

OBLIGATIONS D'UNE ASSOCIATION

Une association ou structure assume, pour les groupes qu'elle encadre, **une obligation de sécurité et de moyens** : elle doit faire tout son possible pour assurer « la surveillance permanente des pratiquants ».

> Assurer le déplacement de son groupe dans les meilleures conditions de sécurité en adéquation avec les motivations et les capacités physiques de celui-ci.

« En individuel ou en association il y a quelques règles à respecter »

1) **S'INFORMER** de l'itinéraire et de ses particularités (difficultés, durée, autorisation de passage...)

2) **SE PRÉPARER** et évaluer la condition physique nécessaire.

3) S'ÉQUIPER :

- > Matériel de progression (chaussures et sac à dos adaptés aux caractéristiques de la randonnée).
- > Matériel de protection (vêtements pratiques adaptés aux conditions météo).
- > Matériel et fournitures pour se restaurer (vivres, eau)

4) SE COMPORTEUR

- > Gérer l'effort, s'hydrater et s'alimenter.
- > Ne laisser aucune trace de son passage.
- > Respecter le milieu traversé.

5) S'ADAPTER

- > à l'évolution des conditions de pratique (météo, terrain), aux informations rencontrées (zones protégées, dangers ponctuels, autres usagers ...)



... dans l'un des nombreux clubs **bas-normands** affiliés à la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Profitez de randonnées variées, encadrées par des animateurs expérimentés.

Retrouvez la liste des clubs bas-normands :

Calvados : www.ffrandonnee14.com

Manche : www.rando50.fr

Orne : www.cdrp61.org

Vous souhaitez vous investir

> Vous appréciez d'être encadré et guidé. A votre tour, vous souhaitez emmener un groupe de randonneurs explorer nos chemins et découvrir notre patrimoine naturel et culturel, à travers toute la France.

Devenez animateur de randonnée pédestre !

> Vous appréciez la qualité et la fiabilité des itinéraires. Vous suivez avec confiance le balisage, œuvre de nos 6000 baliseurs.

Devenez baliseur !

> La FFRandonnée propose des formations tout au long de l'année sur l'ensemble du territoire national.

> **Module de base (lecture de carte et boussole)**

- > Animateur 1er niveau
- > Animateur 2ème niveau
- > Animateur Marche Nordique
- > Animateur Rando Santé
- > Baliseur
- > Aménageur
- > Utilisateur du GPS de randonnée
- > Collecteur de données numérique
- > Gestionnaire de données numériques

Nos formations apportent au pratiquant des connaissances sur la randonnée pédestre et sont ouvertes à tous.

Recommandations



aux randonneurs

« La randonnée pédestre est une **Activité Physique et Sportive se pratiquant en pleine nature ou dans tout autre lieu, sur tout cheminement, dans le respect des milieux traversés.**

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



1 rue du 8 mai 1945 - 50570 MARIGNY
02 33 55 34 30 - crrp.bn@wanadoo.fr
<http://basse-normandie.ffrandonnee.fr/>



LES RANDONNEURS ET LA ROUTE

Lorsqu'une chaussée est bordée d'emplacements praticables réservés aux piétons tels que **trottoirs ou accotements**, vous êtes tenu de les emprunter.

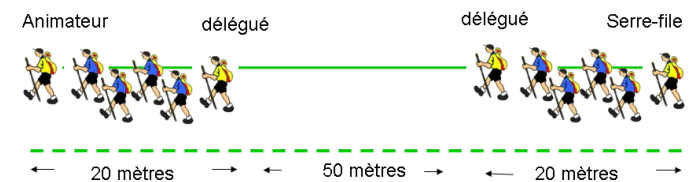
> Si vous ne pouvez pas utiliser les trottoirs et les accotements, vous devez vous déplacer sur le **bord droit** de la chaussée **en colonne par deux** et veiller à laisser libre au moins toute la partie gauche de la chaussée, pour permettre le dépassement des véhicules. Le groupe est considéré comme un véhicule.



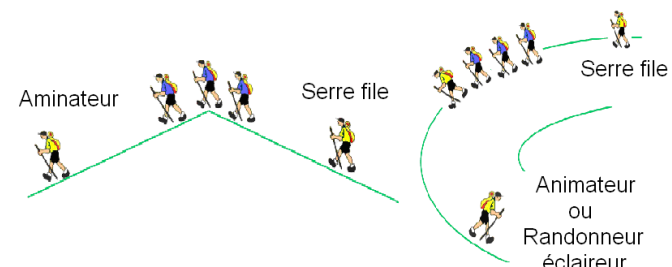
> Si toutefois, hors agglomération, vous avancez en **colonne par un**, vous devez vous déplacer sur le **bord gauche** de la chaussée, sauf si cela est de nature à compromettre votre sécurité.



> **Groupe de plus de 30 personnes** : Il est recommandé de le **scinder en plusieurs groupes**. Dans chaque groupe, vous déplacer également en colonne par deux, sur le bord droit de la chaussée. Chaque groupe ne doit pas occuper plus de **20 m de longueur**. Conservez un **intervalle de 50 m entre chaque groupe**, pour faciliter là aussi le dépassement par les véhicules.

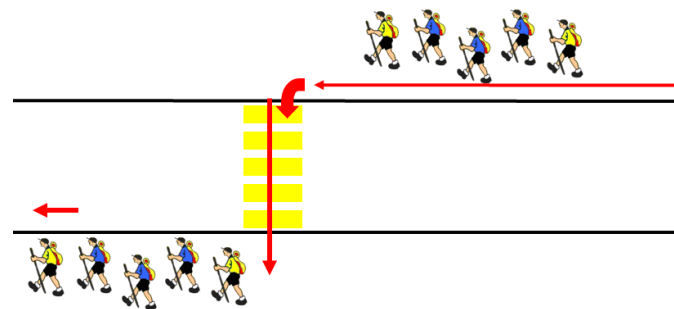


> **En sommet d'une côte ou dans un virage et en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules**, vous devez désigner un éclaireur pour sécuriser et ouvrir la marche et aussi poster un serre file en retrait pour sécuriser et fermer la marche.



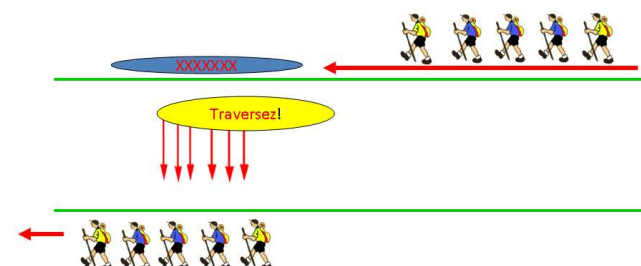
> Vous ne devez **traverser qu'après vous être assuré que vous pouvez le faire sans risque en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules**

> Vous avez l'obligation **d'emprunter les passages prévus pour les piétons, s'ils sont situés à moins de 50 mètres**



> Lorsque la traversée est réglée par des **feux de signalisation**, vous devez attendre le feu vert pour les piétons avant de vous engager. Lorsque c'est **un agent qui règle la circulation**, il faut attendre son signal avant de traverser

> Aux intersections à proximité desquelles il n'existe pas de passage prévu pour les piétons ou hors des intersections traversez ensemble la chaussée perpendiculairement à son axe **et ne traversez pas en diagonale**.



CONSIGNES AUX RANDONNEURS

1 - Informez les animateurs d'éventuelles difficultés de santé avant le départ de la randonnée (avoir une fiche sanitaire et une fiche technico-médicale à jour).

2 - Suivez les consignes et les recommandations des animateurs

3 - Ne dépassez jamais l'animateur de tête

> Informez l'animateur de tête ou le serre-file lorsque vous quittez momentanément le groupe

> Mettez votre sac à dos en bordure de chemin pour que le serre-file voit votre arrêt

> Sachez qui possède la trousse de secours

> Respectez les lieux et les chemins : remportez vos débris, papiers, épluchures, etc...

> Ne cueillez ou ne récoltez rien, ni fruits, ni fleurs sur le parcours.

> Les chiens ne sont acceptés que tenus en laisse et en fin de groupe ou non acceptés, selon le règlement de l'association.

NOUS CONTACTER