



ACTIVITÉ SPORTIVE

**FLYING DISC**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FLYING DISC

**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.

### **RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ :**

#### **Pour le disc golf uniquement**

- Dès le 11 mai, pratique individuelle dans le respect des normes sanitaires
- Sportifs sans préparation physique maintenue :
  - 2 à 3 séances d'ateliers de 1h00 avant la reprise sur parcours
  - Alternance des distances de lancer
- Sportifs avec maintien de la condition physique
  - 3 séances de 2h00 par semaine maximum

### **LES PUBLICS CONCERNÉS :**

- Tous les licenciés

Sans symptôme d'infection virale et qui respectent les préconisations des autorités et la mise en œuvre des protocoles qui évaluent la condition physique.

### **LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :**

#### **Pour le disc golf**

- Ateliers d'exercices de lancer: putting, drive...
- Parcours

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

### **LES AMÉNAGEMENTS DE LA PRATIQUE IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE (formes d'activités et/ou cadre de pratique) :**

- Pratique exclusivement en extérieur, sans vestiaire
- Disques strictement individuels et identifiés
- En cas de contact avec un disque d'un autre participant, nettoyage des mains avec gel hydro-alcoolique et du disque
- Pas de contact physique.

#### **Pour le disc golf**

- Sur parcours, 5 joueurs maximum par trou ; surface par pratiquant : 4m<sup>2</sup> minimum
- Disques strictement individuels et identifiés
- Le panier ne peut recevoir qu'un seul disque à la fois

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur le site internet de la fédération : <https://www.ffdf.fr/>