



## Conseils a la reprise des compétitions Ensemble restons prudent

### Accueil :

- Prévoir sur la table du gel hydro alcoolique.
- faire des files de remise dossards pour les différentes catégories.
- faire un marquage au sol pour la distanciation pour chaque file avec un sens de circulation.
- Dans un lieu fermer pas plus de 10 coureurs en même temps.

### Affichage :

- la liste des partants qui sont engagés afin d'éviter la recherche du dossard ou plaque.
- le port du masque obligatoire.

### Remise dossard ou plaque :

- La vérification des licences doit se faire avec des gants.
- la distribution des dossards ou plaques : privilégier une remise en extérieur.
- rallonger le temps de remise. De 1 heure passer a 2 heures (a bien préciser dans la déclaration).

### Matériel :

Privilégier des dossards ou plaques de cadre unique pour chaque coureur du comité ou venant régulièrement sur vos épreuves jusqu'à la fin de saison afin d'éviter toute manipulation.  
Pour les extérieurs les dossards ou plaques devront être désinfectées.

### Retour des dossards ou plaques :

Prévoir une boîte émétique et un endroit pour le retour. C'est le coureur qui dépose son dossard ou plaque. Les laisser 24 a 48 heures, puis les désinfecter.

### **Les vestiaires et douches sont proscris.**

### Remise de prix ou lots :

La remise des la coupes et bouquets doivent se faire toute suite à l'arrivée.  
Pour la reprise des épreuves et jusqu'à la fin de saison de celles-ci, éviter de remettre des lots.  
Si lot il y a, faire comme pour la distribution des dossards ou plaques un sens de circulation.

### Réception :

Pour éviter tout rassemblement, elle est fortement déconseillée.

Classement :

Pas plus de 10 personnes et respecter la distanciation, port du masque obligatoire.

Local control dopage :

Dans la salle d'attente en plus du matériel habituel, mettre a disposition des coureurs :

- du gel hydro alcoolique,
- espacer les chaises d'un mètre ou sur les bancs faire un marquage espacer d'un mètre pour chaque coureur
- faire un sens de circulation
- disposer une bouteille d'eau a chaque emplacement. Ne pas oublier de désinfecter toutes les bouteilles d'eau.

Dans la salle d'entretien avec le médecin prévoir aussi du gel hydro alcoolique.

Epreuve :

- Seul les contres la montre individuelle est autorisée.
- les montées chronométrées.
- Départ : privilégier des départs toute les deux minutes voir toutes les trois minutes si possible afin de limiter le rattrapage du coureur précédent.
- Zone d'attente prévoir un marquage au sol.
- Pas de barrière pour que le coureur se tienne.
- Tout ravitaillement est interdit

### **Gestes barrières à appliquer**

A l'arrêt, je reste à 1,5 mètres de toutes autres personnes

Pas de regroupement supérieur à 10 cyclistes, dans le respect des règles de distanciation

Je salue les autres cyclistes sans se serrer la main, sans embrassades

Avant et après ma pratique cycliste, je porte un masque si je suis dans un lieu fréquenté par du public

Je nettoie mes mains et mon matériel avant et après mon activité

En rentrant chez moi après l'épreuve, je me douche systématique et intégralement

**Dans vos déclaration et publication d'épreuve privilégier les engagements à l'avance, et éviter les engagements sur place.**

J.Woiffard