



PLAN DE REPRISE D'ACTIVITE « COTENTIN NATATION »

Le Cotentin Natation reprendra ses activités à la piscine du Pôle de Proximité des Pieux, le Lundi 7 Septembre 2020 à la suite du COVID-19.

Le club va proposer un planning à ses adhérents en respectant le cadre imposé par le ministère des sports et des restrictions mises en place par la Communauté d'Agglomération du Cotentin au sein de sa structure « Piscine des Pieux ».

Ci-joint le planning des entraînements sur une semaine :

AVENIRS	Lundi	18h45-19h30	Loisirs + Compétiteurs
	Mercredi	13h00-14h30	Loisirs + Compétiteurs
	Vendredi	19h30-21h00	Compétiteurs
JEUNES 1	Lundi	18h45-19h30	Loisirs + Compétiteurs
	Mercredi	13h00-14h30	Loisirs + Compétiteurs
	Vendredi	19h30-21h00	Compétiteurs
JEUNES 2-3	Lundi	19h30-21h00	Loisirs + Compétiteurs
	Mercredi	13h00-14h30	Loisirs + Compétiteurs
	Vendredi	19h30-21h00	Compétiteurs
JUNIORS/SENIORS	Lundi	19h30-21h00	Loisirs + Compétiteurs
	Mercredi	13h00-14h30	Loisirs + Compétiteurs
	Vendredi	19h30-21h00	Compétiteurs
MASTERS	Lundi	19h30-21h00	Encadré
	Mardi	21h00-22h15	Encadré
	Mercredi	13h00-14h30	Autonomie
	Samedi	13h30-14h30	Autonomie
LES P'TIOTS DANS L'EAU	Samedi	13h30-14h30	
WATER POLO	Mercredi	20h00-22h00	

Dispositions avant la pratique pour les pratiquants :

-les pratiquants devront attendre à l'entrée de la piscine l'arrivée d'un entraîneur qui leur donnera l'aval d'accéder aux vestiaires, **pas d'accès par leur propre initiative, pas de stationnement dans l'entrée de la piscine.**

-le port du masque est obligatoire pour les pratiquants à partir de 11ans, dans l'enceinte de la piscine, de l'entrée de la piscine jusqu'au bord du bassin.

-du gel hydroalcoolique (à la charge du club) sera mis à disposition des pratiquants à l'entrée de la piscine afin qu'ils puissent se désinfecter les mains.

-les pratiquants auront pris leurs dispositions avant l'entraînements pour réduire leur temps dans les vestiaires.

-le passage (déshabillage) dans les vestiaires s'effectue dans le strict respect des règles de distanciation générale.

-les pratiquants devront prendre une douche savonnée avant de rentrer au bassin, **pas de douche en sortie de bassin** afin d'éviter les croisements et le non-respect des distanciations sociales. Les nageurs iront à la douche après l'échauffement à sec, ils iront par groupe de 5 nageurs à la fois.

-les nageurs devront venir avec leur propre matériel dans un filet (planche, pull, plaque, élastique, palmes) ainsi que leur propre gourde, les affaires personnelles resteront dans les vestiaires, rangées dans leur sac, espacé d'au moins un mètre.

Disposition pendant la pratique :

-les entraînements se dérouleront à huit clos, les parents des nageurs ne sont pas autorisés à accompagner ou attendre leurs enfants dans les vestiaires ou sur le bord du bassin, ils devront attendre à l'extérieur de l'établissement.

-aucun équipement ne doit être mutualisé.

-lors des échauffements à sec les nageurs doivent être à distance les uns des autres.

-concernant la natation dans les lignes, jusqu'à 9 nageurs par ligne peuvent évoluer simultanément de manière dynamique dans une ligne d'eau.

-lors des séries les départ des séries d'effectuent en décalé.

-lors des phases dites « statiques » (récupération, prise d'informations donné par l'encadrant) les nageurs doivent être espacés dans le bassin.

-à la fin de l'entraînement, les nageurs rangent leurs affaires personnelles, retournent aux vestiaires, **passage à la douche interdit.**

Port du masque :

A partir de 11 ans, le port du masque est obligatoire de l'entrée jusqu'au bord du bassin, il ne doit pas être enlevé.

Le masque sera enlevé une fois bord du bassin, il sera déposé dans une pochette en plastique avec le prénom du nageur dessus (à la charge du nageur). Une fois le masque enlevé, les distanciations seront de rigueur.

Le masque sera remis à la sortie de l'eau pour retourner aux vestiaires et le garder jusqu'à la sortie.

Les entraîneurs devront porter le masque lorsque les distanciations sociales ne peuvent pas être respectées.

INFORMATIONS PARENTS :

Les parents doivent s'assurer avant même que l'enfant parte pour l'entraînement, que sa température corporelle ne dépasse 37,8°C et qu'il ne présente pas de symptômes liés au COVID-19.

Si un cas de COVID est connu dans l'enceinte familiale merci d'en informer les entraîneurs le plus rapidement possible.

Chaque nageur s'engage dans l'activité à respecter les gestes barrières ainsi que les critères de distanciation sociale.

L'association et l'éducateur ne peuvent être tenus comme responsable en cas de contamination du COVID-19.

PROTOCOLE DESINFECTION SURFACES :

Après chaque entraînement :

-désinfection des échelles, étriers plots, mur, banc, et hall piscine (porte entrée, clenches vestiaires)

Le mercredi midi et samedi midi :

-désinfection douches, toilettes, vestiaires (blancs, porte manteau, clenches...)

-bassin

-hall entrée (portes)