



Messagerie : asptt_bx_rando@yahoo.fr site : <http://asptt-bx-rando.jimdo.com/>

Règlement Intérieur

Ce Règlement Intérieur est en cohérence avec les Statuts du club Omnisports STADE BORDELAIS - ASPTT et de la Fédération Française de Randonnée Pédestre (FFRandonnée) à laquelle la section est affiliée.

Il est consultable avec ses annexes sur le portail Internet de la section.

Tout Membre Adhérent doit en prendre connaissance et s'y conformer.

1 L'activité

La randonnée pédestre est une **activité sportive** de pleine nature qui demande une condition physique et un équipement adaptés. C'est aussi une **activité de découverte** qui permet une connaissance du terrain de pratique, de l'environnement et du patrimoine rencontrés.

2 Les sorties

La section propose trois types de sorties régulières en Gironde :

- le mardi, une randonnée douce d'une dizaine de kilomètres avec parfois une boucle supplémentaire sur la journée ;
- le dimanche, une randonnée d'une vingtaine de kilomètres avec pique-nique sorti du sac ;
- plusieurs dimanches par mois, une randonnée dynamique d'une vingtaine de kilomètres à une allure rapide.

Le calendrier est élaboré par la commission « animateurs » dont le Responsable assiste le Président de la section dans la validation des randonnées et le suivi de la formation des animateurs.

La communication se fait au fil de l'eau à partir du site internet, des messageries de la section et au travers de trois bulletins, le **TRAIT D'UNION** diffusé dès juin pour le programme de septembre à décembre, en décembre pour le programme de janvier à mars et enfin en mars pour le programme d'avril à juin.

Pour les adhérents n'ayant pas de mail, le Trait d'Union est envoyée par voie postale.

La section peut annuler ou modifier à tout moment une randonnée prévue au programme. Les modifications sont communiquées sur les outils internet (messageries, mise-à-jour du Trait d'Union à disposition sur le site).

En période d'alerte météo de niveau orange ou rouge, la randonnée est annulée sans préavis.

3 Les voyages

Des sorties sur une semaine et en week-end sont également proposées hors du département. Les voyages bénéficient de l'immatriculation tourisme de la FSASPTT. Les randonnées sont encadrées par des animateurs diplômés du club. L'inscription est effective à la réception du chèque d'acompte. Le voyage d'une semaine est couvert par une assurance annulation groupe souscrite auprès d'europ assistance dont les Conditions Générales sont consultables sur notre site internet, rubrique documentation :

<mailto:http://asptt-bx-rando.jimdo.com/documentation/>

L'annulation de l'inscription est soumise à des conditions particulières :

1^{er} cas : l'annulation est compensée par une inscription de remplacement, les paiements (acompte et solde) sont remboursés.

2^{ème} cas : l'annulation ne peut pas être compensée

Si l'annulation est justifiée eu égard aux motifs d'annulation reconnus par l'assureur décrits dans les Conditions Générales, alors une déclaration est faite pour un remboursement..

Sinon, le motif d'annulation n'entre pas dans le champ couvert, le remboursement ne peut pas être effectué.

4 Le fonctionnement de la section (cf. article 15 des statuts du club)

Le bureau de section est constitué des Membres Adhérents élus en Assemblée de section. Sa composition, approuvée par le Comité directeur et le Président du club Omnisports est publiée dans le TRAIT d'UNION. Il se réunit à la demande du Président de section.

Le bureau et les animateurs se réunissent au moins trois fois l'an pour fixer le calendrier des randonnées. Les Membres Adhérents sont convoqués en Assemblée de section programmée au mois de novembre.

5 L'adhésion et les assurances

L'adhésion à notre section nécessite d'une part, l'adhésion statutaire annuelle au club omnisports Stade Bordelais – ASPTT, elle n'est perçue qu'une seule fois quel que soit le nombre d'activités suivies au sein du club et d'autre part, la cotisation à la section.

L'adhésion couvre la saison sportive qui débute en septembre. Elle comprend :

- la cotisation au club Omnisports ;
- la licence de la Fédération Sportive des ASPTT (FSASPTT) ;
- la licence de la FFRandonnée et l'assurance fédérale dite IRA qui couvre l'adhérent et l'animateur ; elle court jusqu'au 31 décembre de la saison sportive, la brochure est disponible sur le site de la FFRandonnée. Une synthèse est proposée dans l'annexe 1 du présent Règlement Intérieur.

Le sympathisant est un adhérent à la FFRandonnée au travers d'un club ami ; il s'acquitte uniquement d'une cotisation à la section incluant la licence à la FSASPTT.

Les tarifs des cotisations sont fixés tous les ans par le bureau.

Afin de pouvoir juger des activités et de l'ambiance de la section, le randonneur intéressé et/ou invité exceptionnel peut tester une fois seulement une des sorties. Il s'engage alors à randonner sous sa propre responsabilité.

6 L'animateur et le serre-file responsables de la sécurité du groupe

Fiche spéciale « Progression du groupe : rôles respectifs de l'animateur et du serre-file » en annexe 2.

Ils sont tous les deux des bénévoles de la section.

Chacun doit les aider à respecter les consignes énoncées en début de randonnée et pendant celle-ci. Chacun doit être attentif à son voisin. Chaque randonneur doit être vu par le randonneur qui le précède et par le randonneur qui le suit.

Le rythme de la randonnée est donné par l'animateur qui s'attache à satisfaire les plus lents.

Exceptionnellement, ceux qui ont un pas plus rapide peuvent avec son assentiment le précéder et attendre le reste du groupe à un point convenu, généralement le premier carrefour.

Tout arrêt individuel pour s'isoler doit être matérialisé par le sac laissé au bord du chemin et sous la surveillance d'un randonneur.

Celui qui abandonne la randonnée de son propre chef le fait sous sa responsabilité.

Un manquement grave ou un comportement irresponsable d'un randonneur peut entraîner son exclusion par le Comité Directeur du Club.

7 Un comportement éco-citoyen

Le randonneur s'attache à préserver la nature, les sentiers et la flore. Il respecte le bien d'autrui (la récolte, les plantations, les clôtures).

Le covoiturage doit être privilégié dans tous les cas. Pour le faciliter, un compte de messagerie gmail a été ouvert.

8 La messagerie pour faciliter l'organisation des covoiturages et donner les dernières précisions relatives aux randonnées

Comment ça fonctionne ?

1° cas : Vous allez participer à une randonnée en semaine ou le dimanche et vous voulez proposer des places dans votre voiture.

2° cas : Vous souhaitez vous faire conduire et vous êtes à la recherche d'un véhicule.

Que vous soyez dans le cas 1 ou 2, depuis votre messagerie personnelle, vous envoyez un mail sur la messagerie qui a été créé pour le covoiturage, c'est sbarandocov@gmail.com

Dans le corps de votre message, n'oubliez pas d'indiquer votre nom, votre n° de tél, la randonnée concernée et si vous souhaitez proposer des places dans votre véhicule ou si au contraire vous souhaitez être véhiculé.

Il ne reste plus aux personnes concernées qu'à se mettre en rapport et organiser le covoiturage.

En consultant cette messagerie à votre gré, vous serez informé des offres en cours.

Comment consulter cette messagerie sbarandocov@gmail.com ?

A la première ouverture, tapez sur votre moteur de recherche internet : Gmail messagerie puis Entrée pour obtenir ceci :

[Gmail – La messagerie avec espace de stockage gratuit de ...](#)

<https://www.google.com/intl/fr/mail/help/about.html>

Gmail fonctionne sur tous les appareils Android ou iOS, et sur les ordinateurs. Triez vos messages, collaborez avec d'autres utilisateurs ou appelez un ami sans ...

Cliquez dessus

Allez sur « se connecter » en haut à droite de la page qui s'est ouverte, ou sur « Se connecter avec un autre compte » en bas de l'écran.

Saisissez l'adresse de messagerie sbarandocov@gmail.com ainsi que le mot de passe modifié tous les ans.

Pour faciliter la connexion la fois suivante, enregistrez le mot de passe sur votre ordinateur.

Cliquez sur connexion pour accéder à la boîte de réception et ainsi prendre connaissance des messages.

Cette messagerie sert également aux animateurs pour informer sur les changements de dernière minute et préciser les lieux de rendez-vous en cas de besoin.

Elle ne doit cependant pas être utilisée pour communiquer par son intermédiaire, la fonction

NOUVEAU MESSAGE ne doit pas être utilisée, seule la consultation des messages est privilégiée pour ne pas nuire à la lisibilité de la procédure.

Les annexes

Annexe 1 « Assurance fédérale information aux adhérents et futurs adhérents »

Annexe 2 « Progression du groupe : rôles respectifs de l'animateur et du serre-file »

ASSURANCE FEDERALE – INFORMATION AUX ADHERENTS ET FUTURS ADHERENTS :

En cas de sinistre, la déclaration doit être faite en ligne dans les cinq jours sur le lien

<https://www.mutuelle-des-sportifs.com/Connexion.aspx?a=YT1SQU5ETw%3d%3d>.

Le tout est expliqué sur

http://www.ffrandonnee.fr/_446/procedure-en-cas-de-sinistre.aspx

et dans le guide des assurances 2016.

<https://www.ffrandonnee.fr/data/CMS/.../GuideAssurances2016.pdf>

La licence FFRandonnée est éditée par la gestionnaire des licences au fur et à mesure de la saisie du bulletin d'adhésion accompagné du certificat médical (valable trois ans pour les moins de 70 ans) et du paiement de la cotisation. Elle est remise au Membre Adhérent sur les chemins de randonnée ou adressée à celui-ci sur sa demande.

Cette licence inclut une assurance fédérale « individuelle responsabilité civile et accidents corporels » dite « **IRA** » qui vous apporte les deux garanties suivantes dans le cadre des activités liées à la randonnée:

- « **Responsabilité civile** », pour couvrir les dommages que vous pourriez causer à une tierce personne,
- « **Accidents corporels** », pour couvrir les dommages corporels que vous-mêmes pourriez subir accidentellement.

La licence **IRA** vous couvre aussi en responsabilité civile, ainsi que votre conjoint, votre concubin, votre pacsé et vos enfants mineurs lorsqu'ils randonnent avec vous et hors association affiliée FFRandonnée. Mais ces personnes ne sont pas couvertes par votre licence individuelle s'ils sont victimes d'un accident corporel.

Si vous désirez couvrir aussi en responsabilité civile et en accidents corporels plusieurs membres de votre famille (votre conjoint, votre concubin, votre pacsé, vos enfants mineurs, vos enfants majeurs de moins de 25 ans, fiscalement à charge et vivant sous le même toit que leurs parents, vos petits-enfants mineurs ou majeurs de moins de 25 ans, fiscalement à charge et vivant sous le même toit que leurs parents, vous pouvez opter au moment de votre inscription pour une licence « familiale responsabilité civile et accidents corporels » dite **FRA**.

La licence **FRA** couvre, même lorsqu'ils randonnent **séparément**, le licencié et les membres de sa famille inscrits sur la licence, hors leurs sorties associatives.

Vous pouvez aussi opter, le cas échéant, pour une licence « Familiale Mono Parentale Responsabilité civile et Accidents corporels » dite **FRAMP**.

Pour obtenir les informations concernant la nature et le montant des garanties, ainsi que la liste des activités assurées, vous pouvez :

- consulter la brochure disponible sur le site de la FFRandonnée à partir du lien

http://www.ffrandonnee.fr/_20/la-licence.aspx

- vous adresser au secrétariat de la section.

Vous pouvez obtenir l'accord du Président ou de l'animateur de la randonnée pour randonner exceptionnellement « à l'essai ». Mais sachez que sans licence vous n'êtes pas assuré à titre personnel par le contrat fédéral.

Une part de votre cotisation d'assurance couvre la responsabilité civile des dirigeants de la section et des animateurs de randonnée. C'est pour assurer les risques spécifiques pris par ces personnes du fait de leurs responsabilités que la possession de la licence FFRandonnée à jour, avec assurance responsabilité civile, est exigée de tous les adhérents.

Votre licence vous permet également, d'un strict point de vue assurance, de participer à des randonnées organisées par un autre club FFRandonnée car ses dirigeants et animateurs sont ainsi assurés vis-à-vis de

vous. Attention, le programme ne doit pas prévoir d'activités non explicitement garanties par votre licence IRA (et en particulier aucune des activités qui exigent une couverture complémentaire type IMPN - voir ci après).

Il faut aussi savoir que si vous proposez à une ou plusieurs personnes (hors cercle familial restreint) d'effectuer une randonnée qui n'est pas au programme officiel d'une association, vous serez considéré comme animateur, mais votre responsabilité civile d'animateur ne sera pas couverte par l'assurance, même si ces personnes sont licenciées FFRandonnée.

Extension du domaine des garanties. Compléments IMPN et FMPN :

Notre section n'organise pas de randonnées dites « alpines et de montagne » où l'itinéraire exige en toutes circonstances des techniques ou du matériel spécifiques à la haute montagne (crampons, corde, piolet...). De même, elle n'organise pas d'activités à risques qui pourraient être associées à une randonnée (via ferrata, ski alpin, luge, VTT, canyoning, canoë-kayak, baignade,...)

Vous pouvez néanmoins vous assurer en « Responsabilité civile » et « accidents corporels » pour la pratique hors section de ces activités en souscrivant une licence « Individuelle Multiloisirs Pleine Nature (IMPN) ou Familiale Multiloisirs Pleine Nature (FMPN) ».

Pour connaître plus en détail les clauses contractuelles, consultez la brochure disponible sur le site de la FFRandonnée à partir du lien http://www.ffrandonnee.fr/_20/la-licence.aspx

Garanties supplémentaires en option :

Elles peuvent permettre notamment de bénéficier d'une aide ménagère, d'une indemnité journalière en cas d'incapacité, de garanties plus élevées en cas de décès ou d'incapacité.

Des extensions sont proposées pour des randonnées hors de la Métropole par Mondial Assurance :

- la garantie Assistance est étendue aux séjours de 3 mois,
- les soins médicaux à l'étranger sont portés à 100 000 €,
- la décision du rapatriement restant sous l'autorité du médecin de l'assistant et en fonction de moyens logistiques locaux,
- la garantie frais de Recherches et de Secours est portée à 20 000 €,
- la garantie Assistance juridique à l'étranger,
- la garantie Avance de fonds à l'étranger,
- la garantie Assistance en cas de perte de documents,
- la transmission de messages urgents.

Pour connaître plus en détail ses options et les documents à compléter, consultez la brochure disponible sur le site de la FFRandonnée à partir du lien http://www.ffrandonnee.fr/_20/la-licence.aspx

Vous pouvez également joindre directement la MUTUELLE DES SPORTIFS pour en savoir plus ou souscrire à ces garanties :

MDS

2 – 4, rue Louis David

75782 Paris cedex 16

Tel. 01 53 04 86 16 / 01 53 04 86 86

contact@grpmds.com

Progression du groupe : Rôles respectifs de l'animateur et du serre-file

En randonnée, l'animateur doit d'abord assurer pour le groupe les meilleures conditions de sécurité, et ensuite faire son possible pour satisfaire tous les participants, en tenant compte des attentes et des capacités physiques de chacun.

Une des difficultés tient au fait que dans un groupe tous les randonneurs n'ont pas la même « vitesse de croisière ».

De même qu'un marcheur non entraîné ou fatigué sera à la peine s'il doit forcer le pas, un bon marcheur trouvera pénible, voire fatigant de progresser pendant des heures au ralenti.

L'animateur qui emmène un groupe non homogène doit parfois rappeler cette évidence aux plus rapides qui se sentent bridés par les plus lents, ou aux plus lents excédés par ceux qui caracolent en tête.

Etant responsable de la sécurité de tous, l'animateur devra gérer la situation pour rester en contact avec l'ensemble des randonneurs, les plus rapides comme les plus lents.

Il en résulte que la vitesse moyenne du groupe sera celle du randonneur le plus lent.

En aucun cas l'animateur ne doit accepter de voir s'étirer le groupe à perte de vue, et surtout pas sur des terrains accidentés qui peuvent devenir dangereux si on s'écarte du sentier.

Il est aidé dans cette tâche par le serre-file, avec lequel il doit rester en contact de façon permanente.

Si le groupe est très restreint, l'animateur peut s'estimer capable de le gérer tout seul, et décider de se passer de serre file. Les professionnels n'en ont pas, en contre partie ils emmènent des groupes réduits (autour de 12 personnes).

Dans ce qui suit, on rappelle quelques **règles de bon sens qui doivent être appliquées systématiquement** par l'animateur et par le serre-file.

Il est rappelé aussi que :

- **L'animateur doit se conformer au règlement Encadrement Sécurité et recommandation sous forme de memento, édicté par la FFRandonnée**
- **L'animateur est et reste en toutes circonstances seul délégataire de l'obligation de sécurité à la charge de l'association et notamment de son Président,**
- **Il reste donc entièrement responsable de sa randonnée, y compris des activités qu'il confie au serre-file. Il doit se mettre d'accord avec lui sur ces activités.**

Nota : *Il n'y a pas de réelle hiérarchie dans l'importance des règles présentées ci-dessous. Cependant, celles qui pourraient parfois être oubliées sont écrites en caractères gras.*

L'ANIMATEUR :

- **Emporte, ou s'assure que dans le groupe quelqu'un emporte le matériel de secours,**
- **Identifie dans le groupe quelqu'un capable de le suppléer pour ramener tout le monde si lui-même connaît un ennui grave (ce peut être le serre-file). Lui décrit l'itinéraire sur la carte.**
- Vérifie avant le départ que l'équipement des participants est adapté à la randonnée projetée.

Nos randonnées sur un week-end ou plus se font parfois sur des terrains très différents de ceux que nous connaissons en Gironde. Le programme officiel doit alors préciser quel est l'équipement nécessaire. Il doit aussi fournir un descriptif de la randonnée avec ses difficultés, sa durée, ses objectifs.

Ne pas prendre le départ avec quelqu'un qui, mal équipé, se mettrait en danger ou mettrait en danger le groupe en lui faisant prendre un retard inacceptable.
- Présente la randonnée, et rappelle les consignes générales
- Présente le serre-file, et rappelle son rôle préalablement défini entre eux,

Rappeler en particulier aux randonneurs qu'il faut signaler au serre-file toute échappée vers un endroit à l'abri des regards, en déposant son sac sur le sentier, au mieux sous le contrôle d'un tiers
- Règle la vitesse de progression sur les conseils du Serre-file qui, à l'arrière, est le mieux placé pour voir les problèmes ou les difficultés rencontrés par les participants.
- Veille au respect du plan de marche afin de terminer la randonnée à une heure raisonnable.
- **Informe le serre-file de toute avance ou de tout retard notable sur le plan de marche,**
- Choisit le moment des regroupements.

- Choisit le moment des pauses. Incite les gens à boire et éventuellement à se restaurer.
- **Ne pense surtout pas à repartir avant que les derniers arrivés n'aient eu un temps de pause significatif,**
- **Surveille l'état de fatigue des randonneurs,**
- Annonce au groupe l'imminence du départ après une pause,
- **Se concerte avec le serre-file avant de remettre le groupe en route,**
- Alerte l'ensemble du groupe lorsqu'il détecte un danger potentiel (arrivée de véhicules, cyclistes, cavaliers, ...)
- Prévient les randonneurs à l'approche d'un passage à risques, et leur donne les consignes de marche. **Un regroupement est nécessaire juste avant chaque passage délicat pour donner les consignes à tous les randonneurs sans exception.**
 - Ceci implique que l'animateur marche en tête sur les tronçons potentiellement dangereux, ce qui lui permet de réduire les risques en choisissant le meilleur cheminement, et en réglant l'allure.*
- Respecte rigoureusement les exigences du Code de la Route lorsqu'il emmène son groupe sur une voie ouverte à la circulation. Peut prévoir des gilets fluorescents en tête et en queue de file pour augmenter le niveau de sécurité.
- Ne perd pas le contact avec les randonneurs de tête,
 - Lorsque le terrain et les circonstances le permettent (absence avérée de danger et aucun risque de se perdre), il peut autoriser un nombre restreint de randonneurs dignes de confiance et qui lui en font la demande à prendre un peu d'avance, en leur indiquant clairement un endroit raisonnablement rapproché, facilement identifiable, où ils doivent attendre le reste du groupe.*
 - Sauf circonstances exceptionnelles, les randonneurs devront attendre même si cet endroit est le terme de la randonnée.*
- Fait stopper, s'il risque de les perdre de vue, les randonneurs trop rapides qui n'auraient pas demandé et obtenu le feu vert pour prendre un peu d'avance.
- **Conserve le contact avec le serre-file. Se retourne très régulièrement pour vérifier qu'il suit.**
- N'hésite pas à arrêter le groupe en sécurité puis à partir à la rencontre du serre-file si ce dernier tarde trop,
- En cas d'incident ou d'accident, il se doit d'éviter le sur-accident et prend immédiatement les mesures pour mettre le reste du groupe hors de danger, et pour l'éloigner de la ou des victimes. Il intervient lui-même en tant que sauveteur, en effectuant les actions pour lesquels il est qualifié, ou bien fait intervenir une autre personne qualifiée immédiatement disponible.

LE SERRE-FILE :

- Peut être associé en cas de reconnaissance du circuit (recommandée mais non obligatoire),
- Compte les participants au départ de la randonnée, et veille à ne perdre personne en cours de route,
- Attend le dernier randonneur qu'il ne doit pas doubler,
- Attend auprès des sacs à dos déposés sur le sentier,
- Encourage les plus faibles, sans jamais les laisser culpabiliser,
- Selon l'avance ou le retard sur le plan de marche, il laisse faire ou il stimule ceux qui oublieraient d'avancer pour une raison ou pour une autre non liée à leur condition physique,
- Vérifie que les randonneurs (ceux qu'il peut voir) appliquent bien les consignes de marche données par l'animateur,
 - En particulier, sur route, c'est lui qui rappelle à l'ordre en cas de non respect des consignes.*
- Alerte le groupe lorsqu'il détecte un danger potentiel (en particulier véhicules, cyclistes, cavaliers,)
 - Il reste modéré dans l'usage du sifflet. Un coup de sifflet peut provoquer un incident car il peut surprendre et faire sursauter un cycliste, et surtout effrayer une monture.*
- **Vérifie qu'il ne manque personne à l'arrivée au point de regroupement ou de pause,**
- **Donne à l'animateur le feu vert pour le redémarrage, dès que tout le monde est présent et prêt à repartir,**
- S'assure après les pauses que rien n'a été oublié sur place, et que les lieux ont été laissés propres.
- Surveille l'état de fatigue des derniers, et en informe l'animateur,
- Prévient ou fait prévenir l'animateur en cas d'accident ou de malaise,

- **Vérifie, avec l'animateur qui reste le responsable, qu'il ne manque personne à la fin de la randonnée.**

La randonnée n'est pas terminée tant que cette dernière vérification n'a pas été faite.