

RÈGLEMENT INTÉRIEUR : ACTIVITÉ RANDONNÉES

L'association Gymnastique Volontaire d'Aix-les-Bains vous propose des randonnées encadrées par des accompagnateurs bénévoles de randonnées (ABR) diplômés : Maryse LATEULIERE, Gérard GARIN et Gérard HEULIN.

Faire partie d'une Association, c'est un état d'esprit et un ensemble de règles que je vous demande de respecter scrupuleusement dans l'intérêt de tous et pour la sécurité de chacun.

Le nombre maximum de randonneurs est fonction du nombre d'ABR présents le jour de la randonnée. Chaque ABR ne peut encadrer que 20 randonneurs. Lors de chaque randonnée, vous êtes sous la responsabilité d'un animateur. Ses consignes, avant et pendant la randonnée seront impérativement suivies.

Votre sac doit être fait en tenant compte des conseils donnés ci-dessous.

FOND DE SAC DU RANDONNEUR

Fiche d'urgence (en téléchargement sur le site) facilement accessible sur le haut du sac

Veste étanche, Polaire, Gants, Bonnet, Crème solaire, Lunettes de soleil

Boisson chaude ou froide selon la saison (1 litre minimum)

Médicaments personnels, Couverture de survie, Sifflet

Chaussures adaptées à la marche en montagne, Bâtons de marche recommandés

Crampons de marche, raquettes, suivant la saison.

Modalités d'inscription à l'activité Randonnées :

Les personnes souhaitant participer aux randonnées ont 2 options :

- **La formule 2** : inscription uniquement à une (ou des) activité(s) complémentaire(s) dont la « Randonnées Pédestres »
- **La formule 3** : inscription au Planning Général **et** à une (ou des) activité(s) complémentaire(s) dont la « Randonnées Pédestres »

Le tarif appliqué pour chaque formule comprend la licence FFEPGV obligatoire.

Organisation des sorties

Chaque sortie s'organise sous l'autorité de l'animateur ABR organisateur dont vous trouverez le nom et les coordonnées sur le programme mensuel transmis par courriel ou SMS à toutes les personnes inscrites à l'activité. Ce programme est également consultable sur le site de la GV (<https://gvaixlesbains.fr/lespace-du-randonneur/>) et sera affiché sur les panneaux dans les lieux de cours (salles Jean Rubaud et Marlioz). Les décisions d'annulation ou de report de sorties, de modifications de l'itinéraire relèvent de **la seule responsabilité de l'animateur organisateur** et à ce titre, ne peuvent pas être contestées. En hiver, les randonnées se feront en raquettes si le parcours est enneigé.

Inscription hebdomadaire

Pour participer à une randonnée, vous devez impérativement vous inscrire par courriel ou par texto (sms), exclusivement, **avant 12 heures**, la veille de la randonnée auprès de l'accompagnateur organisateur noté sur le programme. Celui-ci vous confirmera la prise en compte de votre inscription.

Comment bien choisir sa randonnée ?

Rappel : Compte tenu de notre situation géographique, les randonnées suivent des parcours en zone de montagne avec toutes les contraintes induites : dénivelé, support, environnement, météo, etc...

Bien repérer **la cotation de la randonnée** (C1 à C5) et choisir sa randonnée **en tenant compte de sa propre aptitude à y participer ou non**. Si l'animateur a pour mission de réaliser l'intégralité de la sortie en ramenant tous les participants, les ralentissements dus au trop faible niveau de certains peuvent porter atteinte à la sécurité du groupe et à la bonne ambiance générale.

Le principe de cotation retenu est celui de la **Fédération Française de Randonnée** (cf. Espace du randonneur).

Ne pas oublier que la météo et les aléas du jour peuvent faire varier la cotation... mais cela ne peut pas vous être communiqué à l'avance sur le programme !

Caractéristiques des randonnées proposées

Deux types de randonnées seront proposés, en principe, chaque mardi :

- Départ **8h00** : avec en principe un dénivelé de plus de 500m et plus de 5h de marche
- Départ **9h00** : avec en principe un dénivelé de moins de 500m et moins de 5h de marche

Transport & participation aux frais

Pour se rendre au départ de la randonnée, un covoiturage avec partage des frais de transport vous sera proposé. L'indemnité de covoiturage versée au chauffeur est de **0,10 € /personne/km**. Le kilométrage approximatif du trajet voiture est indiqué pour chaque sortie pour vous permettre d'en estimer le coût à l'avance. Afin de ne pas trop salir les véhicules, nous conseillons à chacun de prendre une paire de chaussures de rechange et un sac pour ranger vos chaussures de randonnée.

J'invite chaque randonneur à porter une attention toute particulière à la lecture de ce règlement garant du bon fonctionnement de l'activité. Je remercie nos 3 ABR pour leur investissement et vous souhaite à toutes et à tous, de belles randonnées.

L'inscription à l'activité Randonnées Pédestres vaut acceptation sans réserve du présent règlement.

Anne LEFAY
Présidente de l'AGV d'Aix-les-Bains

