



Affiliée à la Fédération Française de
Randonnée Pédestre sous le n° 05368

1 - Règlement intérieur

Article 1 : le Cub des Godillots du Plateau s'interdit :

- Toute discrimination d'ordre politique, syndical, religieux ou racial,
- Toute aide quelconque à un organisme, sportif ou non, poursuivant un but commercial.

Article 2 : le Conseil d'administration

- Il est constitué par des volontaires et des membres du bureau,
- Il est présidé par le Président, à défaut par le vice-président,
- Il fixe les tarifs de cotisations,
- Il valide le plan de formation.

Les fonctions de membres du Conseil d'administration et d'animateurs sont bénévoles. Toutefois, les frais et débours occasionnés dans l'accomplissement des missions effectuées sont remboursés sur présentation de justificatifs.

Article 3 : le Bureau :

- **Le président :**
 - ✓ représente l'association à l'extérieur,
 - ✓ prend toutes les décisions utiles à la bonne marche du club,
 - ✓ est l'interlocuteur privilégié pour toutes les relations extérieures.
- **Le vice-président** remplace le président en son absence.
- **Le secrétaire :**
 - ✓ rédige les convocations, les procès-verbaux, la correspondance, est chargé de la tenue des documents,
 - ✓ gère les licences-assurance et les déclarations d'accident.
- **Le trésorier :**
 - ✓ gère les finances de l'association suivant les règles comptables en vigueur,
 - ✓ effectue le règlement des dépenses, après visa du président,
 - ✓ encaisse les cotisations.

Article 4 : les animateurs :

- Ils sont reconnus par le président ou la commission "Sorties-Animations" et ont délégation pour conduire les sorties.
- Ils organisent les reconnaissances nécessaires pour conduire les sorties.
- Ils soumettent au bureau leurs besoins en matériel et en formation.

Article 5 : tout adhérent ayant bénéficié d'une formation subventionnée par le Club s'engage moralement à adhérer au minimum pour 2 ans au Club.

2 – Informations générales

LES SORTIES

- Suivant les conditions météo, la sortie pourra être annulée, c'est l'animateur qui en décide. Toutefois, les parcours pourront être aménagés en conséquence. L'heure de départ prévue au programme peut être modifiée, en cas de doute, téléphonez pour être sûr.
- Les associations de randonneurs sont ponctuelles, les véhicules partent à l'heure indiquée au calendrier.
- Tous les groupes sont encadrés. En route, soyez toujours placés entre le responsable de tête et le serre-file. Si vous devez vous absenter un instant, laissez votre sac sur le chemin, vous serez attendu.
- Ne surestimez pas vos capacités, il est plus agréable d'en conserver « sous le pied. »

TRAJETS EN VOITURE

Si vous êtes conducteur, demandez les consignes au responsable de la sortie. Les voitures sont remplies au maximum à 4 ou 5 personnes. Une participation financière est à l'appréciation de chacun des occupants du véhicule (sauf dans le cas de prise en charge des frais de déplacement par le club).

Attention : pour le trajet en voiture, c'est l'assurance du véhicule qui joue. Le Club ne peut, en aucun cas, assurer votre voiture. Demandez à votre assureur s'il couvre vos activités bénévoles de transport de passagers (co-voiturage).

SEJOURS :

- seuls les licenciés à jour de cotisation et ayant fourni un certificat médical sont admis.
- l'organisateur d'une sortie payante collecte les inscriptions ainsi que le règlement (chèque)

3 – Charte du randonneur

Conscients de l'importance qu'il y a à protéger notre environnement végétal et de l'effet amplificateur d'un groupe important de randonneurs, nous rappelons quelques consignes :

RESPECT DE LA NATURE

- Ne cueillez pas les fleurs, elles sont tellement plus belles dans leur milieu naturel qu'au fond de votre sac ! Interdisez-vous de cueillir des fruits et champignons dans les propriétés privées, cela évitera des déboires à l'ensemble des randonneurs qui passeront après vous.
- En montagne, suivez le sentier existant, et surtout ne créez pas de raccourcis, car vous allez instaurer des drains qui détruiront le sentier initial et provoqueront une instabilité du sol.
- En prairie, même consigne, une prairie piétinée par une vingtaine de personnes est perdue.
- Pensez à ceux qui passeront derrière vous, et ramassez tous vos débris, même ceux qui sont biodégradables.

SENS CIVIQUE

- Respectez l'animateur qui a œuvré et pris sur ses loisirs, pour vous faire découvrir une balade intéressante. Ne le dépassez pas, car il connaît les difficultés du parcours, et c'est lui qui gère la cadence.
- Toute personne qui dépasse l'animateur n'est plus sous la responsabilité du Club.
- Evitez des arrêts intempestifs, injustifiés.
- Si vous avez des critiques à formuler, réservez-les pour les animateurs qui transmettront.
- La présence d'animal de compagnie n'est pas admise dans les parcs et réserves.

La prudence doit être pour chacun une préoccupation de tous les instants

L'EQUIPEMENT

- Etre bien chaussé est un élément de sécurité mais aussi de confort : chaussures à tige montante haute et semelle fortement crantée sont conseillées.
- En toute saison, un orage suivi d'un refroidissement peut arriver, ayez constamment dans votre sac un vêtement de pluie, des vêtements chauds : polaire, gants, bonnet, pantalon.
- Il peut faire très chaud, prévoir de la boisson en quantité suffisante : au moins un litre par personne, crème solaire et couvre-chef.
- Emportez un casse-croûte énergétique mais léger.

Pensez à vous restaurer avant l'effort et à boire avant d'avoir soif

APTITUDE SANTE

- Vous devez fournir un certificat médical d'aptitude à la randonnée pédestre.
- Si vous êtes sujet à une indisposition chronique, n'oubliez pas vos médicaments (allergies, asthme, etc...).
- Si vous êtes victime d'un accident de santé grave, susceptible d'être vital (AVC, crise cardiaque, commotion cérébrale...), vous devrez le signaler.
- Il est conseillé de signaler vos allergies, une propension à l'hypoglycémie, toute défaillance susceptible d'entraîner même un malaise léger.
- Il est conseillé de renseigner la fiche "INFORMATIONS MEDICALES CONFIDENTIELLES" fournie par le club, de la placer dans une enveloppe cachetée avec mention **CONFIDENTIEL : INFORMATIONS MEDICALES**. L'enveloppe doit être placée dans une poche facilement accessible du sac à dos.

LA TROUSSE A PHARMACIE

- Une trousse appartenant au club doit être détenue dans le groupe de randonnée.
- N'oubliez pas le mode d'emploi simplifié des médicaments que vous prenez à titre personnel et indiquez clairement les gestes d'urgence à faire en cas de maladie spécifique.

LES INDISPENSABLES POUR CHAQUE RANDONNEUR

- Des médicaments pour la douleur, pour les coups, pour les diarrhées soudaines,
- Des pansements, un désinfectant, des compresses stériles, une bande,
- De la double peau pour les ampoules, des épingles à nourrice,
- Une couverture de survie,
- Lors des séjours, ayez votre licence de randonneur.

LICENCE ASSURANCE

Pourquoi une licence avec assurance Responsabilité Civile ?

Même si vous bénéficiez déjà d'une garantie personnelle vie privée, elle ne prend pas en compte la responsabilité dans une association adhérente à la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

La F.F.R.P. est agréée par l'Etat en tant que Fédération sportive. Ses associations adhérentes sont soumises aux dispositions de la loi n° 84-610 du 16 juillet 1984 qui impose aux groupements sportifs d'assurer leur propre responsabilité civile, celle de leurs préposés et celle des pratiquants de leur activité.

Toute association qui licencie FFRP tous ses adhérents (sauf IS et FS) acquitte du même coup, proportionnellement à son effectif, une prime pour couvrir sa propre responsabilité : cette prime est incluse dans la part « assurance » de chaque licence.

Il faut qu'une association licencie tous ses adhérents randonneurs, pour que la licence de celui qui a accepté d'encadrer une sortie le garantisse non seulement comme randonneur, mais aussi comme animateur.

Un certificat médical d'aptitude est obligatoire chaque année.



Adhérer au Club des Godillots, c'est non seulement être présent aux randonnées hebdomadaires, mais cela implique également de s'investir dans la vie du club en prenant part à l'organisation des manifestations comme "La Godillotte", la Fête des Godillots, le Téléthon, etc ... ou en proposant des idées de randonnées.