



Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives FSGT montagne escalade à l'attention des responsables de club.

Mises à jour (MAJ):

mercredi 2 septembre

Pour toutes questions ou suggestions venant des clubs d'Île de France :

copil.idf@listes.montagne.fsgt.org

Pour toutes questions ou suggestions venant des clubs hors d'Île de France :

commission-federale@listes.montagne.fsgt.org

Ce guide est susceptible d'être mis à jour en fonction de l'évolution des règles sanitaires en vigueur. Il a été écrit avec les documents de référence datés et également susceptible d'évoluer.

Sommaire

Proposition de conseils, retours d'expériences et recommandations fédérales.....	2
Des questions ?.....	6
Que préconiser en cas de prêt du matériel collectif ?.....	6
Magnésie avec parcimonie, liquide, aucune ?.....	7
Nombre de grimpeurs autorisés lors des séances ?.....	8
Comment gérer l'afflux de grimpeurs et le bon respect des consignes sanitaires ?	8
Les documents officiels de référence.....	9

Proposition de conseils, retours d'expériences et recommandations fédérales

Ce document est un document de travail. Il est amené à évoluer régulièrement.

Ce document a été écrit grâce à la contribution de trois clubs d'escalade (Roc 14, Cimes 19 et l'Usi) et l'avis de plusieurs grimpeurs FSGT. Il s'appuie aussi sur plusieurs documents officiels de la FSGT, de la FFME, de l'État, du ministère chargé des sports, des fabricants.

Il a pour but de rassembler les réflexions des clubs pour préparer au mieux l'ouverture de la saison sportive 2020-2021, de les synthétiser pour que le réseau FSGT puisse s'en saisir et les adapter en fonction des spécificités locales.

Il n'a pas pour but d'être diffusé directement à tous les adhérents, car il est trop long, trop complet, chaque club devra faire son propre protocole Covid 19, en fonction de ses particularités de terrain et de ses objectifs associatif.

L'application de ces conseils/recommandations a pour finalité de réduire le plus possible la propagation du virus Covid-19 tout en garantissant une pratique sportive. Les clubs devront en interne mettre en place une réflexion en fonction de leurs contraintes et de leur objectif associatif pour trouver un compromis entre la réduction de la propagation du virus et le maintien d'une pratique sportive. Les solutions ne seront jamais parfaites puisque faites de compromis.

Le but idéal est que le virus ne rentre pas dans le gymnase, ou à défaut, ne se diffuse pas dans le gymnase, et éventuellement si cela arrive, d'agir en conséquence.

- **Comportement individuel :**
 - Le grimpeur devra respecter les gestes barrières et mesures de distanciations :
 - Se laver très régulièrement les mains
 - Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter
- Éviter de se toucher le visage
- Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades
- En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut être respectée
- Dans notre pratique sportive, se laver régulièrement les mains, si possible avant et après chaque utilisation d'un nouveau matériel ou entre chaque voie grimpée, avec si possible de l'eau et du savon ou à défaut du gel hydroalcoolique de bonne qualité.
- Le port du masque est obligatoire à partir de 11 ans dans les lieux publics clos, les gymnases en font parties.
- Il n'est pas possible d'inviter des personnes extérieures au club.
- **Circulation dans le gymnase :**
 - Se laver les mains en entrant et sortant du gymnase.
 - Les vestiaires seront généralement fermés, s'adapter en conséquence (arriver déjà habillé en tenu de sport, éviter les regroupement et la proximité des affaires).
 - Respecter ou mettre en place les éventuels sens de circulation dans les gymnases.
 - Dans la zone de pratique, identifier les éventuelles zones "étroites" pour y mettre en place des règles simples pour garantir un minimum de distanciation physique (nombre de personne maxi dans local de l'association, sur un banc, etc...) surtout si le masque est difficile à porter comme par exemple quand on se change.
 - Mettre à disposition du gel hydroalcoolique aux adhérents si ce n'est pas fait par le gymnase, et si l'adhérent a oublié le sien, et si se laver les mains à l'eau savonneuse est compliqué.
- **Lors de la pratique de l'escalade :**
 - Le port du masque n'est pas obligatoire pendant le temps de la pratique sportive même si les règles de distanciation ne peuvent être appliqués.
 - Le port du masque est conseillé pour l'assureur s'il ne peut respecter les règles de distanciation physique (surface de 4m², distance de 2m pour les pratiques sportives dynamiques, distance en latéral de 1,5m).
 - Le grimpeur doit avoir un masque à portée de main pour le remettre quand il a fini son activité sportive. Lors d'une activité physique de faible intensité (échauffement, entraînement physique en continuité, etc...) le port du masque

est conseillé mais reste incompatible avec une activité physique de forte intensité.

- La grimpe à tête est préférable car elle permet d'affecter une corde à une cordée au cours d'une séance, à la différence de la grimpe en moulinette (corde en place) où la corde sera utilisée par plusieurs personnes.
- Éviter de prêter ou d'échanger du matériel au cours de la séance.
- Laisser, dans la mesure du possible, un espace d'une ligne de grimpe entre chaque cordée. Pour réduire le risque il peut être envisagé de n'utiliser que les voies paires et impaires de manière alternative au cours de deux séances consécutives ou deux soirées consécutives. Sinon le grimpeur et l'assureur devront porter obligatoirement leur masque.
- Ne pas circuler ou grimper pieds nus et torse nu.
- Ne pas mettre la corde entre les dents avant de clipper, pour ne transmettre le virus (ou perdre une dent en cas de chute).
- Préférer la magnésie liquide plutôt que la magnésie en poudre, et dans tous les cas en limiter l'usage.
- **Chez soi :**
 - Si je suis fatigué, si je tousse, je renonce à ma séance d'escalade sans toutefois me couper de mon cercle d'amis-grimpeurs. Je vais éventuellement voir un médecin, je me fais tester. J'informe le bureau de mon club en cas de maladie si je suis allé grimper sur la SAE les jours précédents.
 - Se renseigner sur les conditions d'accès de la SAE.
 - Utiliser une tenue de sport propre.
 - Laver ses affaires de sports après chaque séance.
- **Matériel**
 - Privilégier le matériel personnel s'il est adapté à la SAE.
 - Pour les nouveaux adhérents, inciter à l'achat de matos perso et/ou envisager un prêt de longue durée à gérer au cas par cas.
 - Se nettoyer les mains à l'entrée du gymnase, régulièrement pendant sa pratique, voire avant et après chaque ascension dans une nouvelle ligne, ou l'utilisation d'un nouveau matériel permet d'éviter de contaminer le matériel collectif.
 - Le matériel collectif du club doit être nettoyé régulièrement avant et après chaque utilisation par une cordée différente. Attention les textiles (corde, baudrier, sangle de dégaine) sont plus complexes à désinfecter. Le nettoyage et la désinfection du matériel devront être réalisés selon les préconisations des fabricants (liens en bas).
 - Une autre solution, plus efficace mais lourde de conséquence en terme de disponibilité de matériel, est la mise en quarantaine. Elle n'est plus préconisée

mais peut être adaptée à certains petits clubs. Une période d'isolement de 72h est recommandée par les fabricants avant réutilisation du matériel. Cette solution est plus adaptée si on ne peut garantir le nettoyage régulier des mains des pratiquants. La mise en place de bacs dédiés identifiés permet de les affecter à d'autres séances dans la semaine.

- Ces solutions peuvent être mixées avec pertinence suivant les types de matériels.
- Pas d'échange de matériel ou d'objet entre pratiquants pendant la séance sinon une désinfection préalable est nécessaire.
- **Cordes et dégaines à demeure (et prises) :**
 - Offre le désavantage que ce matériel soit touché par plein de grimpeurs et d'assureurs.
 - Veiller au respect du nettoyage des mains avant et après l'escalade pour ne pas contaminer le matériel en place.
- **Dégaines (et cordes) amovibles :**
 - Permet de limiter la circulation du matériel dans une séance de grimpe d'une cordée.
- **Grimper chez les voisins :**
 - Le principe de la grimpe chez les voisins n'est pas remis en cause.
 - Il est possible que certains clubs suspendent cette initiative pour privilégier leurs adhérents en cette période de pratique limitées.
 - Les grimpeurs invités devront se renseigner sur les recommandations spécifiques mise en place dans le club où il va grimper.
- **Vie associative :**
 - La gestion de l'affluence est primordiale, Il est conseillé de mettre en place une préinscription ou une liste à remplir sur place pour ne pas se faire déborder et pour avoir un suivi en cas d'infection.
 - Des référents de séances faciliteront la mise en place des recommandations.
 - L'animation en SAE de séances encadrées est possible si elle respecte les recommandations précédentes.
 - Les réunions de bureaux sont possible en présentiel si elles respectent les gestes barrières et mesures de distanciation physique, mais il est conseillé de les limiter en utilisant les mails, le téléphone ou les téléconférences pour réduire le risque.
 - Les formations (dans les clubs et fédérales) sont aussi possible si elles respectent les recommandations précédentes.

- Les sorties en extérieur peuvent s'organiser et le prêt de matériel peut être prêté si les recommandations précédentes sont respectées : [Pratique des activités en sites naturels en zone verte](#).
- **Cas suspect et/ou avéré de Covid d'un adhérent dans la salle ou lors d'une sortie :**
 - Le club informe les adhérents qu'un cas de Covid a été détecté et diffuse les dates et les heures où la personne infectée est passée au mur.
- **Gestion de l'afflux de grimpeurs et le bon respect des consignes sanitaires :**
 - Prévoir la mise en place de référents Covid. Si les référents Covid ne sont pas présents, il peut être demandé au premier arrivé d'être le référent Covid.
 - Prévoir des inscriptions au préalable par internet. Sinon prévoir un cahier de présence (nom et contact) à l'entrée du gymnase pour limiter le nombre d'adhérents et gérer ultérieurement les cas de Covid.
 - Il faut définir le nombre maxi d'adhérents au pied du mur en rapport au nombre de ligne de grimpe (20 lignes → 20 grimpeurs soit dix cordées) si vous choisissez de laisser libre une ligne sur deux.
 - Vous pouvez éventuellement augmenter le nombre si le gymnase est assez grand en donnant pour consigne que certaines cordées soient en attente à l'écart du mur. Attention tenir compte de la présence des autres activités sportives.
 - Il est possible d'avoir autant de cordées que de ligne de grimpe si vous avez l'assurance que chaque adhérent porte un masque et se lave les mains très régulièrement. mais là on surfe sur les limites...
 - Certaines mairies peuvent vous imposer un nombre précis, mais vous pouvez toujours argumenter en vous aidant de ce document.

Des questions ?

Que préconiser en cas de prêt du matériel collectif ?

Les recommandations du ministère chargé des sports

[GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES](#)

Édition du 15 juin 2020

(Montagne-Escalade page 75)

- L'utilisation de matériels personnels est privilégiée, à défaut, le matériel commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation;

- "Le nettoyage et la désinfection du matériel devront être réalisés selon les préconisations des fabricants. Si la désinfection se fait par mise en quarantaine, une période d'isolement de 72 heures est recommandée avant réutilisation du matériel."

Les recommandations des fabricants.

mai 2020

<https://www.beal-planet.com/recommandations-pour-desinfecter-les-epi-textiles-beal/>

<https://www.petzl.com/FR/fr/Sport/Actu/2020-5-29/Recommandations-pour-desinfecter-vos-EPI>

Les consignes de la FFME

https://www.ffme.fr/wp-content/uploads/2020/07/organiser_la_reprise_des_activites_escalade_en_zone_verte.pdf

Extraits en date du 26/08/2020

4.2.6 Prêt du matériel et utilisation du matériel collectif

L'utilisation par les pratiquants de leur propre équipement et matériel de pratique est à privilégier.

Le prêt de matériel est possible sous réserve d'un protocole simple:

- Nettoyage des mains avant le prêt et au retour du prêt;
- Mise en place d'un protocole d'hygiène:
 - Nettoyage des freins par des lingettes ou via une solution préconisée par le fabricant
 - Pour les matériels textiles, harnais, cordes: appliquer les solutions préconisées par les fabricants

Utilisation de matériel collectif:

Pour les cordes installées en moulinette et dégaines en place, veillez au strict respect du nettoyage des mains avant et après l'escalade.

Exemple de Cimes 19 (et roc14)

les cordes et dégaines sont utilisées par tous les clubs ayant des créneaux au gymnase Ladoumègue, soit tous les jours. Il est donc impossible de les nettoyer et/ou de les mettre en quarantaine. Il est recommandé un lavage des mains ou solution hydroalcoolique avant la première voie. Il est de la responsabilité de chacun de se laver les mains après chaque voie grimée.

Astuce de l'USI

Installer des bacs mis de côté durant 72 heures pour recevoir le matériel de chaque créneau (les cordes et tout autre matériel). Le référent du créneau est en charge du bon fonctionnement

Magnésie avec parcimonie, liquide, aucune ?

[Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives - Post-confinement lié à l'épidémie de Covid-19 - Édition du 15 juin 2020 \(Gymnastique page 59\)](#)

Pour les gymnastes utilisant de la magnésie, l'utilisation du SHA durant l'entraînement est non recommandée car inefficace (privilégier le lavage au savon). En extérieur, un lavage des mains avec une solution hydro-alcoolique pourra être proposée avant et après l'entraînement.

Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives - Post-confinement lié à l'épidémie de Covid-19 - Édition du 15 juin 2020 (Montagne-Escalade page 75)

- *La magnésie utilisée est la magnésie liquide contenant de l'alcool.*

Exemple de Cimes 19

Seule la magnésie liquide est autorisée

Sur les risques d'utilisation de la magnésie :

- <https://lafabriqueverticale.com/fr/magnésie-nocivite-sante/>
- <https://www.scoop.it/topic/prevention-du-risque-chimique-by-prc-cnrs/p/4111518576/2019/10/16/centre-d-escalade-la-magnésie-source-d-irritations>
- <http://www.rst-sante-travail.fr/rst/dms/dmt/ArticleDMT/QuestionsReponses/TI-RST-QR-140/qr140.pdf>

Nombre de grimpeurs autorisés lors des séances ?

Nombre de cordées à prévoir : nombre de lignes divisé par deux. Plus le nombre est important moins la règle une ligne sur deux est respectée (sauf si règles strictes)

Exemple de Roc 14

Il y a 44 lignes, Il a été défini une jauge à 30 grimpeurs pour une reprise très tranquille le 22 juin. Accord de la mairie pour une jauge de 40 grimpeurs. Les préconisations sont de laisser une ligne entre chaque grimpeur Roc 14 préfère rester sous la moitié pour ne pas saturer le mur et laisser une certaine liberté de choisir ses lignes de grimpe.

Comment gérer l'afflux de grimpeurs et le bon respect des consignes sanitaires ?

Quelques suggestions :

- Prévoir des inscriptions au préalable
- prévoir la mise en place de référents Covid...
- Si les référents Covid ne sont pas présents, il peut être demandé au premier arrivé d'être le référent Covid
- Prévoir un cahier des présents : nom et contact pour un suivi en cas de Covid...

Les documents officiels de référence

FSGT (<https://www.fsgt.org/>)

[Document de reprise des activités et de la formation FSGT](#)

le 08 juin 2020 MAJ au 31 août 2020

[Crise Covid-19 - Reprise de l'activité physique et sportive](#)

Communiqué du 26 août 2020 MiAJ au 31 août 2020

FSGT Montagne-Escalade (escalade.fsgt.org)

[Reprise des activités de montagne et d'escalade](#)

Communiqué du 11 mai 2020, mis à jour le 9 juin 2020

Ministère des Sports.

Les guides pratiques post-confinement liés à la reprise des activités physiques et sportives

[GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES](#)

Édition du 15 juin 2020

Extraits :

Les mesures barrières doivent être maintenues (page 7)

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique;
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc...);
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette,...) doit être proscrit;
- L'utilisation de matériels personnels est privilégiée, à défaut, le matériel commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation;
- Le port du masque n'est pas compatible avec la pratique sportive. Il peut se justifier dans certaines situations (préparation de l'activité notamment) où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

MONTAGNE ET ESCALADE (page 74)

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA MONTAGNE ET DE L'ESCALADE

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans la « fiche de recommandations générales » figurant en introduction de ce guide. Ces deux fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

A noter! Les recommandations de ce guide ont été mises-à-jour le 15 juin 2020. Dans sa circulaire d'instruction datée du 23 juin 2020 (lire ci-avant), le ministère chargé des sports donne délégation à aux fédérations délégataires de compléter les recommandations.

Les recommandations de la FFME diffèrent sur certains points de celles définies par le guide du ministère daté du 23 juin 2020.

[GUIDE DES SPORTS À REPRISE DIFFÉRÉE](#)

Édition au 08 juin 2020

Extraits :

Les règles de distanciation physique

Il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact au-delà de 1 m:

- 10 m pour la pratique du vélo et de la course à pied (côte à côte ou devant/derrière)
- 5 m pour la marche rapide (côte à côte ou devant/derrière)
- 1,5 m en latéral entre deux personnes
- pour les autres activités ne nécessitant pas de déplacement, prévoir un espace de 4 m² minimum pour chaque pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique

GUIDE DE RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA REPRISE SPORTIVE

Édition *au 03 juin 2020*

Le Haut Conseil de la Santé Publique
Coronavirus SARS-CoV-2 : recommandations relatives à la reprise de l'activité physique et sportive

FFME

Les recommandations de la FFME diffèrent sur certains points de celles définies par le guide du ministère daté du 23 juin 2020.

Le document rédigé par la FFME :

[Organiser la reprise des activités escalade en zone verte](#)

Journal Officiel

[Décret n° 2020-1035 du 13 août 2020 modifiant le décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a été prorogé](#)

JORF n°0199 du 14 août 2020

[Décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a été prorogé](#)

JORF n°0170 du 11 juillet 2020

Ministère chargé des sports (<https://www.sports.gouv.fr/>)

[EnVie de Sport - Campagne de communication de reprise du sport](#)

en date du 28 août 2020
