

REGLEMENT INTERIEUR : LES RANDONNEURS SEYNOIS

L'association LES RANDONNEURS SEYNOIS déclarée en préfecture sous le n° W832011043, est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre sous le n°09659, reconnue par le ministère de la jeunesse et des Sports. Elle est soumise à la loi 84-610 du 16 juillet 1984 qui impose, en particulier aux groupements sportifs, d'assurer leur responsabilité civile, et d'informer leurs adhérents de l'intérêt de souscrire une assurance contre les risques corporels.

Elle bénéficie de l'immatriculation tourisme de la Fédération Française de Randonnée Pédestre attribuée par Atout France sous le numéro unique national IM075100382.

Le présent règlement s'applique à l'ensemble des activités organisées au sein de l'association. Il a pour but de définir :

- les règles de fonctionnement de l'association et les relations de celle-ci avec ses membres.
- les droits et devoirs individuels des membres de l'association.

ADHESION, COTISATION, LICENCE ET FINANCEMENT

1/ Adhésion - Cotisation annuelle – Licence :

La cotisation annuelle des membres de l'association est fixée chaque année en Assemblée Générale. Elle concerne la période du 01^{er} Septembre au 31 Août de l'année suivante.

Pour les membres actifs, elle se compose :

- De la somme relative au coût de fonctionnement de l'association
- Du coût de la licence de la FFRP : licence individuelle IRA ou licence familiale FRA (l'assurance attachée à ces licences est valable du 1er septembre au 31 décembre de l'année suivante). Il peut être complété par le coût de l'abonnement à la revue fédérale " Passion Rando ".

Le renouvellement d'adhésion se fait chaque année à partir du 1er septembre.

Chaque adhérent doit, lors de son inscription, remplir une fiche d'adhésion, fournir un certificat médical datant de moins de 3 mois, portant la mention « pas de contre-indication à la randonnée pédestre, à la Marche Aquatique, à la Marche Nordique, à la préparation physique, à la Pétanque » et régler sa cotisation.

- En cas de blessures ou d'inaptitude physique momentanée, la reprise des activités est subordonnée à un nouveau certificat médical.

Chaque participant doit porter sur lui sa licence fédérale, sa carte d'identité, sa carte vitale et sa carte mutuelle, et le N° de téléphone d'une personne à prévenir en cas d'accident. Il doit enregistrer le N° des animateurs afin de pouvoir les joindre en cas de nécessité.

- Chaque adhérent est responsable de ses effets personnels (lunettes, téléphone, ap.photo)

2/ Financement :

Recettes :

Les recettes de l'association sont les suivantes :

- La cotisation annuelle de chaque adhérent
- Le paiement par les adhérents de frais de participation à certaines activités
- La vente de certains objets
- Les subventions demandées par l'association
- Sponsors
- Mécènes

Dépenses :

Les dépenses sont axées sur l'activité principale de l'association définie dans les statuts et sont constituées :

- Des dépenses induites directement par l'ensemble des activités proposées (frais de car, reconnaissances de terrain, etc...),
- Des dépenses d'administration, des dépenses liées à des manifestations exceptionnelles et des dépenses diverses indispensables.

Vérification des comptes

Les comptes sont vérifiés à la fin de chaque exercice comptable par un vérificateur ne faisant pas partie du Conseil d'Administration, et jouissant de ses droits civiques.

3/ Droit à l'image :

A l'occasion de l'adhésion, l'adhérent autorise la diffusion de photographies prises au cours des activités ou de manifestations et sur lesquelles lui, son ou ses enfants figurent. Sous le vocable diffusion, il faut entendre :

- Affichage dans les locaux du club.
- Publication dans la presse locale ou autre.
- Mise en ligne sur le site internet de l'association.

Cette autorisation est incessible et ne s'applique qu'au site de l'association. Sa durée est celle de l'adhésion et elle est révoquée à tout moment.

L'ANIMATION DES RANDONNEES

On désigne, par randonnée, un circuit ou une traversée unique de marche.

L'objectif de la section est la pratique de la randonnée pédestre, sans esprit de compétition, dans un milieu convivial et sportif, afin de découvrir aussi bien le patrimoine culturel que l'environnement naturel, ce qui en fait une activité de loisirs.

1/ Les droits et devoirs de l'animateur

Une randonnée est menée par un (ou deux) animateur responsable et un encadrant fermant la marche. L'animateur responsable de la randonnée, et lui seul, décide d'annuler ou pas une sortie en fonction des conditions particulières du jour de sortie ou pour participation insuffisante.

- L'animateur responsable de la randonnée peut refuser de prendre en charge au départ de la randonnée :
- Un participant susceptible de gêner le déroulement de la randonnée, compte tenu des difficultés annoncées dans le programme ou n'ayant pas l'équipement adapté.
- Les participants non titulaires de la licence de la Fédération Française de Randonnée Pédestre à l'exception des randonneurs à l'essai
- Les participants accompagnés d'animaux.
- Pharmacie : se munir de sa propre pharmacie à destination thérapeutique et spécifique.

L'ANIMATEUR n'a pas le droit de donner des médicaments à ingérer ou à inoculer, il ne peut prodiguer que les premiers soins, en attendant éventuellement des secours institutionnels. Il est muni d'une trousse de premier secours qui devra être mise en conformité chaque début de saison

Les animateurs préparent et organisent les randonnées en vue de :

- Conduire les randonnées en toute sécurité et donner un climat de confiance.
- Animer les randonnées afin d'en faire un exercice agréable pour tous et promouvoir la solidarité.

Chaque reconnaissance de randonnée est faite par les animateurs qui ont en charge ladite randonnée.

2 / Programme de randonnées

Les animateurs se réunissent une fois par trimestre afin d'établir les sorties du trimestre suivant. Le programme est à la disposition des randonneurs :

- Sur le site internet des RANDONNEURS SEYNOIS : <http://lesrandonneursseynois.e-monsite.com>
- A l'office du tourisme de La Seyne sur mer
- A l'affichage à la Mairie de La Seyne sur Mer.

L'Association LES RANDONNEURS SEYNOIS, affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre, ne couvre, par son assurance responsabilité civile, que les randonnées inscrites à son programme, les séjours organisés par la section, et les reconnaissances de terrain.

En cas de force majeure (météo, animateur absent..), la randonnée peut être annulée, ou reportée, ou déplacée sur un autre site reconnu.

3/ Classification des randonnées

Les randonnées sont normalisées et classifiées comme ci-dessous :

Classification

14 km à 18km 60 à 900 m et +	Parcours ROUGE : DIFFICILE
12 à 15 km 400 à 600 m	Parcours BLEU : MOYEN
07 à 14 km 300 à 400 m	Parcours VERT : FACILE
5 à 7 km 0 à 300 m	Parcours VERT : INITIATION

Cette information indiquée pour chaque randonnée sur le programme mensuel, est fournie par l'animateur responsable du parcours. La relation classification/données chiffrées (distance, dénivelé) n'est pas obligatoirement biunivoque, des éléments ou difficultés particulières d'une randonnée peuvent moduler sa classification.

REGLEMENT DES RANDONNEES PEDESTRES

1 / Inscription à une randonnée

a) Lecture du programme

Avant toute inscription à une randonnée, il importe de tenir compte des indications techniques inscrites dans le programme. Surestimer sa condition physique peut nuire au plaisir de la randonnée et mettre le groupe en difficulté. Consultez le programme : si c'est une randonnée en VP (Voiture particulière), il suffit de se présenter au lieu de rendez-vous.

b) Horaires et lieux de départ et prix

Les horaires et lieux de départ seront précisés sur notre programme et doivent être respectés.

Le transport peut se faire soit par : minibus mis à la disposition des randonneurs (en fonction de sa disponibilité) dans la limite de 8 places plus le chauffeur. Une participation forfaitaire fixée par le bureau des RANDONNEURS SEYNOIS, sera payée par chaque participant et à chaque sortie.

Le complément du transport se fera par covoiturage.

Toute personne souhaitant conduire lors du covoiturage, est responsable du groupe des randonneurs dans son véhicule. Elle est tenue au respect du code de la route.

Les chauffeurs vérifieront qu'ils sont bien assurés « personnes transportées » et que leur permis soit toujours valide. Le Club ne sera pas responsable de tout accident pouvant survenir au cours du déplacement ; l'acceptation du système de covoiturage est sous l'entière responsabilité du chauffeur et des passagers qui l'accompagnent.

Le propriétaire du véhicule sera indemnisé au même tarif que le minibus

Pour les sorties Touristiques : Le programme, les horaires, lieu de départ et prix seront précisés sur notre programme. Celles-ci sont payables entièrement 10 jours avant la date de départ. Toute annulation 8 jours avant le départ ne sera pas remboursée.

Pour les séjours ou Week-end : tenue d'une réunion d'information avant chaque week-end ou séjour pour permettre la diffusion des informations sur le déroulement, les horaires, les itinéraires, la composition des voitures et des logements. Les séjours déplacent un nombre important de personnes. Chaque participant doit respecter les recommandations des organisateurs afin d'éliminer les malentendus et les dysfonctionnements.

Les voyages et séjours proposés par les animateurs doivent impérativement figurer au programme de l'association et la liste des participants doit être communiquée au conseil d'administration.

Ces prestations ne doivent être proposées qu'aux membres de l'association ayant souscrit un contrat d'assurance couvrant les risques courus (licence IRA ou IMPN). L'accompagnateur agréé par le président est assuré par la garantie en responsabilité civile de son association en tant qu'animateur

Conformément aux dispositions légales (modification du code du tourisme, en dernier lieu par la loi n° 2009-888 du 22 juillet 2009), tout séjour et voyage se déroulant en métropole ou en pays frontalier et comportant : plus de 2 nuitées, plus d'une séquence touristique, une vente du séjour avec marge bénéficiaire entre pleinement dans le champ d'application de la loi et nécessite l'immatriculation Tourisme (ou l'extension de l'immatriculation fédérale). Le correspondant tourisme désigné par le club est chargé de la gestion du dossier.

NOTA : les itinéraires s'effectuant en métropole, quelle que soit leur durée, sont considérées par la Fédération comme ne nécessitant pas l'immatriculation (11/02/2011).

2/ Equipement et organisation de la randonnée

a) Equipement

Des chaussures de randonnée sont obligatoires. Les chaussures à tiges montantes sont vivement recommandées. Le randonneur devra impérativement être porteur de sa licence fédérale, être en possession de sa carte « vitale ». Les animaux ne sont pas acceptés.

b) Déroulement de la randonnée

Elle est placée sous la responsabilité et l'autorité de l'animateur, les règles de bonne conduite à respecter sont énoncées ci-après.

. En aucun cas, quitter le groupe ou utiliser des cheminements autres que celui choisi n'est autorisé.

. L'animateur mène le groupe à une allure adaptée aux difficultés rencontrées par l'ensemble du groupe, ne jamais le dépasser, ne jamais rester derrière l'animateur serre file.

. Des arrêts réguliers sont toujours prévus, en cas de nécessité, d'arrêt impératif pour des besoins personnels, prévenir l'animateur. S'écarter du parcours, implique de laisser son sac visible sur le chemin.

. Sur route à circulation automobile, marcher côté gauche, sauf instruction particulière de l'animateur.

. Maintenir des distances prudentes avec les autres randonneurs devant ou derrière afin de ne pas créer de rupture dans l'unité du groupe, dans les descentes de ne pas entraîner la personne qui précède dans une glissade ou une chute, dans une montée de ne pas être blessé par un utilisateur de bâtons.

. Lorsque la file des marcheurs s'étire, s'assurer à chaque changement de direction, ou bifurcation, que le suivant voit le bon itinéraire.

Respectez la nature :

a) Ne jetez aucun papier, ramenez vos déchets (épluchures, boîtes en tout genre, peaux d'agrumes nocives pour la végétation)

- b) Laissez les lieux de votre pique-nique aussi propre que vous souhaitez le retrouver
- c) Ne coupez pas, et n'arrachez pas la flore ; contentez-vous de l'identifier ou de la photographier
- d) Suivez les sentiers ; ne coupez pas les lacets des chemins pour ne pas créer une nouvelle trace susceptible de détériorer le terrain en favorisant des couloirs d'érosion.
- e) Ne pas allumer de feu dans les zones à risques surtout en période de sécheresse ou par vent fort
- f) Refermez les barrières et respectez les clôtures
- g) Pour avoir une chance de voir des animaux, évitez de crier.

3 / Accueil des randonneurs non adhérents à l'essai

L'assurance : cette question a été posée à la Fédération française de randonnée qui a répondu clairement : « Une association affiliée dont tous les adhérents sont licenciés avec assurance responsabilité civile bénéficie du contrat fédéral. À ce titre, ses dirigeants et ses animateurs sont garantis en responsabilité civile.

L'association conserve sa garantie en responsabilité civile lorsqu'elle accueille des randonneurs à l'essai, c'est-à-dire lorsqu'une personne souhaite s'essayer à la randonnée ou découvrir l'ambiance de l'association avant d'adhérer.

En revanche, le randonneur à l'essai n'est couvert ni en responsabilité civile ni en accidents corporels à titre individuel, c'est-à-dire que s'il provoque un accident ou s'il est victime d'un accident, il devra faire fonctionner son assurance personnelle, s'il en a une ». Il faut impérativement informer ces randonneurs qu'en l'absence de licence, ils ne sont pas assurés à titre personnel par le contrat fédéral. On entend par « essai » toute personne manifestant un intérêt pour une inscription future.

Un seul essai sera admis.

4/ Accident

Bien se rappeler que l'animateur n'a pas de qualification médicale et que son intervention est très limitée. Il possède une trousse de premier secours comportant le strict minimum pour le nettoyage de petites plaies.

En cas d'accident, l'animateur consulte l'entourage mais ne se laisse pas influencer. Il reste maître de sa décision. Dans le doute, il vaut mieux évacuer un blessé. En cas de choc à la tête, il faut systématiquement faire appel à des secours. Il doit également très rapidement informer le Président.

Déclaration d'accident : elles se font en ligne sur le site de la Fédération Française de Randonnée Pédestre, dans les 5 jours. Une copie du dossier doit être adressée à l'association.

REGLEMENT DE L'ACTIVITE MARCHE NORDIQUE :

1) Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et doivent être respectés.

2/ Equipement

Il sera adapté à l'activité et conforme aux conditions climatiques et géographiques :

Tenue Type jogging avec des chaussures à relief

Petit sac à dos avec boisson et en-cas énergétique

Vêtements appropriés en fonction du temps

Les bâtons spécifiques Marche Nordique doivent être utilisés de façon à ne pas présenter un danger pour les autres. Ils peuvent être prêtés lors des séances d'initiation puis achetés par l'adhérent.

L'accompagnement par des animaux n'est pas autorisé

3/ Déroulement de la randonnée

Durée d'une séance type 2H :

. Séance d'échauffement : 15 minutes

. Marche tonique et dynamique de 1H30

. Séance d'étirements : 15 minutes

4/ Règles de sécurité

La randonnée en marche nordique est une activité comme la randonnée pédestre, de nature et se pratique sur tous terrains Important : le marcheur nordique doit faire attention aux autres marcheurs, car il peut créer un danger à cause des bâtons, il doit donc laisser un espace suffisant pour une bonne utilisation de ses bâtons.

Les autres règles évoquées ci-dessus s'appliquent aussi à la pratique de la marche nordique

REGLEMENT DE L'ACTIVITE MARCHE AQUATIQUE :

1) Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et doivent être respectés.

2/ Déroulement de la randonnée

Durée d'une séance type 2H :

3/ Equipement

Il sera adapté à l'activité et conforme aux conditions climatiques et géographiques :

Un maillot de bains durant la période estivale ou

Un combi-short pour la saison intermédiaire ou

Une combinaison en néoprène dont l'épaisseur est à adapter en fonction de la température de l'eau (3 mm maximum afin de conserver une facilité de mouvements).

Des chaussons de plongée (ou même des baskets lorsque la température de l'eau le permet)

4/Conditions de pratique

La marche aquatique côtière se pratique sur des parcours préalablement identifiées à savoir :

Dans ce que l'on appelle "la bande des 300m" correspondant à la zone de baignade; c'est-à-dire dans un périmètre où s'exerce la compétence des communes et de l'Etat en matière de sauvetage en mer (loi littoral du 3 janvier 1986)

Sur des plages de sable faible devers sans obstacle majeur (2 à 3%)

REGLEMENT DE L'ACTIVITE PREPARATION PHYSIQUE:

1 /Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et doivent être respectés.

Chaque séance ayant une durée de 45mn à 1 heure.

L'animateur assure une activité en progression, échauffement, travail articulaire, musculaire, étirements. Exercices en musique adaptés à tout public.

2/ Equipement

Il doit être adapté à l'activité :

Tenue souple (survêtement d'hiver ou léger d'été) avec des chaussures de sport à usage intérieur (propres)

Une serviette ou un tapis

Petite bouteille d'eau (hydratation)

LISTE DES ACTIVITES ORGANISEES AU SEIN DE L'ASSOCIATION :

LRS secrétariat général

Marche aquatique côtière ou longe-côte

Marche nordique

Préparation physique

Randonnées Grand public (convivialité, détente, découverte)

Randonnées pour tous (rando santé, handicap, solidaire)

Randonnées citadines (activité permettant d'allier sport et découverte urbaine)

Randonnées culturelles (association d'une rando et d'une découverte culturelle)

LRS tourisme

Randonnées raquettes à neige

Ski de fond

Sorties touristiques (sorties en bus permettant de découvrir une manifestation, une ville, sa culture et son patrimoine)

Séjours

LRS animations

Soirées ou réunions festives

LRS boules

Boules

Information par internet :

- Messagerie électronique individuelle : modifications, calendrier, activité en préparation.

- Messagerie : lesrandonneursseynois@orange.fr lrsanimations@orange.fr lrstourisme@orange.fr

- Site Internet : <http://lesrandonneursseynois.e-monsite.com>

Information par tel : 06 26 45 70 98 et 06 15 04 82 61

Approuvé en bureau du 11 Juin 2015

La Présidente

Lexie BUFFARD

