

Charte du randonneur

Chaque adhérent randonneur du club est seul et unique responsable de son comportement.

En début de saison, le randonneur fournira **en priorité un certificat médical** de moins de 6 mois ou éventuellement, en cas de renouvellement de son inscription, l'attestation mentionnant qu'il a pris connaissance du **questionnaire « QS Santé »** attestant de ses capacités à la marche ou à la marche nordique.

Trois niveaux de randonnées sont régulièrement proposés chaque semaine, il doit donc faire le choix des randonnées adaptées à sa condition physique, en fonction de ses propres possibilités physiques et du temps de marche. Les animateurs pourront le renseigner sur les difficultés d'une randonnée : difficulté énergétique, la technicité, le risque.

La participation à une randonnée entraîne des règles imposées par l'animateur de la randonnée. Le respect des horaires de rendez-vous est demandé à chaque participant.

Le Randonneur prendra soin avant le départ d'avoir les équipements de protection et de sécurité nécessaires. (Bâton ou canne de randonnée, vêtements et chaussures adéquates, chapeau ou casquette, lunettes, crème solaire, gourde d'eau en quantité suffisante, encas sous formes diverses céréales fruits ...).

Il est recommandé d'avoir sur soi une pochette avec ses papiers, en particulier sa carte d'identité, sa carte vitale et une fiche personnelle de renseignements médicaux complétée par vos soins. **Cette fiche est strictement personnelle et confidentielle et ne sera exploitée qu'en cas de nécessité. Vous devrez avertir l'animateur (ou une personne de votre choix) sur la présence de cette fiche ainsi que l'endroit où vous la conservez.**

Le Randonneur prend soin de ses effets personnels afin d'éviter la perte de ses papiers (carte d'identité, carte d'adhésion, carte vitale, argent...).

L'Animateur de la randonnée peut annuler, modifier ou écourter une sortie (conditions météorologiques, retard sur le plan de marche...).

Il peut par mesure de sécurité, refuser un participant pour équipement jugé non-conforme.

Il peut limiter le nombre de participants.

Lors de chaque randonnée, il désigne une personne (serre-file) pour « fermer la marche ».

Le Randonneur devra respecter la nature et son environnement.

Il ne laissera pas traces de son passage par des résidus alimentaires de pique-nique, de papier ou autres déchets.

Dans les parcs régionaux ou nationaux il respectera la flore (cueillette interdite) ; en présence de troupeaux il prendra soin de ne pas effrayer par des éclats de voix ou des gestes brusques.

Le dernier du groupe refermera correctement les barrières.

Le Randonneur devra suivre le parcours imposé par l'animateur et ne pas chercher à dévier du chemin pour un supposé raccourci.

S'il se trouve en tête de randonnée, il prendra soin d'attendre le groupe aux intersections.

S'il quitte momentanément le groupe, il prendra soin d'avertir l'animateur ou le serre-file.

Soyons tolérants et courtois avec les autres Randonneurs, et envers la population locale.

Nom et Prénom du randonneur _____

Date _____

Signature