

GUIDE DES CONSEILS SANITAIRES

DES ACTIVITES NAUTIQUES DE GLISSE ET D'EXTREME GLISSE

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

Ces documents produits par la FFVoile ou le Ministère des Sports apportent et donnent les règles de base de la pratique et du déconfinement. Ils sont à consulter :

- [Les informations Coronavirus](#) du Gouvernement
- [Décret 2020-545 du 11 mai 2020 précisant les mesures générales pour faire face à l'épidémie de COVID 19 dans le cadre de l'urgence sanitaire du Ministère des Sports](#)
- [Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives](#) du Ministère des Sports
- [Guide de recommandations sanitaires à la reprise sportive](#) du Ministère des Sports
- [Guide de recommandations des équipements sportifs, sites et espaces de pratique sportive](#) du Ministère des Sports

PREAMBULE

DANS LE CADRE DES ACTIVITÉS SPORTIVES INDIVIDUELLES DE GRAND AIR

L'ensemble du Kiteboard/Surf, l'ensemble du Windsurf et l'ensemble du Wingsurf sont des sports individuels se pratiquant dans un environnement naturel : l'océan, les plans d'eau intérieurs, les lacs. Tout pratiquant doit participer à la mise en œuvre des bonnes pratiques (tant sanitaires que sportives adaptées à la discipline) dans cette période d'activité limitée afin de préserver l'avenir de sa propre pratique. Chaque pratiquant doit être le promoteur d'un comportement exemplaire et adapté à la situation.

Chaque pratiquant doit s'assurer auprès des acteurs locaux qui s'investissent dans l'amélioration des conditions de pratiques parallèlement aux évolutions de la crise sanitaire des conditions d'accès à l'eau du lieu envisagé de pratique. Les pratiquants sont encouragés à se rapprocher des groupements locaux clubs, écoles organisant la pratique avec les collectivités pour participer à l'organisation collective.

Suite au confinement le manque d'entraînement, la perte d'automatisme et de capacité physique et par ailleurs l'absence de prise de risque préservant les services de soins, obligent chacun à pratiquer à un niveau en deçà de ses aspirations et projets de progression.

La reprise doit permettre de réviser ses fondamentaux, de repositionner l'ensemble des règles de bonnes conduite (ex : pas de saut à proximité des autres ou du rivage, pas de pratiques dans des conditions d'espace restreint ou de météo instable ou violente, contrôler et limiter sa vitesse à proximité des autres usagers ou du rivage, prendre en compte son état mental et physique qui doit présenter disponibilité, réactivité et efficacité face aux situations rencontrées). Chaque pratiquant doit redoubler d'attention.

Partager les zones et le temps quand cet espace est limité et ne peut accepter simultanément tout le monde. Limiter le temps, s'éloigner tout en restant en sécurité et dans les limites autorisées, se relayer, ne pas prendre tout l'espace par sa pratique, laisser l'entrée et la sortie de l'eau la plus libre possible. Partager le temps de navigation, particulièrement quand la fenêtre optimale est limitée (créneaux de vent, marée, horaire). Mieux vaut naviguer un peu et souvent que rarement !

L'accès à la plage doit être réservé aux activités sportives individuelles, limiter drastiquement l'encombrement dans les positions statiques ou inactives, ne pas rester sur la plage l'aile en l'air et dégager son matériel de la zone de posé-décollé pour libérer l'espace. Dégager l'espace de pratique et libérer les accès (parking compris) dès que la session est terminée.

Pratiquer localement pour ne pas véhiculer la contagion en dehors de sa zone.

Dans ce contexte, la Fédération Française de Voile, accompagnée de son réseau de structures affiliées et labellisées, soumet des préconisations sanitaires pour permettre une reprise d'activité, de l'ensemble de ses disciplines, en métropole et dans les DOM, de façon progressive et adaptable au contexte sanitaire et local.

Les cadres sportifs de la FFVoile et de nos clubs diplômés d'Etat, dans le cadre de leur mission de prévention sur la sécurisation de l'activité nautique, se feront les ambassadeurs des bonnes pratiques à tenir concernant la lutte contre le SARS-COV2 et sa maladie, Covid 19 d'une part, à travers un strict respect des gestes barrières et normes sanitaires, d'autre part, en cas de nécessité, par le rappel de ces mêmes gestes barrières au public.

En complément des interactions limitées entre pratiquants, dans le contexte du Covid 19, les clubs et écoles prendront des mesures exceptionnelles en accord avec toutes les recommandations officielles afin de mettre tout en œuvre pour préserver l'intégrité physique de leurs licenciés et personnels.

SANTÉ

La pratique du Kiteboard/surf, du Windsurf, du Wingsurf a des vertus avérées sur la santé. L'espace maritime et aquatique permet de respecter naturellement la distanciation pour la pratique de l'activité. Pour des raisons de sécurité un espace de plus de 2 mètres entre les pratiquants fait partie de la culture et des recommandations déjà habituellement appliquées.

De plus, avant toute sortie, il convient de s'auto-évaluer pour mesurer ses propres risques et sa contagiosité vis-à-vis des autres.

Pour ce faire, la FFVoile a publié un tableau d'auto-évaluation [accessible ici](#).

CHARTE DE BONNES PRATIQUES

Responsabilité, lucidité, solidarité et sécurité

PRATIQUES CONCERNEES

- Kiteboard (toutes disciplines)
- Wingsurf (toutes disciplines)
- Windsurf (toutes disciplines)

TERRAINS DE PRATIQUE

- Plans d'eau intérieurs
- Lacs
- Mer

Les espaces littoraux et les façades maritimes sont libres d'accès, la pratique est également libre d'accès pour tous, et la fédération œuvre pour préserver ces libertés.

Dans le cadre particulier de la pandémie SARS-COV2-COVID 19, les Commissions Glisse et Kiteboard de la FFVoile préconisent, dans le cadre des activités autorisées, des autorisations / dérogations des autorités compétentes d'accès à l'eau et aux sites de pratiques, des mesures de sécurité sanitaires adaptées à notre pratique.

Pour toutes ces recommandations, la **Fédération Française de Voile** rappelle qu'il est préférable, en dehors de la phase d'activité spécifique sportive, de porter un masque et de respecter les mesures barrières et de distanciation physique.

15 PRINCIPES FONDAMENTAUX DE BONNE PRATIQUE

Ces principes concernent les activités sportives de loisir de grand air, pouvant se pratiquer hors structures et en autonomie, avec du matériel dont le sportif est propriétaire.

1er principe : La plage, les plans d'eau intérieurs, les lacs, doivent être considérés comme un équipement sportif.

- Toute activité se passe dans l'eau et son abord immédiat.
- Respect des règles de distanciation entre pratiquants (2 mètres minimum), notamment renforcées par des règles de pratique du kiteboard et de PAV

2ème principe : Le concept de « plage dynamique » : la plage, doit être uniquement un lieu de passage pour accéder à l'eau.

- Pas de stationnement durable sur le lieu de pratique sans être « dynamique ».
- Pas de regroupement. Pas de contact avec des équipements partagés comme les pompes, les outils. Pas de prêts de matériels.
- Vestiaire et mise en place des équipements de protection à réaliser rapidement et préférentiellement sur le parking plutôt que dans les vestiaires d'une structure. Cela concerne également les 2 roues et les parkings dédiés où l'écartement recommandé est de 1 véhicule sur deux.
- Accès à l'eau par un chemin si possible différent du retour pour éviter tout croisement. En cas d'impossibilité de respect de la distanciation, même temporairement, le port du masque est vivement recommandé pour se protéger ainsi que les autres.

3ème principe : Une activité physique et/ou sportive « de proximité » étant préconisée, le pratiquant doit privilégier celle-ci près de chez lui dans un rayon de 100 km dans le respect des recommandations gouvernementales.

- Reprise de l'activité dans des conditions accessibles suivant son propre niveau de confort, et pour des personnes en bonne condition physique.
- Techniques de navigation et de sécurité adaptées

4ème principe : Le pratiquant a bien compris que s'il se sent malade (T° corporelle $> 37.8^{\circ}\text{C}$), il doit s'isoler, mettre un masque, se désinfecter les mains, prévenir son entourage immédiat qu'il a côtoyé depuis 3 jours, aller consulter un médecin au plus vite et arrêter toute pratique sportive.

5ème principe : Le pratiquant respecte l'environnement en utilisant les accès balisés et la signalisation du site.

6ème principe : La nature ayant repris ses droits depuis le confinement, le pratiquant respecte la biodiversité et porte attention le cas échéant aux nidifications des oiseaux. Il n'oublie pas ses déchets.

7ème principe : Le pratiquant a pris note de ne pas covoyer quelqu'un qui ne fait pas partie de son foyer.

8ème principe : le pratiquant s'engage à appliquer les gestes barrières avant et après la session :

- Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou les désinfecter au gel hydro-alcoolique avant (pour éviter de transmettre) et après (pour éviter de s'infecter) tout contact à risque de contamination,
- Tousser ou éternuer dans son coude et utiliser un mouchoir à usage unique qui sera jeté dans une poubelle ou gardé dans ses affaires,
- Saluer sans contact,
- Ne pas traîner sur la plage, rester à une distance minimale de 1 mètre de toute personne (à adapter en fonction du vent) et être particulièrement vigilant si cette personne est sous le vent en se déportant au besoin.

9ème principe : En arrivant et si cela est nécessaire, le pratiquant s'engage à adapter son temps de navigation afin de partager l'espace et le temps si cela est demandé localement.

10ème principe : Le pratiquant s'engage à gréer dans la zone prédéfinie en s'assurant de respecter la distance nécessaire pour que deux pratiquants voisins restent éloignés au minimum de la distanciation définie par les recommandations. Pour le kite, il s'agit d'une 1 longueur de lignes + une distance suffisante entre chaque aile au sol (2x1,5).

11ème principe : Le Pratiquant doit utiliser son propre matériel y compris celui nécessité par la réglementation.

12ème principe : Pour décoller et atterrir une aile de kite, le pratiquant sollicite un autre pratiquant ou un référent sécurité en lui faisant signe à distanciation suffisante selon les codes et gestes de navigation applicables à la discipline. Pour les autres disciplines de glisse, le pratiquant attend la possibilité de démarrer l'activité en suivant éventuellement les indications d'un référent sécurité.

13ème principe : Le pratiquant reste dans sa zone de confort avec une attitude responsable, non accidentogène, en respectant les priorités et les distances de sécurité suffisantes vis à vis des autres pratiquants (au vent/sous le vent). Cette navigation est destinée à une reprise d'activité physique et des réflexes après une longue période d'arrêt. Les recommandations ministérielles évoquent 6 semaines à demi-effort.

14ème principe : En fin de session et après avoir posé son aile, le pratiquant dégrée immédiatement (pour le kite, enroule immédiatement les lignes) et s'éloigne vers le parking pour libérer la zone.

15ème principe : De retour au parking, le pratiquant s'engage à se changer, ranger son matériel et quitter la zone sans délai.