



## **REGLEMENT INTERIEUR DE L'ASSOCIATION**

Ce règlement intérieur a pour objectif de préciser les statuts de l'Association L'ELAN NORDIQUE SAINT AMANDOIS qui a pour but :

- de pratiquer et développer la marche sous toutes ses formes : nordique, urbaine, randonnée douce, endurance, fitness en extérieur, sportive et itinérante tant pour sa pratique sportive et bien être que pour la découverte de l'environnement.
- de marcher dans la convivialité, le respect mutuel et la bonne humeur.

Le fait d'adhérer à l'Association implique la connaissance et l'acceptation des statuts et du présent règlement intérieur, et le respect des règles édictées par la Fédération Française de Randonnée.

### **ADHESION**

Les futur/e/s adhérent/e/s ont droit à trois sorties à l'essai afin de tester leur capacité et leur intérêt pour les différentes activités proposées par l'Association.

A noter que pour ces trois sorties, le club, l'animateur/trice et le candidat/e sont couverts par l'assurance fédérale de la Fédération Française de Randonnée Pédestre ; mais au-delà de ces trois séances les candidat/te/s ne sont plus couverts.

A l'issue de ces sorties, les futur/e/s adhérent/e/s remplissent une fiche d'adhésion, s'ils/elles désirent continuer l'aventure.

Pour être licencié/e, il faut :

- remplir un bulletin d'adhésion,
- verser une cotisation annuelle (avec obligation de prendre la licence à la FFRP),
- produire un Certificat médical d'Absence de Contre-indications CACI pour les activités de marche et de randonnée, datant de moins de six mois obligatoire pour toute première prise de licence et à chaque reprise de licence après une interruption de deux saisons sportives ou plus
- attester avoir rempli l'auto-questionnaire personnel de santé fourni par la FF Randonnée pour le renouvellement annuel de la licence. En cas de réponse positive à une ou plusieurs questions, la commission fédérale conseille vivement de consulter un médecin sur la poursuite des pratiques. Ce questionnaire est la propriété du licencié/e et ne doit pas être montré au club ou à ses animateurs/trices.

L'appel à cotisation se fait dès la fin de saison.

La saison commence début septembre et se termine fin juin.

## **ASSURANCE**

L'association licenciera tous ses adhérent/e/s à la FFRP sans dérogation possible. Ce qui permet au club de bénéficier du contrat d'assurance fédéral.

Le type de la licence sera IRA (individuelle avec responsabilité civile et accidents corporels).

Un « guide assurance » est disponible sur le site de la FFR et sur le lien.

## **COMMUNICATION DES ACTIVITES**

Les sorties/activités sont communiquées sur le lien informatique de l'Association pour le mois à venir.

Figurent la date et heure de l'activité, le lieu, le lieu de covoiturage, le nom de l'animateur.

Les adhérent/e/s doivent impérativement informer de leur présence l'animateur/trice responsable de la séance.

## **DEPLACEMENTS ET COVOITURAGE**

Les déplacements sur le lieu du rendez vous s'effectuent en voiture personnelle.

D'un point de vue économique et écologique, il est conseillé de pratiquer le covoiturage et le partage des frais.

L'acceptation du système de covoiturage est sous l'entièvre responsabilité du conducteur/trice et de ses passager/ère/s.

Les conducteurs/trices doivent posséder un permis de conduire en cours de validité et une assurance du véhicule.

## **EQUIPEMENTS**

Chaque randonneur/euse devra avoir un équipement approprié (conditions climatiques et géographiques) et adapté à la pratique de l'activité proposée : c'est-à-dire des chaussures adaptées (semelles crantées en bon état et antidérapantes), des bâtons adaptés à la marche proposée, un sac à dos contenant vêtement de pluie et/ou chapeau, de l'eau en quantité suffisante (ainsi qu'un en-cas si nécessaire).

Les bâtons de marche nordique peuvent être prêtés par le club lors des séances d'essai.

## **REGLES DE BONNE CONDUITE**

Les participant/e/s qui prennent part à la marche s'engagent :

- à respecter les consignes données par l'animateur/trice,
- à respecter la réglementation en vigueur du code de la route,
- à respecter la nature,
- à partager l'espace avec d'autres usagers avec courtoisie,
- à effectuer la sortie en totalité.

L'accompagnement par les animaux de compagnie n'est pas autorisé.

## **ANIMATEURS/TRICES**

L'animateur/trice rappelle au début de la séance les consignes de sécurité.

L'animateur/trice, selon les circonstances, peut modifier le circuit et/ou annuler la séance.

L'animateur/trice a le pouvoir de refuser l'accès à la randonnée s'il/elle considère que certain/e/s participant/e/s n'ont pas l'équipement minimum recommandé et/ou s'ils/elles ne répondent pas aux consignes de sécurité.

Si un/e participant/e décide de quitter le groupe lors d'une activité, il/elle doit impérativement en informer l'animateur/trice devant témoins. L'animateur/trice informe en retour le participant/e qu'il/elle n'est alors plus sous la responsabilité de l'animateur/trice.

## **SORTIES / SEJOURS**

Quand le club organise des séjours et sorties, une notice d'information et un bulletin d'inscription sont communiqués aux adhérent/e/s par voie électronique et/ou par le lien.

**Le 25 juillet 2024**

**Collectif de l'ELAN NORDIQUE SAINT AMANDOIS**