Club léo lagrange BAYONNE

Sports et Cultures au cœur

Règlement Montagne



5, chemin Mousserolles
64100 BAYONNE
05 59 59 33 79

01/09/2020

Une association affiliée léo lagrange FEDERATION

Club léo lagrange BAYONNE
Sports et Cultures au cœur

5, chemin Mousserolles
64100 BAYONNE
05 59 59 33 79

TABLE DES MATIERES

EXTRAIT DES ANNEXES SUR LES REGLEMENTS INTERIEURS PROPRES AUX SECTIONS ***2***

Les Sorties Randonnée Montagne **2**

Modalités de participation aux sorties de la section MONTAGNE : **3**

L'équipement nécessaire et adapté à la sortie : **4**

Club leo lagrange BAYONNE
Sports et Cultures au cœur

5, chemin Mousserolles
64100 BAYONNE
05 59 59 33 79

EXTRAIT DES ANNEXES SUR LES REGLEMENTS INTERIEURS PROPRES AUX SECTIONS

Les Sorties Randonnée Montagne

Tout participant aux randonnées organisées par le Club leo lagrange est tenu de suivre les recommandations suivantes :

- Être adhérent du club,
- S'assurer que la sortie sur laquelle il s'inscrit correspond à son niveau de marcheur,
- Se présenter le jour de la sortie en bonne condition physique,
- Être muni du matériel nécessaire pour randonner *(voir § « équipement nécessaire »),*
- Tout nouvel adhérent du club doit impérativement commencer la pratique de la randonnée par une sortie de niveau A ;
- Suivre les directives du responsable de la sortie ;

Si, au cours de la saison, un adhérent ne pratique pas l'activité « Randonnée » durant une absence de plus de 30 jours consécutifs pour problème de santé il sera envisageable de lui demander de fournir un certificat médical pour une reprise effective de l'activité.

En cas de désistement suite à une inscription à 1 week-end ou séjour, un remboursement de l'hébergement sera effectué s'il n'est pas facturé par le gîte. Le co-voiturage sera néanmoins dû si la personne n'est pas remplacée, même en cas de force majeure.

Les randonnées ne sont pas toujours signalées sur l'ensemble du parcours. Il est parfois nécessaire de passer dans des zones non balisées (champs, barbelés, barrières, etc…).

L'accompagnateur se réserve le droit de changer son itinéraire en fonction des circonstances du moment (niveau du groupe, conditions météorologiques, etc…). Il est seul compétent en la matière.

Chaque randonneur doit rester solidaire avec l'ensemble du groupe, et ne doit en aucun cas se dissocier de ce dernier sous peine d'engager sa propre responsabilité en cas d'accident.

En accord avec le Conseil d'Administration, les différents accompagnateurs du Club se réservent le droit d'exclure tout adhérent qui ne respecte pas ce règlement ou toute personne faisant preuve de mauvais esprit ou de critiques non fondées.

Les chiens et autres animaux ne sont pas acceptés.

L'alcool est fortement déconseillé.

5, chemin Mousserolles
64100 BAYONNE
05 59 59 33 79

Modalités de participation aux sorties de la section MONTAGNE :

Le calendrier trimestriel est disponible sur le site internet du club.

Afin de faciliter l'organisation, une inscription préalable à la sortie est nécessaire. Elle peut être effectuée soit en téléphonant aux heures habituelles d'ouverture du club soit directement sur le site internet du club à la rubrique « Inscription aux randonnées ».

Il est possible de faire un ESSAI sur la sortie de son choix de niveau A avant l'adhésion définitive. Contacter le club avant la sortie.

Les randonnées sont accessibles aux adultes.

2 niveaux sont proposés : A et A+ pour des dénivelés inférieurs à 900m, B et B+ pour des dénivelés supérieurs à 900m.

Sauf avis contraire signalé dans le descriptif de la randonnée, les départs et retours se font au parking de l'Aviron Bayonnais selon les horaires établis par les accompagnateurs. L'horaire annoncé correspond à l'horaire de départ (arriver un ¼ d'heure avant et prévenir en cas de désistement).

Les déplacements s'effectuent en voiture personnelle. Les frais de covoiturage sont partagés selon le nombre de personnes au tarif kilométrique en vigueur plus frais d'autoroute. Il est indispensable d'avoir de la monnaie pour les frais de transport.

Les frais de transport des animateurs/bénévoles sont pris en charge par le groupe.

5, chemin Mousserolles
64100 BAYONNE
05 59 59 33 79

L'équipement nécessaire et adapté à la sortie :

- Chaussures hautes de montagne ;
- Nourriture et boisson suffisantes :
  - ✓ Barre de céréales, ou banane ou fruits secs pour les pauses ;
  - ✓ 1 litre à 2 litres d'eau suivant la saison.
- Sac à dos ;
- Vêtements chauds & cape/pluie, paire de gants, bonnet ;
- Chaussures de rechange (Pour monter dans les véhicules) ;
- Protection solaire (lunettes, casquette / chapeau, crème solaire…) ;
- Lampe frontale ;
- Couverture de survie ;
- Si randonnée itinérante, nécessaire de toilette ultra léger (lingettes, minidoses, etc ...)
- **La trousse de secours :**
  - ✓ Une ou deux lingettes désinfectantes (plaies) ;
  - ✓ Une à deux compresses stériles ;
  - ✓ Une bande « Strap » ;
  - ✓ Pansements individuels et anti-ampoules (type Compeed) ;
  - ✓ Carrés de sucre emballés individuellement ;
  - ✓ Médicaments personnels. Les traitements (anti-douleurs, etc. ...) sont personnels et ne sont destinés qu'à son propre usage. Vérifier régulièrement les dates de péremption.
- **Les documents nécessaires :**
  - ✓ **Papier d'identité** et **Fiche Santé mise à jour annuellement** (traitement en cours, les allergies et toute information pouvant servir en cas d'accident ainsi que les personnes à prévenir) ;
  - ✓ **CARTE VITALE EUROPENNE d'assurance maladie** pour une prise en charge des frais en cas d'accident en Espagne ou Pays européens.

Les Coprésidents :

Jean Marcel PEYRAS Jean Paul HUGUE