

CHARTRE du Randonneur

La pratique de la randonnée pédestre qu'elle soit associative ou individuelle, respecte diverses règles de sécurité, d'encadrement et d'organisation.

Pour que les randonnées restent un moment de convivialité et de détente pour tous, **veuillez respecter les règles ci-dessous lors de nos marches hebdomadaires du jeudi et de la randonnée du 1^{er} mardi du mois :**

- 1) Pour les randonnées des jeudis ou celle du 1^{er} mardi du mois, **merci par avance de vous inscrire si possible au moins la veille de la marche** via la messagerie « WhatsApp ».
- 2) **Chaque participant doit se sentir premier responsable de sa propre sécurité et se comporter comme tel.**
- 3) Il doit se montrer prudent, vigilant aux obstacles, respectueux du code de la route et des principes de la marche en groupe. Attendre le reste du groupe quand il y a une intersection.
- 4) Rester à portée de vue de l'animateur, qui doit pouvoir rendre compte de ce qu'il a vu en cas d'accident.
- 5) Savoir respecter le groupe en marchant toujours rassemblés.
- 6) **Respecter les consignes données par l'animateur lors des traversées de route.**
- 7) Le groupe ne doit pas dépasser 20 à 25 m de long, ce qui permet à l'animateur de s'assurer que tout le monde suit et adapte la progression en fonction.
- 8) Si le besoin de s'arrêter s'en fait sentir, n'importe quel participant peut demander un arrêt. La personne doit prévenir le serre-file, qui attend la personne qui s'est arrêtée. Le serre-file peut faire ralentir le groupe si ce dernier prend trop d'avance.
- 9) **Ne pas quitter le groupe sans en informer l'animateur de tête ou le serre-file.**
- 10) Il est recommandé à chaque randonneur d'avoir dans son sac à dos : **sa fiche d'identification avec un numéro de téléphone de la personne à prévenir en cas d'accident.**
- 11) Avoir **des chaussures de randonnées** confortables, qui assurent un bon amorti et qui soient crantées. Des bâtons de randonnées (facultatif). Des vêtements adaptés à la météo (imperméable, lunettes de soleil, crème solaire, chapeau etc.).
- 12) Une bouteille d'eau, une barre énergétique en cas de besoin.

En effet, cette activité ne vise pas la performance, ni l'exploit sportif, ni l'esprit de concurrence. Il s'agit de rencontres conviviales, à la découverte de sites, de paysages et de milieux culturels, tout en améliorant notre santé et notre qualité de vie.