

CARAMAN RANDONNEES LOISIRS

Association loi 1901

Siège Sociale : Mairie de Caraman

Président : MOULIN Dominique

Tél : 06 73 70 37 18—Émail : moulin.dominique2@orange.fr

Secrétaire : MISSEY Maud

Tél : 05 83 06 58 61—Émail : missey.maud@orange.fr

Trésorier : MISSEY Jean-Paul

Tél : 06 71 42 63 17—Émail : jp.missey@orange.fr

N° 3 201 21 / Préfecture Haute Garonne - N°3609 / FFRP – Agrt FFRP / 75 S 52

Déclarée sous N° 03102 ET 0036 / DRDJS - Agréé sous N° 31 AS 1095/DRDJS

Le "C.R.L."

Où, Quand, Comment ?

Règlement interne

Informations générales

Association du type loi 1901, ayant pour but de rassembler ses membres intéressés par la randonnée pour découvrir ou redécouvrir, avec le goût de l'effort, la plaine, la montagne, principalement : la Montagne Noire, les Pyrénées dans la convivialité, la détente, en partageant le spectacle permanent que nous offre la Nature.

Activités courantes

- Rando balade douce le mardi après-midi 1 fois par mois
- Rando niveau 1 le mardi après-midi tous les 15 jours
- Rando niveau 2 le mardi sur la journée 1 fois par mois
- Rando niveau 2 ou 3, un WE tous les 15 jours. 1 ou 2 jours du WE
- Une ou plusieurs randos sur 1 semaine (ascension, et été)
- Une soirée galette des rois, une soirée crêpes/diapositifs, une sortie omelette pascalle.
- Une participation locale Téléthon
- Activités sentiers et balisage. - patrimoine
- Sortie cohésion en principe une fois par an (*tous niveaux*)
- Manifestations diverses. (*Loto, accompagnement scolaire et autres...*)

Définition de niveau :

- **Balade douce :**
 - Dénivelé cumulé : inférieur à 100m
 - Distance : entre 5 et 7 km
- **Niveau 1 :**
 - Dénivelé cumulé pouvant atteindre 400m
 - Distance possible : une dizaine de km
- **Niveau 2 :**
 - Dénivelé cumulé pouvant atteindre 800m
 - Distance possible : une vingtaine de km
 - Temps de marche : compris entre 4 à 6 heures
- **Niveau 3**
 - Dénivelé cumulé en montagne au-delà de 800m

- Altitude : 1600m et au-delà
- Temps de marche : de 6 à 7 ou plus pour « avertis »

De nouvelles plaquettes sont actuellement à l'étude par la F.F.R.P. prenant en compte 3 critères eux-mêmes découpés en 3 niveaux de difficulté :

- L'effort,
- La technicité
- Le risque

Planning biannuel

Les randos sont proposées et organisées par des adhérents du C.R.L. qui peuvent faire appel à des professionnels extérieurs.(ex : guide de montagne...)

Médical :

- I. Toute nouvelle adhésion sera systématiquement accompagnée d'un certificat médical
- II. Le CA peut être amené à demander la production d'un certificat médical lorsqu'un adhérent a présenté des difficultés lors d'une précédente randonnée.
- III. La production ou le renouvellement du certificat médical (*périodicité*) le club appliquera les conditions demandées par l'assurance de la F.F.R.P. (*ou formule équivalente*)

Test premier contact :

Une sortie d'essai sans adhésion, est possible en niveau 1 ou 2 exclusivement, sous réserve d'être assuré en responsabilité civile personnelle, l'avis technique sur la rando sera sollicité auprès de la personne figurant à la rubrique "renseignements". La décision d'accord appartient au responsable de la rando. Pas de dérogation possible à cette sortie d'essai.

Cotisation- Assurance :

Obligatoire pour participer aux randonnées. Elle comprend la cotisation à l'association et la licence à la fédération.

- I. La cotisation annuelle individuelle, couple, famille avec choix de la formule, donne accès à toutes les activités du C.R.L
- II. L'affiliation à la F.F.R.P. couvre l'ensemble des activités du C.R.L...

Divers :

1. La diffusion d'informations pour chaque sortie se fait sur le site Internet, 15 jours auparavant (*sauf pour les personnes ne possédant pas internet qui seront informées par courrier ou téléphone*). Les participants doivent s'inscrire sur le site dans la rubrique prévue à cet effet (*constitution de groupe, annulation éventuelle en fonction météo...*)
2. Les délais d'inscription, réservations pour gîte, refuge..., sont diffusés sur le site.

Informations Complémentaires

- a) En cas de problèmes lors d'une sortie, l'organisateur est couvert par l'assurance de l'association
- b) Pour des raisons de responsabilité et sécurité, le randonneur se doit de marcher toujours derrière l'organisateur. S'il ne respecte pas cette consigne, le club se désengage de toute responsabilité.
- c) La note d'information communiquera le nom et le n° de téléphone de l'organisateur à la rubrique : renseignements, ainsi que l'itinéraire détaillé du déplacement, en véhicule, entre les points de départ de Caraman et le point de départ de la rando.
- d) Covoiturage : les frais de déplacement sont à répartir équitablement entre les différents participants (*pour plus de détail se référer à la rubrique covoiturage dans le chapitre fonctionnement du site internet*).

- e) L'adhérent est invité à s'informer, auprès de l'organisateur, si le niveau de difficulté de la sortie correspond bien à ses capacités, puis se conformera à ces recommandations dès son inscription.
- f) Les horaires indiqués fixent l'heure de départ et impliquent la présence sur le lieu de rendez-vous quelques minutes auparavant.
- g) Si besoin de raquettes, se faire connaître auprès de l'organisateur au moment de son inscription à la rando.
- h) Une rando peut être assortie parfois d'un thème (*champignons, châtaignes, omelette Pascale, manifestation locale, jonquilles, etc...*).
- i) Recensement au moment des départs (*véhicules et rando*) des téléphones portables disponibles, de la présence de la trousse de premiers secours, du matériel technique adapté à la randonnée (*altimètre, GPS, boussole, cartes, raquettes à neige, talkies-walkies, DVA*)
- j) Accepter la décision de l'organisateur, lorsqu'il s'avère nécessaire de modifier un itinéraire rando en cas d'impondérables (*météo, santé, délais*).
- k) Si la veille de la rando, l'organisateur est obligé de changer la destination il se doit d'informer individuellement les participants inscrits sur le site afin qu'ils puissent s'adapter à la nouvelle destination.
- l) Panacher les niveaux 2 et 3 durant la belle saison.
- m) Le(a) mineur(e) doit être obligatoirement accompagné(e) par un parent proche participant à la randonnée.
- n) Un membre qui s'engage dans une activité entraînant sa participation financière (*gîtes, refuges, camping, repas collectifs etc...*) et qui se désisterait s'engage à régler son dû pour éviter un surcoût aux autres participants.
- o) Diffusion uniquement, entre les membres du C.R.L, du listing (*adresses et téléphones*).
- p) Le site Internet du CRL est accessible par tous ses adhérents par validation informatique au moment de son adhésion ou de son renouvellement. Le mot de passe sera communiqué pour accéder aux informations personnelles. (En cas de difficulté d'accès, s'adresser à l'administrateur).
- q) Mention « **Droit à l'Image** » : des personnes ne souhaitant pas figurer sur les photos hébergées sur le site doivent se faire connaître et demander le droit de retrait qui leur sera accordé.
- r) Mention « **Utilisation d'Images** » : aucune photo ne sera utilisée dans un autre cadre que celui du CRL.
- s) Toute idée nouvelle et constructive sera soumise au C.A.
- t) Les remboursements des frais kilométriques de reconnaissance, de balisage, de réunion départementales, etc...se feront sur le principe de la déclaration des frais de déplacements engagés dans le cadre d'une activité bénévole. (*Voir annexe 1*)
- u) Les chiens sont tolérés en randonnée uniquement tenu en laisse.

LES ANNEXES

- Annexe 1 : *Remboursement frais*
- Annexe 2 : *Membres non-randonneur du club.*
- Annexe 3 : *Membres d'honneur.*
- Annexe 4 : *Modalités de versement d'acomptes pour séjour*