2020
- Compléments (à partir de la page 3) : 01.05.2020

Objectif

L'objectif est de permettre la reprise progressive des activités d'entraînement en athlétisme en respectant les directives sanitaires/épidémiologiques de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP, voir annexe). La responsabilité de la mise en œuvre des exigences incombe aux sociétés et aux responsables de l'entraînement.

Les dispositions de protection sont en permanence adaptées aux ordonnances actuelles COVID-19.

Principes directeurs

1. Respect des règles d'hygiène de l'OFSP, notamment se laver soigneusement les mains ;
2. Social Distancing; notamment distance minimale de 2m entre toutes les personnes, 10m² de surface par personne et pas de contact physique ;
3. Groupe de 5 personnes au maximum, obligation de tenir un registre des participants afin de retracer les éventuelles chaînes d'infection ;
4. Les personnes particulièrement menacées respectent les exigences spécifiques de l'OFSP ;
5. Les athlètes ainsi que les personnes qui dirigent les entraînements présentant des symptômes de maladie ne doivent pas participer à l'entraînement. Ils informent le groupe d'entraînement de leurs symptômes de maladie, restent à la maison et contactent leur médecin de famille ;
6. Le déplacement du domicile à l'installation d'athlétisme se fait si possible à pied ou avec un moyen de transport individuel. Les TP ne doivent être utilisés que dans des cas exceptionnels ;
7. La décision d'ouvrir une installation d'athlétisme revient à l'exploitant respectif de l'installation.

1. Infrastructure

a) Conditions spatiales/Conditions d'entraînement

Les installations d'athlétisme se trouvent généralement à l'extérieur. Une installation d'athlétisme avec six couloirs circulaires de 400m dispose par exemple d'une surface d'env. 15'000m². La distance minimale en vigueur et l'espace prescrit en m² par personne peuvent en tout temps être respectés sans problème.

Pour les installations d'athlétisme indoor, il faut veiller à respecter la distance minimale et l'espace prescrit m² par personne.

b) Vestiaires / Douches / Toilettes

L'utilisation des vestiaires et douches est interdit. Les athlètes viennent sur le lieu d'entraînement en tenue d'entraînement. D'éventuels changements de tenue doivent se faire sur place. Le trajet de la maison au lieu d'entraînement et retour doit dans la mesure du possible être intégré dans le plan d'entraînement (échauffement ou retour au calme). Les athlètes pénètrent sur l'installation d'entraînement peu avant le début officiel de l'entraînement et la quittent immédiatement après l'entraînement.

Les toilettes des sites d'entraînement peuvent être utilisées, notamment pour respecter les règles d'hygiène de l'OFSP. Il faut suivre les instructions de l'exploitant de l'installation.

c) Nettoyage de l'installation d'entraînement

Le nettoyage de base et la désinfection de l'installation d'athlétisme est l'affaire de l'exploitant de l'installation.

d) Ravitaillement

Les athlètes apportent personnellement le ravitaillement dont ils ont besoin avant, pendant et après l'entraînement.

e) Organisation et planification

Les chefs techniques des sociétés établissent un plan d'entraînement qui garantit que l'occupation des installations d'athlétisme respecte la taille des groupes, le nombre maximal de groupes par surface de l'installation et le créneau horaire prescrits. L'utilisation des emplacements des disciplines techniques doit également être planifiée de sorte qu'il n'y ait qu'un seul groupe par emplacement. S'il devait une fois y avoir trop d'athlètes/groupes sur l'emplacement d'entraînement, les responsables de l'entraînement se consulteront sur place.

2. Formes, contenus et organisation de l'entraînement

a) Adaptation de l'entraînement

Toutes les formes d'entraînement qui impliquent un contact physique sont interdites. Les entraîneurs conçoivent des contenus d'entraînement et l'instruction des séquences de mouvements de manière qu'il n'y ait pas de contact physique. Dans l'idéal il faut utiliser des aides techniques (vidéo) à cet effet.

Les entraîneurs organisent le déroulement de l'entraînement de manière à respecter la taille des groupes et la distance minimale pendant l'entraînement. Il faut faire en sorte que la composition des groupes reste si possible la même à chaque entraînement.

Il faut respecter la distance minimale pendant l'instruction ou le temps d'attente avant le prochain engagement.

Pour les disciplines techniques, les athlètes s'alignent en respectant la distance minimale. Il faut définir des zones d'attente.

Les courses sur piste doivent être effectuées avec suffisamment de distance latérale ou de manière échelonnée.

b) Groupes fixes d'athlètes d'élite

Les membres de l'équipe nationale pratiquent l'athlétisme de manière professionnelle et s'entraînent souvent dans les mêmes groupes.

Depuis la publication des mesures COVID-19, ils vivent pratiquement en auto-quarantaine et ne quittent l'appartement que pour s'entraîner. Ces groupes forment une communauté d'entraînement, analogue à une collocation. Ces communautés d'entraînement ne sont pas tenues de respecter la distance minimale sur l'installation d'entraînement. D'éventuelles chaînes d'infection sont facilement traçables dans ces groupes.

c) Matériel

Les athlètes apportent dans la mesure du possible leur propres engins d'entraînement (par ex. poids, disques, javelots, perches). Si tel n'est pas le cas, il faut suffisamment d'engins à disposition pour l'usage individuel et ils doivent être désinfectés après utilisation. Si le même engin d'entraînement est utilisé par plusieurs personnes, il faut le désinfecter après chaque passage à une autre personne.

d) Risque / Comportement en cas d'accident

Il n'y a généralement pas de risque particulier d'accident en athlétisme. Les disciplines saut à la perche, lancer du javelot et du disque ne peuvent être pratiquées qu'avec des athlètes expérimentés.

e) *Enregistrement des participants/es*

Les responsables d'entraînement tiennent une liste des participants/es à chaque séance d'entraînement. Si des membres de l'équipe nationale s'entraînent sans entraîneur, ils notent les informations correspondantes dans leur journal d'entraînement.

3. Responsabilité de la mise en œuvre sur place

Ceux qui dirigent les entraînements sont responsables de la mise en œuvre des mesures de protection. De plus chaque athlète s'engage dans l'intérêt de l'athlétisme et vis-à-vis de l'ensemble de la population à s'en tenir au concept de protection de manière solidaire et avec un degré de responsabilité individuelle et de mettre en œuvre de manière conséquente les mesures nécessaires.

La mise en œuvre et l'application du concept de protection Athlétisme incombe aux sociétés. Celles-ci désignent une personne responsable qui transmet les informations susmentionnées au sein de son organisation, donne des instructions aux personnes concernées, surveille la mise en œuvre du concept de protection et garantit le cas échéant des corrections.

4. Communication du concept de protection

L'OFSPPO et l'OFSP ont effectué un contrôle de plausibilité du présent concept de protection. Il incombe aux cantons de rouvrir les installations d'athlétisme. L'ouverture ou non d'une installation d'athlétisme est au final décidée par l'exploitant de l'installation concernée.

Swiss Athletics communique le concept de protection sur ses canaux à la communauté d'athlétisme et l'envoie directement aux associations cantonales et aux sociétés. Les responsables des clubs clarifient avec les exploitants des installations de leur commune les exigences concrètes pour l'utilisation des installations d'athlétisme locales.

Compléments au concept de protection du 24.04.2020

1. Compléments du 01.05.2020

a) Dérogation Sport de performance à partir du 11 mai

- Les sportives et les sportifs de performance qui sont membres d'un cadre national de Swiss Athletics, peuvent s'entraîner avec d'autres athlètes de cadre dans des groupes jusqu'à 5 personnes même sans respecter la distance minimale.
- Chez Swiss Athletics il s'agit pour les membres de l'équipe nationale en particulier des membres d'un des cadres nationaux suivants :
 - o Swiss Starters
 - o Swiss Starters Future
 - o Relais nationaux
 - o Cadre national de course de montagne

b) Concept de protection de l'exploitant de l'installation

Le concept de protection élaboré par l'exploitant d'une installation d'athlétisme doit être suivi par l'association.

Compléments pour une installation d'athlétisme spécifique

En application du « Concept de protection Athlétisme » en vigueur, ce qui suit est convenu dans le cadre de l'ordonnance COVID-19 :

Installation d'athlétisme : Stade de Coubertin

Société : Stade Lausanne Athlétisme

Exploitant de l'installation : Ville de Lausanne, Service des Sports

Dispositions particulières pour cette installation d'athlétisme

1. Infrastructure

a) Le local du Stade Lausanne athlétisme sera condamné à l'exception du local à matériel. Sous supervision des entraîneurs, un athlète après l'autre pourra y chercher son engin (poids, javelot, starting-blocks ...)

Le comité a délimité des emplacements d'entraînement bien spécifiques sur le stade (voir plan du stade ci-joint).

Afin d'éviter une arrivée en masse aux abords du stade, les heures de début des entraînements ont été échelonnées et des lieux de rendez-vous seront spécifiés pour chaque groupe (voir planning).

Afin d'éviter les croisements, les entrées sur le stade se font par l'entrée principale et les sorties par l'arrivée des 20km de Lausanne.

Les parents amenant/recherchant les enfants à l'entraînement resteront dans leur voiture sur le parking se situant devant le stade. Seuls les entraîneurs et les athlètes accéderont aux installations.

b) Du savon sera mis à disposition pour que les athlètes puissent se laver les mains à la fontaine du stade située au départ du 100m. Les athlètes prendront depuis la maison une solution hydro-alcoolique ou un masque s'ils le désire.

d) Chaque athlète prend avec lui son ravitaillement personnel qu'il ne peut pas partager avec un camarade. Les déchets seront rapportés à la maison par chaque athlète. Il n'y a pas de poubelle à disposition par le Service des Sports sur le stade.

e) Pour les catégories U10 à U16, les groupes seront formés de 4 athlètes et 1 entraîneur. Chaque groupe aura un plan d'entraînement, une heure et un emplacement de rendez-vous sur le stade afin d'éviter les contacts avec les autres groupes présent.

Pour les catégories à partir de U18, des groupes indépendants de 5 athlètes pourront être formés. Dans ce cas, l'entraîneur aura un rôle de supervision à distance de ses groupes d'entraînements. L'entraîneur a le choix de former des groupes de 4 athlètes s'il préfère suivre et corriger ses athlètes de manière plus proche (en respectant la distance de 2m). Chaque groupe aura un plan d'entraînement, une heure et un emplacement de rendez-vous afin d'éviter les contacts avec les autres groupes présent sur le stade.

2. Forme, contenu et organisation de l'entraînement

a) Pour chaque entraînement, un planning définit l'attribution des emplacements pour chaque groupe qui sera présent sur le stade (voir planning). Le planning pour chaque semaine sera transmis au Service des Sport via un site web (<https://tinyurl.com/planning-SLA>).

Les séries longues se feront sur le couloir 1 qui restera libre, un athlète après l'autre et depuis un emplacement attribué sur le planning à un groupe.

Pour chaque jour d'entraînement, un responsable COVID est désigné. Il est garant de la bonne application des mesures des concepts de sécurité.

c) Lors d'utilisation d'engins (poids, javelot, starting-blocks ...), un engin sera attribué à chaque athlète à usage exclusif pendant toute la durée de l'entraînement. En fin de séance, l'engin sera désinfecté avant d'être rangé dans le local matériel du club. Le club mettra à disposition un désinfectant à cet usage.

e) Les athlètes devront transmettre à leur entraîneur respectif les jours où ils seront présents afin de pouvoir composer les groupes en veillant à garder les athlètes au sein du même groupe dans les limites du possible. A des fins de traçabilité, la composition de chaque groupe sera disponible sur le planning quotidien des entraînements.

3. Responsabilité de la mise en œuvre sur place

Dans la mesure du possible l'accès aux infrastructures sera réservé au Stade Lausanne Athlétisme pendant les plages horaires d'entraînements. Une signalétique sera mise en place par le Service des Sports afin de prévenir les usagers publics des restrictions d'accès.

Les entraîneurs pourront exclure de l'entraînement les athlètes qui ne respectent pas les mesures mises en place dans les concepts de sécurité en vigueur.

Chaque entraîneur devra informer ses athlètes de des mesures sanitaires et organisationnelles des concepts de sécurité.

La société soussignée s'engage vis-à-vis de l'exploitant de l'installation à veiller au respect du "Concept de protection Athlétisme" et des dispositions particulières qui y sont prévues pour cette installation d'athlétisme.

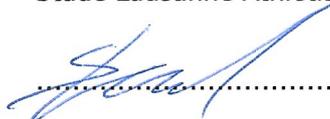
Lieu, date :

..... Lausanne, le 12.05.20

Société :

Stade Lausanne Athlétisme.....

Signature(s) :

..... 

Nom(s) :

Sylvain Rayroud, chef technique

Annexe



Garder ses distances

Gardez vos distances avec les autres personnes. Vous pouvez contracter le nouveau coronavirus lorsque votre distance avec une personne malade est de moins de deux mètres. En gardant vos distances, vous protégez les autres et vous-même.

Gardez vos distances lors des activités sportives tant en plein air que dans les salles de sport et d'entraînement: 10m² par personne ou 2m de distance.

Petits groupes de 5 personnes au maximum pour les activités sportives et les entraînements.

Garder ses distances dans les transports publics

Les transports publics sont primordiaux pour l'économie et de nombreuses personnes en dépendent pour se rendre au travail. L'offre de base est donc maintenue. Toutefois, lorsqu'ils sont très fréquentés, les transports publics ne permettent pas de garder une distance suffisante avec les autres usagers. Ils présentent donc un risque accru d'infection par le nouveau coronavirus.

- Évitez d'emprunter les transports publics.
- Recourez dans la mesure du possible à la mobilité douce (marche, vélo, vélo électrique) pour vous rendre au travail.
- Si vous devez néanmoins emprunter les transports publics, observez les règles d'hygiène et de conduite.



Se laver soigneusement les mains avant et après l'entraînement

Le lavage des mains joue un rôle clé en matière d'hygiène: il est donc important de se les laver régulièrement avec du savon pour se protéger. Séchez-vous les mains avec une serviette propre – si possible un essuie-mains en papier jetable ou un linge de tissu en rouleau (usage unique).

A quoi dois-je encore faire attention?

Il est préférable de ne pas porter de bagues. Si vous portez une bague: enlevez-la avant de vous laver les mains, nettoyez-la avec du savon et séchez-la bien.

Prenez soin de votre peau: une peau abîmée peut devenir un véritable nid à microbes. Utilisez au besoin une lotion hydratante pour soigner votre peau.



Ne pas se serrer la main

Selon ce que nous venons de toucher, nos mains ne sont pas propres. Des gouttelettes infectieuses provenant de la toux et des éternuements peuvent se trouver sur les mains. Ces gouttelettes peuvent atteindre la bouche, le nez ou les yeux si nous les touchons. Il est donc important d'éviter les poignées de main. Voici comment nous protéger d'une infection:

- ne pas se serrer la main; renoncer aux rituels sportifs comprenant des contacts;
- renoncer à se faire la bise;
- ne pas se toucher le nez, la bouche et les yeux.

Concepts de protection dans le sport associatif
après l'assouplissement des mesures

Spirit of Sport

signifie
maintenant ...

 2m
Respecter les **règles
 de distanciation**



Protéger particulièrement les
 groupes à risque

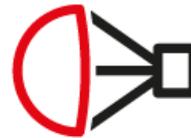

 **Eviter tout
 contactcorporel**



**Respecter les
 règles d'hygiène**
de l'OFSP



Renoncer (pour l'heure) aux
 compétitions



Minimiser les risques
dans tous les domaines


Réduire les **groupes
 d'entraînement**
(max. 5 pers.)



Concept de protection pour
la restauration dans le
 local du club



**Renoncer aux
 manifestations**
comme les fêtes et
les assemblées générales


Commencer par des
 activités extérieures



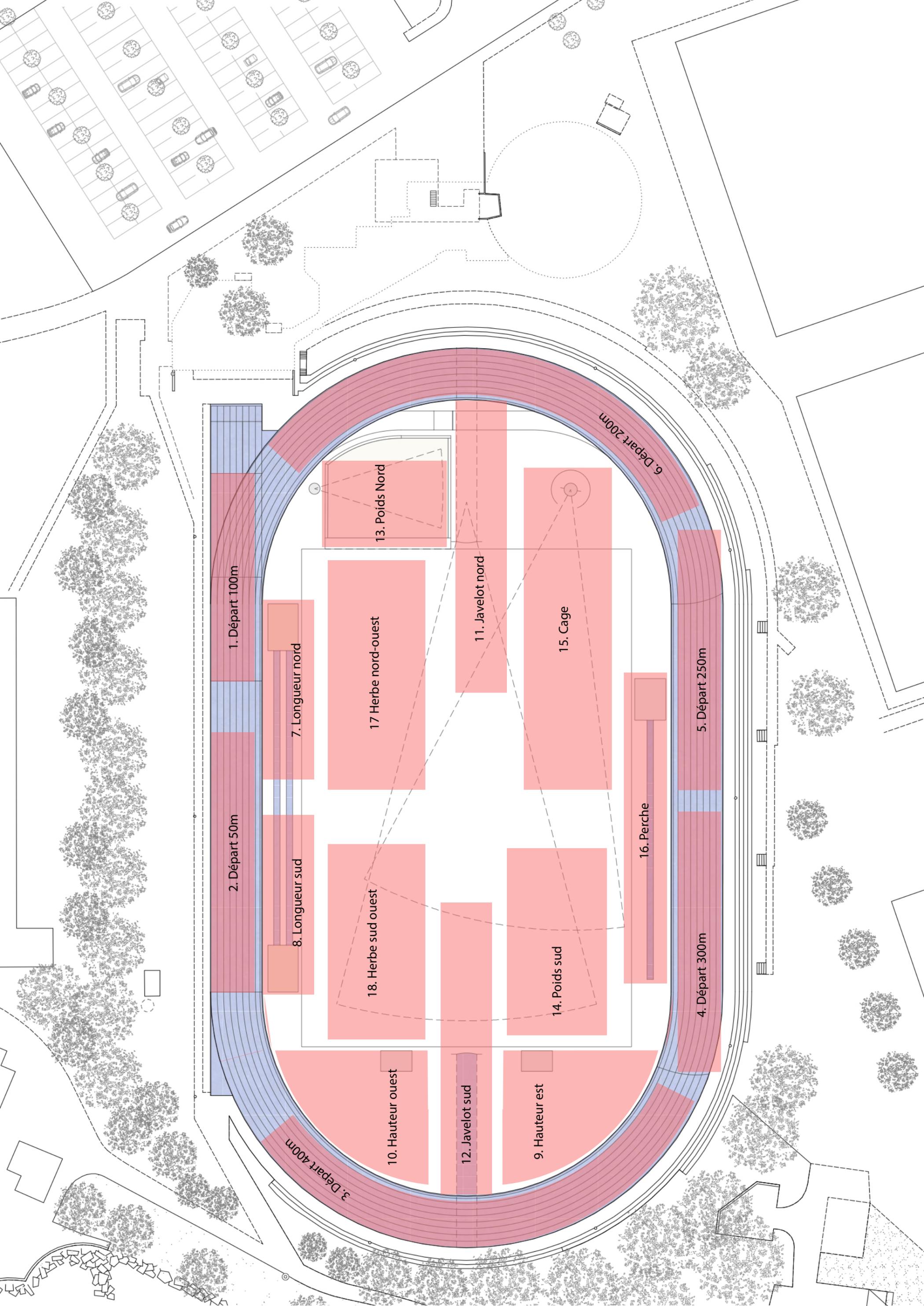
Se changer et se doucher
 à domicile



Renoncer provisoirement au
 covoiturage



**SWISS
 olympic**



1. Départ 100m

2. Départ 50m

3. Départ 400m

4. Départ 300m

5. Départ 250m

6. Départ 200m

7. Longueur nord

8. Longueur sud

17 Herbe nord-ouest

18. Herbe sud ouest

10. Hauteur ouest

12. Javelot sud

11. Javelot nord

9. Hauteur est

14. Poids sud

15. Cage

16. Perche

13. Poids Nord