

FLNS
Luxembourg



Fédération Luxembourgeoise
de Natation et de Sauvetage

3, route d'Arlon — L-8009 Strassen

☎ (+352) 43.50.89 — 📠 (+352) 42.91.14 — ✉ flns@flns.lu

LU  **EMBOURG**
LET'S MAKE IT HAPPEN

Le chemin des piscines à l'heure du déconfinement

par la FLNS et ses clubs affiliés

12 mai 2020

Table des matières

<u>1</u>	<u>PREAMBULE</u>	<u>3</u>
<u>2</u>	<u>INTRODUCTION</u>	<u>3</u>
<u>3</u>	<u>OBJECTIF</u>	<u>3</u>
3.1	Les entraînements	3
3.2	Écoles de natation	3
3.3	Réouverture des piscines	3
<u>4</u>	<u>ANALYSE DES RISQUES</u>	<u>4</u>
4.1	Les sports aquatiques	4
4.2	Références externes	4
4.3	Commission FLNS	4
<u>5</u>	<u>COSL, LHIPS, SPORTLYCEE.</u>	<u>4</u>
<u>6</u>	<u>ASPECTS FINANCIERS</u>	<u>4</u>
6.1	Les cotisations	5
6.2	Subsides Qualité Plus	5
6.3	Emploi	5
<u>7</u>	<u>PROTOCOLE GENERAL</u>	<u>5</u>
7.1	Formulaire de Respect	5
7.2	Recommandations d'hygiène	5
7.2.1	Les trajets	5
7.2.2	L'accueil dans les infrastructures sportives	5
7.3	Responsabilités	6
7.3.1	FLNS	6
7.3.2	Infrastructure sportive	6
7.3.3	L'organisateur des activités	6
7.3.4	L'encadrement	6
7.4	Phasage des activités	6
7.4.1	Phase I	6
7.4.2	Phase II	7
7.4.3	Phase III	7
7.4.4	Phase IV	7
7.5	Les zones au sein de l'infrastructure	7
7.5.1	Accueil	7
7.5.2	Vestiaires, douches, sanitaires	8
7.5.3	Bassin	8
7.6	Entraînement	8
7.6.1	Matériel des nageurs	8
7.6.2	Accès au bassin	9
7.6.3	Natation	9
7.6.4	Natation synchronisée	10
7.6.5	Water-polo	10
7.6.6	Plongeon	11
7.6.7	Activités en piscine en plein air	11
7.6.8	Préparation physique en extérieur	11

1 Préambule

Ce document a été pensé et rédigé par la FLNS en collaboration avec ses clubs. Il servira de base pour retrouver le chemin des piscines en toute sécurité. Notre démarche reprend le respect des règles d'hygiène et de santé publique émises par le gouvernement, ainsi que l'application de celles-ci au monde des sports aquatiques. En outre ce document adresse aussi la responsabilisation des différents acteurs sur le terrain. Nous nous sommes aussi penchés sur les aspects opérationnels auxquels nos clubs devront faire face. Tous ces éléments permettront une remise à l'eau rapide et en différentes phases. Il est important de noter que nous nous inspirons des recommandations que d'autres pays ont élaborées et que nous considérons certains aspects sanitaires spécifiques au sport aquatique.

2 Introduction

Nous voulons rappeler comment les sports aquatiques et principalement la natation sont organisés dans nos clubs. La base de la pyramide est constituée par les tous petits, c.à.d. les écoles de natation. Celles-ci constituent le vivier pour les futurs nageurs. Nous estimons que 25% des enfants des écoles de natation se développent en nageurs de compétition. L'intensité, la fréquence et la diversité des entraînements augmentent suivant les différentes catégories d'âges. Fort de tous ces paramètres, nous apportons les éclairages nécessaires pour la reprise de notre sport.

3 Objectif

L'objectif principal est de remettre tous les nageurs, petits et grands, à l'eau afin de reprendre et de garantir les activités de nos clubs. Ceci constitue l'enjeu : la survie des clubs.

3.1 Les entraînements

Nous devons créer les conditions nécessaires pour que les entraînements puissent reprendre au plus vite. Ceci est un point essentiel sinon la base de la pyramide s'effondre et les enfants se dirigeront vers d'autres activités sportives, même si leur premier choix est un sport aquatique. On l'aura compris, la base financière des clubs est directement liée et impactée par la possibilité d'organiser ces entraînements.

3.2 Écoles de natation

La FLNS, avec le concours de ses clubs, a déployé une méthodologie d'apprentissage de la natation basée sur un développement de la fédération helvétique et l'université de Zurich. La FLNS a activement pris part au développement du programme de la LEN "Learn to swim, Prevent drowning", qui a été présenté aux instances européennes en 2019. Aujourd'hui, à travers l'Europe, 27.000 enfants meurent chaque année de noyade. Malheureusement, le Luxembourg n'est pas épargné et doit aussi déplorer des victimes. La remise en route des écoles de natation constitue un rempart à ces tragédies. Dans la situation que nous connaissons actuellement, beaucoup de familles luxembourgeoises passeront leurs vacances dans notre pays. Ils passeront leur temps au "Stausee", à la Sûre, à l'Our, Baggerweieren, etc. Cependant la surveillance en ces lieux est souvent inexistante ou loin du niveau que nous pouvons offrir dans nos piscines.

La contribution de nos écoles de natation est indéniable dans cette bataille contre la noyade.

3.3 Réouverture des piscines

Tous les objectifs que nous nous donnons n'ont aucune valeur si la réouverture prochaine des piscines n'a pas lieu. Cette crise engendre une situation particulière pour l'utilisation des piscines. En effet, le sport aquatique dans les écoles n'est actuellement pas possible. Les élèves vont en classe une semaine sur deux. Ceci ouvre une perspective à considérer impérativement pour nos activités de clubs. Les plages horaires qui se présentent, sont multiples et pourront être utilisées et organisées comme expliqué plus loin dans ce document. Nous comptons sur le support et l'engagement des pouvoirs locaux : communes, directions d'écoles, administrations. Une décision favorable du Ministère des Sports sera écoutée à ces différents niveaux.

La réouverture des piscines, pour nos clubs, devrait avoir lieu après les vacances de la **Pentecôte, le 8 juin 2020**. Les préparatifs nécessaires et l'organisation des tranches d'entraînement seront effectués. Nous pouvons alors accueillir nos nageurs dans les conditions des protocoles en vigueur.

4 Analyse des risques

4.1 Les sports aquatiques

Nos activités sont à considérer comme d'autres sports individuels. En effet, les distanciations entre les athlètes et les entraîneurs, sont tout à fait respectées. Cette compréhension de nos activités est capitale car elle donne les garanties nécessaires en vue d'une minimisation des risques.

4.2 Références externes

Les éléments généraux de notre protocole s'inspirent des mises en place prévues dans d'autres pays. En outre, les aspects sanitaires sont intégrés sur base des recommandations du Ministère de la Santé, mais aussi des informations provenant d'études internationales, notamment la transmission du virus en milieu aquatique.

Étant donné que le COVID-19 fait partie de la même famille de Coronavirus que le SARS-CoV et le MERS-CoV, les scientifiques considèrent qu'ils ont des propriétés biochimiques et des modes de transmission comparables. Le COVID-19 est un virus possédant une membrane lipidique qui peut être attaquée par le chlore et ainsi être neutralisé.

Il n'y a pas de preuve d'un risque de transmission de la COVID-19 par l'eau de baignade (CDC, 2020). Comme pour l'eau potable, les concentrations de désinfectants utilisées pour traiter l'eau des piscines et des spas publics, telles que prescrites par le Règlement sur la qualité de l'eau des piscines publiques, sont en mesure d'inactiver les coronavirus comme le SARS-CoV-2.

- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 2020 : Water transmission and COVID-19. Repéré le 1er avril 2020 au : <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>
- Health Protection Surveillance Centre (HPSC). 2020 : Advice on COVID-19 in chlorinated drinking water supplies and chlorinated swimming pools. Gouvernement de l'Irlande. Repéré le 1er avril 2020 au : <https://www.hpsc.ie/az/respiratory/coronavirus/novelcoronavirus/guidance/environmentalhealthguidance/>
- Organisation mondiale de la Santé (OMS). 2020 : Water, sanitation, hygiene and waste management for COVID-19 – Technical Brief. Repéré le 1er avril 2020 au : <https://www.who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-covid-19>
- Select Effective Disinfectants for Use Against the Coronavirus That Causes COVID-19 <https://www.infectioncontroltoday.com/environmental-services/select-effective-disinfectants-use-against-novel-virus-covid-19>
- Water Research Australia (Waterra). 2020. SARS-CoV-2 – Water and Sanitation. Repéré le 1er avril au: https://www.waterra.com.au/_r9550/media/system/attrib/file/2200/WaterRA_FS_Coronavirus_V11.pdf

4.3 Commission FLNS

La FLNS va mettre en place une Commission de contrôle afin que le protocole général soit respecté, mais exigera aussi que les clubs y attachent leur protocole spécifique. Nous aiderons les clubs à responsabiliser les parents dans toute cette démarche car le cas échéant le traçage pourrait s'avérer capital. Nous sommes conscients que cette commission donnera des avis dans les situations soumises par les clubs, sans pouvoir de police. Mais il nous semble important qu'une telle commission soit supportée par le cadre que le Ministère des Sports va fixer.

5 COSL, LHIPS, Sportlycée.

Les cadres Elite et Promotion du COSL ainsi que les élèves relevant du centre de formation mis en place avec le Sportlycée, seront régis par ces instances. La FLNS jouera son rôle de partenaire dans ce cadre. La FLNS et ses clubs comprennent bien que les infrastructures de la COQUE seront réservés pour ces athlètes, dans une première phase.

6 Aspects financiers

En temps normal, tous nos clubs sont correctement financés, grâce notamment au programme Qualité Plus, aux aides des communes, ainsi qu'à leurs partenaires. Bien entendu, ceci n'est pas suffisant et les clubs reposent sur

leurs cotisations, leurs compétitions et autres activités de marketing. Les écoles de natation ne sont pas seulement la base des athlètes de demain, mais aussi les contributeurs qui portent la base financière du club. La survie, l'avenir des clubs et de la natation nationale, sont intimement liés à la disponibilité des piscines. Celles-ci sont les fondations d'une reprise et de la survie.

6.1 Les cotisations

La pyramide des nageurs trouve sa base dans les groupes d'enfants de 3 à 8 ans. L'incertitude persistante pour les parents de ces enfants relative à la continuité de l'enseignement de natation, les force non seulement de chercher des alternatives d'occupation sportive, mais met en péril leurs prédisposition d'inscrire à nouveau leurs enfants pour la rentrée 2020/2021.

6.2 Subsidés Qualité Plus

Depuis la mise en place de ce mécanisme, nos clubs ont investi dans la formation reconnue de leurs en. Traineurs Ceci a permis aux clubs de se professionnaliser et de déployer la politique sportive du gouvernement. . Le risque existe que ce nombre diminue dû à la crise sanitaire et comme les subsidés versés sont en relation avec le nombre de licenciés, on aboutira finalement à une diminution des subsidés. Nous demandons expressément que ces montants des **subsidés Qualités Plus soient reconduits pour la saison 2020-2021** au minimum à leur niveau de cette année.

6.3 Emploi

Certains de nos clubs ont fait le pas d'engager des entraîneurs professionnels. Cet investissement est un effort conséquent pour de petites Asbl, qui s'apparentent à des PME. Nous avons pu bénéficier des mesures de chômage spécifiques mises en place. Cependant en vue d'une reprise lente et douce, nous aurons partiellement besoin de nos employés pour certaines tranches horaires. Ici se pose la question de la couverture salariale. En effet, les clubs sont déjà exsangues, ne peuvent faire travailler leurs employés, puisque au chômage et ne peuvent les reprendre à temps partiel dû à la situation financière. Nous demandons qu'un cadre spécifique soit mis en place couvrant la situation courante et considère la saison 2020-2021 comme période de convalescence. Ce cadre devra adresser aussi la couverture par les assurances en cas d'accident :

- Accident de travail pour les employés
- Accidents repris dans les assurances COSL pour dirigeants et athlètes

7 Protocole général

7.1 Formulaire de Respect

Chaque athlète qui voudra participer aux activités organisées par son club, devra produire le formulaire développé par la FLNS, dûment signé par un parent ou le tuteur légal pour les mineurs, ou par l'athlète majeur. Ceci garanti que le signataire a pris connaissance de ce protocole général et du protocole spécifique du club.

7.2 Recommandations d'hygiène

7.2.1 Les trajets

Nous recommandons de se rendre à la piscine sans faire de covoiturage. A partir du 11 mai, le covoiturage est cependant autorisé dans les limites fixées par le gouvernement, à savoir le port obligatoire du masque si les personnes ne vivent pas sous le même toit.

7.2.2 L'accueil dans les infrastructures sportives

- portes d'entrée et sortie séparées si possible
- affichage des mesures de sécurité et d'hygiène cf. document du Gouvernement COVID-19
- marquage au sol des distances à respecter ainsi que des chemins à emprunter
- mise à disposition de produits de désinfection des mains à l'entrée et à différents points stratégiques
- panneau de protection en plexiglas ou distance de minimum 2 mètres entre la personne à la réception et les athlètes
- désinfection régulière des surfaces de contact, entre chaque groupe d'entraînement ainsi que des sols

7.3 Responsabilités

7.3.1 FLNS

La FLNS prend la responsabilité de la rédaction du protocole global, ainsi que l'évaluation du protocole spécifique mise en place par les clubs.

7.3.2 Infrastructure sportive

Plusieurs autorités peuvent être concernées par la réouverture des piscines que nous appellerons l'exploitant. La responsabilité couvre les points suivants en collaboration avec le club :

- Entretien des infrastructures
- Mesures de désinfection qui s'imposent
- Fléchage, marquage des différentes zones
- Information / formation de son personnel aux tâches spécifiques
- Information de l'organisateur de tout problème/question survenus dans le cadre des cours

7.3.3 L'organisateur des activités

Le club qui organise les différentes activités devra déployer les mesures suivantes en prenant toute la responsabilité y relative :

- Établissement du protocole spécifique contenant les plans et procédures pour les différentes piscines
- Établissement des listes de groupes d'athlètes
- Information aux parents et athlètes sur le protocole à respecter
- Communication à l'exploitant et à l'encadrant de toutes les informations dont il dispose susceptibles d'avoir une incidence sur le déroulement des activités
- Nommer une personne COVID-19 responsable de la communication avec différents les différentes parties.

7.3.4 L'encadrement

Le personnel encadrant, accueil, coaches, etc., seront responsables des points suivants :

- Respect des protocoles général et spécifique
- Des plans et procédures en place pour la piscine dans laquelle a lieu l'activité
- L'information correcte et les instructions afférentes aux nageurs
- La notification de toute irrégularité/problème intervenus à l'organisateur des cours et à l'exploitant de la piscine

7.4 Phasage des activités

Ce phasage vise simplement la reprise des activités, il ne vise pas la durée des différentes phases et à quelle date certaines contraintes peuvent s'alléger. Cela dépendra de l'évolution de la crise et des connaissances acquises au fur et à mesure.

Dans un premier temps, l'activité en bord de bassin est limitée à la seule activité aquatique, pas de préparation physique ou musculation en bord de bassin. Un échauffement à sec de 10-15 minutes est possible, du moment que les nageurs restent dans la zone d'habillement à l'endroit leur indiqué, ceci garantissant les distances minimales de 2m.

Nous décrivons le phasage général que les clubs devrait appliquer. Les groupes concernés pourront néanmoins être adaptés par le club organisateur. Les timings seront décrits dans les protocoles spécifiques suivant les possibilités et capacités des infrastructures.

7.4.1 Phase I

Cette phase reprend les athlètes de compétition des clubs. Le démarrage des activités pour ces groupes est d'un côté logique parce que ces athlètes ont besoin de retrouver les bassins et que l'avenir de la natation en tant que discipline sportive en dépend, mais aussi parce que ces nageurs disposent d'une longue connaissance des procédures d'entraînement et arrivent donc facilement à appliquer les procédures nécessaires et permettent de les améliorer au quotidien.

Pour ces groupes il n'y a pas de contact physique entre encadrant et nageur.

Cette phase de retour de ces groupes doit avoir lieu le plus tôt possible, dès que les clubs ont soumis leurs procédures et dans les piscines pour lesquelles les procédures ont été validées. Le rythme d'entraînement doit être de sorte à permettre la reprise des autres activités en tenant compte des restrictions en place.

7.4.2 Phase II

Les disciplines telles que la natation sportive, la natation synchronisée, le water-polo et le plongeon entreront en ligne de compte. Il est à noter que le plongeon est dépendant des possibilités offertes à la Coque.

Ces groupes pourront commencer leurs activités +/- 3 semaines après les groupes de compétition afin de permettre de tirer les conclusions de la première phase. Seront visés également les autres disciplines aquatiques ainsi que les groupes de nageurs plus jeunes.

La limite reste toutefois pour les groupes de nageurs qu'il s'agit de nageurs autonomes, donc aucun contact physique avec l'encadrant (hormis le cas d'une intervention sécuritaire).

7.4.3 Phase III

La FLNS est responsable de l'émission de brevets de sauvetage. A partir d'août, la FLNS prendra en considération les demandes relevant d'un besoin primordial :

- Candidats au concours de maître d'école
- Formation des entraîneurs des activités aquatiques
- École de Police

Le brevet de niveau 1 doit être une compétence acquise pour soumettre sa candidature au concours de maître d'école. Par la mise en place de cette activité, nous aiderons ces candidats en organisant les formations et examens nécessaires. Les candidats seront organisés par groupe de 4-5 et l'instructeur. Le port du masque est obligatoire lors de la formation et les consignes valables pour les nageurs seront appliqués pour les exercices dans l'eau. Pour certains exercices le contact physique sera nécessaire. Nous exigerons que ces personnes soient testées la veille de leur formation.

La formation des entraîneurs reprend les brevets de niveaux 1 et 2, ainsi que les recyclages qui s'imposent. Elle garantit aux clubs que les entraîneurs ont les compétences nécessaires auprès des bassins.

7.4.4 Phase IV

Les écoles de natation, c.à.d. nos plus petits membres requièrent une attention particulière. Les enfants sont organisés en petits groupes. Ces enfants ne sont pas autonomes dans l'eau et le contact avec l'entraîneur est nécessaire dans les premières démarches d'apprentissage. C'est pour cela que nous nous prenons le temps de réflexion afin de mettre en place un concept en collaboration avec les clubs, qui adressera les besoins spécifiques de nos petits. Ce concept pourrait notamment impliquer les parents en s'inspirant de ce qui est fait pour bébés nageurs.

7.5 Les zones au sein de l'infrastructure

L'espace « piscine » doit clairement être scindé en différentes zones identifiables et fléchées. En fonction de la configuration de ces zones se déterminera le nombre de nageurs pouvant en même temps s'entraîner. Les modalités de découpage seront stipulées dans le protocole spécifique du club.

7.5.1 Accueil

Un responsable, désigné par le club, s'occupera de l'accueil des nageurs et veillera à ce que les procédures d'hygiène soient respectées :

- Contrôle les noms des nageurs prévu pour la séance d'entraînement ainsi que leurs détails de contacts
- Communique l'emplacement dans la zone d'habillement à l'athlète
- En cas de suspicion vérifie l'état de santé du nageur
- Donne accès décalé aux athlètes en respectant au minimum la distance de 2m et lui demande de suivre le fléchage et le marquage dans l'enceinte de la piscine.

Responsabilités des athlètes :

- Désinfectent les mains en entrant dans l'enceinte de la piscine

- Enlèvent les chaussures et les mettent dans un sac avant de se rendre au bord de piscine en suivant le chemin décrit
- Déposent leur sac et vêtements en zone d'habillement

7.5.2 Vestiaires, douches, sanitaires

L'utilisation des vestiaires et des dépendances, n'est pas prévue dans un premier temps et ne le sera qu'en fonction de l'évolution de la situation et en accord avec l'exploitant de la piscine, suivant le protocole spécifique.

Les mesures générales sont reprise ci-dessous :

- Pas d'accès aux vestiaires
- Accès possible dans certaines piscines suivant les conditions reprises dans le protocole spécifique et avec l'accord de l'exploitant :
 - en fonction de la situation globale ou sur demande de l'exploitant
 - Accès « décalé » pour éviter que tout le monde accède en même temps
 - Désinfection des mains avant de pénétrer l'espace « vestiaire »
 - Port du masque
 - Séparation de 2 mètres entre chaque occupant
 - Indication de zones par l'exploitant
 - Vêtements rangés correctement
 - Évacuation du vestiaire dès que prêt
 - Désinfection après la sortie en fin de cours des nageurs et avant utilisation par un groupe suivant
 - Portes peuvent/doivent rester ouvertes pour éviter d'utiliser les clinches
- Pas d'utilisation de douches
- Pas d'utilisation de sèche-cheveux de la piscine, ni de sèche-cheveux apporté
- Sanitaires :
 - L'utilisation est à limiter au maximum, les athlètes sont invités à aller aux toilettes à la maison
 - Utilisation des désinfectants et obligation de désinfecter les sanitaires en les quittant
 - Seulement 1 athlète à la fois
 - Nettoyage entre chaque session

7.5.3 Bassin

- Le mobilier piscine doit dans la mesure du possible être mis à l'écart. Dans tous les cas il est interdit d'utilisation
- Garantir des fléchages et horaires pour éviter la présence de deux groupes en même temps autour du bassin ou dans les vestiaires et veiller à éviter tout croisement des groupes et/ou nageurs
- Identification de 2 zones suffisamment éloignées du bassin pour éviter les éclaboussures pour les nageurs qui y déposent leurs affaires.(zone d'habillement). Une zone est destinée à un groupe, donc une est en permanence inoccupée et peut être nettoyée
- Créer des marquages de zones pour garantir un espacement de 2m entre les affaires de chaque nageur
- La zone non-utilisée est nettoyée et désinfectée avant l'arrivée du prochain groupe
- Préparation du bassin (lignes d'eau, drapeaux,..) par les encadrants en veillant aux mesures de protection adéquates (désinfection mains avant et après, masque)
- Déterminer les entrées et sorties du bassin
- Garantir un nettoyage / désinfection au moins quotidiennes, si l'utilisation se fait sur toute la journée alors biquotidienne des alentours de piscine.

7.6 Entraînement

7.6.1 Matériel des nageurs

Afin de pouvoir assurer un déroulement en toute sécurité des séances, les nageurs ont besoin d'un certain équipement qui est obligatoire et sans lequel ils ne pourront accéder à la piscine :

- Masque hygiénique
- Pantalon jogging, survêtement t-shirt du club
- Tenue de bain mise à la maison

- Espadrilles de piscine (pas d'évolution pieds nus)
- Bouteille de désinfectant personnelle
- Manteau de bain (durant la phase sans accès aux vestiaires)
- Équipement individuel pour l'entraînement (à garder avec soi et à emporter obligatoirement après chaque entraînement e à désinfecter
- Bidon d'eau .

De manière générale, il n'y a aucun emprunt de matériel, partage ou autre. Chaque nageur vient avec son équipement, utilise son équipement et repart avec son équipement

7.6.2 Accès au bassin

- Un encadrant à l'accueil pour le contrôle d'accès et vérification du matériel
- Un encadrant au bassin à distance
- Accès des nageurs en respectant les distances minimales (faire entrer avec un décalage temps,
- Sans vestiaires :
 - Port du masque
 - Enlever chaussures de rue (prévoir sac pour les mettre dedans) et mettre espadrilles
 - Désinfection des mains
 - Se diriger vers la zone d'habillage et se mettre en tenue
 - Le cas échéant se rendre aux toilettes en demandant l'autorisation à l'encadrant
 - Se préparer avec son matériel et rejoindre la ligne d'eau indiquée par l'encadrant
 - Entrer directement dans l'eau
- Avec vestiaires
 - Port du masque
 - Enlever chaussures de rue (prévoir sac pour les mettre dedans) et mettre espadrilles
 - Désinfection des mains
 - Se diriger vers le vestiaire et s'installer à distance de 2 m des autres nageurs
 - Se diriger vers la zone d'habillement du bassin et installer son sac
 - Le cas échéant se rendre aux toilettes en demandant l'autorisation à l'encadrant
 - Se préparer avec son matériel et rejoindre la ligne d'eau indiquée par l'encadrant
 - Entrer directement dans l'eau

Il se peut que la configuration et la taille des vestiaires ne permettent pas d'y installer le nombre de nageurs qui peuvent accéder au bassin, dès lors de solutions « mixtes » seront possibles, avec un certain nombre de nageurs en vestiaires et d'autres qui se changent en bord de bassin. Ceci devra être précisé au moment de l'accès à la piscine.

De manière générale tous les mouvements des nageurs en dehors du bassin se feront chaussé de leurs espadrilles qui sont à déposer en bord de bassin à distance suffisante les unes des autres.

7.6.3 Natation

En terme d'organisation du bassin de natation, nous avons analysé les différentes solutions élaborées par d'autres pays afin de voir quel était la solution qui permettait le mieux aux clubs de reprendre leur activité de manière évolutive en fonction de la situation générale et sans devoir à chaque fois remettre en cause le principe même.

L'élément clef reste le respect du principe de la distance minimale à garantir entre nageurs à l'extérieur et dans le bassin.

Par conséquent, le nombre maximum de nageurs qu'une structure pourra accueillir par séance dépendra tant des capacités « vestiaires » que des capacités « bassin ». Notamment les capacités « vestiaires » et les principes qui règlent ce volet ont un caractère plus général que celui de la natation, donc on devra s'adapter en continue par rapport à ces règles.

Actuellement nous travaillons pour la première phase avec une taille maximale des groupes de 12 nageurs, même si l'agencement du bassin permettrait plus.

Nous séparons les bassins à l'instar du modèle allemand à l'aide de lignes d'eau en zones de 5m de largeur.

Cela veut dire concrètement

— Bassin 25m 6 couloirs :	3 zones de 2 couloirs
— Bassin 25m 5 couloirs :	2 zones de 2 couloirs et 1 couloir au milieu
— Bassin 25m 4 couloirs :	2 zones de 2 couloirs
— Bassin de 50m 6 couloirs :	3 zones de 2 couloirs
— Bassin de 50m 10 couloirs :	5 zones de 2 couloirs.

Évidemment cette configuration n'est pas optimale en termes d'entraînement. L'objectif étant de faire de nouveau nager les athlètes après 3 mois, on n'est pas dans de l'entraînement de performance mais dans une remise à l'eau, donc on peut justifier cette approche.

Les nageurs se situent par 2 de chaque côté du bassin, de sorte qu'une progression de natation normale garantit à tout moment une séparation de 3,5 à 4 mètres dans tous les sens.

Ultérieurement, en rajoutant 2 nageurs par couloir nous restons dans les limites de 2 m et nous pouvons arriver à plus de nageurs si toutefois les capacités d'accueil le permettent.

	4 nageurs/zone	6 nageurs/zone
— Bassin 25m 6 couloirs :	12 nageurs	18 nageurs
— Bassin 25m 5 couloirs :	9 nageurs	13 nageurs
— Bassin 25m 4 couloirs :	8 nageurs	12 nageurs
— Bassin de 50m 6 couloirs :	12 nageurs	12 nageurs
— Bassin de 50m 10 couloirs :	20 nageurs	30 nageurs

- Dans un premier temps l'utilisation des plots de départ n'est pas autorisée.
- Les nageurs ne sont pas autorisés à quitter l'eau durant l'entraînement sauf autorisation de se rendre aux toilettes ou interruption de l'entraînement
- 30 minutes de pause entre 2 séances successives.
- Les nageurs prennent toutes leurs affaires et quittent immédiatement la piscine par les voies indiquées
- Accès du nouveau groupe seulement quand le groupe qui vient de finir sa séance a quitté l'enceinte
- Pas de contact physique entre entraîneurs et nageurs et nageurs entre eux (hormis évidemment tous les cas liés aux premiers soins en cas de malaise)
- Désinfection des sanitaires, vestiaires et zone d'habillement durant cette phase

7.6.4 Natation synchronisée

- Pour la nage synchronisée les principes d'accès au bassin sont identiques à ceux des nageurs.
- Le nombre d'athlètes autorisés à participer à l'entraînement est de 12 dans un premier temps pour autant que 10m²/personne sont garanties
- Seulement du travail d'endurance et technique en solo, pas de mouvements, figures en duett ou alors à des distances de 2,5 mètres minimum.
- Les nageurs ne sont pas autorisés à quitter l'eau durant l'entraînement sauf autorisation de se rendre aux toilettes ou interruption de l'entraînement
- Le matériel audio est à utiliser par le seul encadrant et reste à la piscine
- Pas de contact physique entre encadrant et athlète
- Prennent toutes leurs affaires et quittent immédiatement la piscine PAR LES VOIES INDIQUEES

7.6.5 Water-polo

- Pour le water-polo les principes d'accès au bassin sont identiques à ceux des nageurs.
- Le nombre d'athlètes autorisés à participer à l'entraînement est de 12 dans un premier temps pour autant que 10m²/personne sont garanties
- Seulement du travail d'endurance et technique en solo,
- Utilisation d'un ballon par joueur (ballons désinfectés avant le début de séance et à la fin)
- Les nageurs ne sont pas autorisés à quitter l'eau durant l'entraînement sauf autorisation de se rendre aux toilettes ou interruption de l'entraînement

- Pas de contact physique entre encadrant et athlète
- Prennent toutes leurs affaires et quittent immédiatement la piscine par les voies indiquées

7.6.6 Plongeon

- Pour le plongeon les principes d'accès au bassin sont identiques à ceux des nageurs.
- Le nombre d'athlètes autorisés à participer à l'entraînement est de 12
- Il est à veiller à la présence d'un seul sauteur à la fois sur le plongeur
- Les serviettes sont à déposer de sorte à être suffisamment séparées

7.6.7 Activités en piscine en plein air

De manière générale les mesures à respecter concernant l'utilisation du bassin, les accès à la piscine etc. sont les mêmes que pour les piscines en intérieure. Il est toutefois évident que l'espace autour du bassin facilite les séparations physiques des nageurs, le principe du zonage et du marquage afférent doit être respecté. L'organisation du bassin est identique que le bassin intérieur.

L'accès aux piscines en plein air existantes devra être facilité et les autorités responsables se concerter afin que les bassins existants soient utilisables pour la FLNS et les clubs de natation au courant des prochains mois.

7.6.8 Préparation physique en extérieur

S'il n'y a pas lieu de faire de la préparation physique en bord de bassin dans un premier temps, les clubs peuvent organiser des séances en extérieur.

- Conditions de rassemblement et d'accueil identiques à celles pour l'accès à la piscine
- Athlètes directement en tenue
- Pas d'accès à des vestiaires ou sanitaires
- Respect des distances minimales de 2 mètres entre les athlètes
- Pas d'utilisation d'équipements collectifs
- Encadrant dispose de matériel de désinfection qu'il emporte
- Groupes de 20 personnes maximum (18 athlètes et 2 encadrants)