



Fédération Luxembourgeoise des Associations de Sport de Santé

Strassen, 11 mai 2020

Concerne : reprise partielle des activités physiques thérapeutiques

Chers tous,

Le ministère des Sports a fait parvenir le dimanche 10 mai 2020 à l'ensemble des fédérations sportives des recommandations quant à l'organisation des activités physiques dans la cadre de la Phase 2 du déconfinement. Voici les points essentiels de ces recommandations :

- Les activités sportives en plein air sont autorisées avec des groupes de 20 personnes au maximum.
- Toute activité sportive doit se pratiquer sans contact physique.
- Fermeture des douches et vestiaires.
- Avant chaque séance, l'entraîneur rappelle aux sportifs qu'ils doivent rester vigilants aux [symptômes](#) du Covid-19. Il écarte du groupe tout sportif qui présente des symptômes et lui conseille de consulter un médecin.
- Lors de toute activité sportive, les règles de distanciation ci-dessous sont à appliquer :
 - 2m de distance latérale entre deux sportifs,
 - 10m de distance entre deux sportifs qui courent l'un derrière l'autre,
 - 20m de distance entre deux sportifs qui roulent à vélo l'un derrière l'autre.
- Le port du masque est obligatoire pour les sportifs et tous les accompagnateurs. Pendant la durée de l'entraînement, le sportif peut enlever le masque, pour autant que les règles de distanciation soient respectées.
- Le lavage des mains au savon, voire la désinfection des mains, doit se faire avant et après toute séance d'entraînement. Des solutions hydroalcooliques doivent être mises à disposition.
- Le matériel sportif ne doit être utilisé que par une seule personne lors de la pratique du sport. Le matériel sportif doit être désinfecté avant et après chaque usage.
- Les sportifs doivent apporter leur propre bouteille d'eau.



Fédération Luxembourgeoise des Associations de Sport de Santé

- La pratique du covoiturage n'est pas recommandée.

En concertation avec la Direction de la santé, la FLASS recommande à ses membres d'organiser à nouveau des activités physiques de plein air en respectant strictement ces consignes ministérielles.

De nombreuses activités physiques qui étaient organisées avant le début de la pandémie peuvent reprendre (par exemple : marche, marche Nordique, etc.). Des activités physiques, qui étaient organisées en salle, pourraient également être organisées en plein air (par exemple : yoga, fitness, etc.).

La FLASS et la Direction de la santé attirent votre attention sur le comportement des pratiquants avant et après le sport. Les entraîneurs ainsi que les participants devront être vigilants et devront respecter strictement les gestes barrières.

Nous vous remercions de votre compréhension et de votre collaboration dans la maîtrise de cette situation exceptionnelle.

Alexis Lion, PhD
Chargé de Direction de la FLASS

Dr Charles Delagardelle
Président de la FLASS