



Randonnées Pédestres

Association Loi 1901 n° W691051833 – Affiliation FFRP n° 04539



LE GODILLOT VAGABOND

REGLEMENT INTERIEUR

Mise a jour du 27 février 2025

Article 1 : Adhésion

Nouvelle adhésion

- ✓ L'adhésion au club est annuelle pour une saison, du 1^{er} septembre au 31 aout.
- ✓ **Un Certificat médical d'Absence de Contre-indications (CACI)** à la pratique des activités de marche, de randonnée et activités connexes, datant de moins de six mois, est obligatoire pour toute première prise de licence, ainsi qu'après une interruption de deux saisons consécutives.

(Voir Annexe 1 : CACI)

Renouvellement annuel d'adhésion

- ✓ Le certificat médical n'est plus exigé durant les années qui suivent l'année de l'adhésion sous réserve que l'adhérent **atteste chaque année avoir pris connaissance d'un questionnaire de santé (QS-SPORT)**.
- ✓ En cas de réponse positive à une ou plusieurs questions, il lui est fortement conseillé de consulter un médecin sur la poursuite des pratiques concernées.
- ✓ Ce questionnaire est la propriété de l'adhérent et ne doit pas être remis au club ou à ses animateurs. Seule l'attestation est à fournir, datée et signée;

(Voir Annexe 2 : QS-SPORT)

(Voir Annexe 3 : Attestation QS-SPORT)

Article 2 : Contact

Tout contact avec l'association s'effectue via l'adresse mail

"contact" < contact@godillot-vagabond.fr >

Article 3 : Gouvernance

Au-delà du **Conseil d'Administration** et du **Bureau** définis dans les statuts, des **commissions** sont mises en place, chacune pilotée par un responsable

Commission Communication :

- ✓ prend en charge la communication de l'association en direction des adhérents au travers de différents outils informatiques. Tient et met à jour le site internet de l'association.

Commission Co-voiturage :

- ✓ Reçoit les inscriptions aux randonnées à la journée, établit et diffuse la liste des participants et de co-voiturage aux repéreurs encadrant, aux conducteurs et au Bureau.
- ✓ Etablit et diffuse la feuille de covoiturage lors des séjours.

Commission Repéreurs :

- ✓ prend en charge l'organisation, la formation et l'accompagnement des Repéreurs pour l'encadrement des randonnées organisées par l'association.
- ✓ participe à la programmation trimestrielle des randonnées, à la tenue du tableau des repéreurs
- ✓ assure le repérage et l'encadrement des randonnées, la diffusion des tracés gpx.

✓ **Article 4 : Organisation**

Randonnées :

- ✓ La programmation des randonnées est trimestrielle. Elle est mise en ligne sur le site internet de l'association un mois à l'avance.
- ✓ L'association propose chaque mois des randonnées les mercredis et les dimanches
 - 2 randonnées le mercredi, en principe un mercredi sur deux
 - 2 randonnées le dimanche, en principe un dimanche sur deux
 - Sous réserve de disposer d'un nombre suffisant de repéreurs pour les repérages, l'encadrement et si les tracés le permettent, des circuits plus courts et de moindre dénivelés sont proposés, lors des sorties normales.
 - Sous réserve de disposer d'un nombre suffisant de repéreurs pour les repérages et l'encadrement, des circuits faciles peuvent également être proposés un troisième mercredi et un troisième dimanche par mois.
- ✓ Les inscriptions
 - L'ouverture des inscriptions du mercredi se fait le dimanche précédent et la clôture au plus tard le mardi précédent à 12h via la messagerie **«contact»**.
 - L'ouverture des inscriptions du dimanche se fait le jeudi précédent et la clôture au plus tard le samedi précédent à 12h via la messagerie **«contact»**.
 - Tout désistement doit être signalé au plus vite via la messagerie **«contact»**.
- ✓ Les rendez-vous sont prévus soit sur le lieu de départ de la randonnée soit sur le parking de Carrefour Market de Jonage pour le co-voiturage.
- ✓ Les horaires sont donnés sur le mail d'inscription à la randonnée et doivent être respectés pour le bon déroulement de la randonnée. Les responsables se réservent le droit de prendre le départ sans attendre les retardataires.
- ✓ Les tracés des randonnées (GPX) sont mis à disposition sur le site internet de l'association pour information.
- ✓ Le repéreur responsable de la randonnée garde seul la maîtrise du circuit et donne les consignes de sécurité qui doivent être respectées par le groupe.
- ✓ Le repéreur responsable peut être amené à modifier, écourter ou annuler la randonnée en cas d'aléas impactant la sécurité du groupe.
- ✓ Chaque randonnée est en principe encadrée par 3 Repéreurs (1 ouvrier, 1 intermédiaire et 1 serre file).
- ✓ Equipements
 - Chaque randonneur doit être équipé de chaussures de marche en bon état, de vêtements et accessoires (gants, bonnet, chapeau) adaptés au soleil, au froid et la pluie selon les saisons, d'un sac à dos comportant boissons et en-cas ainsi qu'une petite pharmacie.
 - Des bâtons de marche sont recommandés (surtout pour les dénivelés importants).
 - Les randonnées hivernales en raquettes sont sauf exception encadrées par des accompagnateurs diplômés moyenne ou haute montagne. Une participation aux frais est établie au prorata des participants. Le matériel éventuel est à la charge du randonneur.

Refuges :

- ✓ Certaines sorties sont prévues avec nuitées en refuge, en gîte ou autres lieux d'hébergement pouvant n'assurer qu'un confort minimal. Aucune réclamation ne pourra être retenue à ce titre.
- ✓ Chaque participant doit impérativement respecter les consignes en vigueur dans ces lieux.

Séjours :

- ✓ L'association organise en principe chaque année un séjour en France et un séjour à l'étranger
- ✓ Ces séjours sont en priorité à vocation de randonnée. Ils comportent accessoirement des temps de découverte culturelle.
- ✓ Les inscriptions s'effectuent dès l'annonce du séjour et sont reçues jusqu'à la date limite indiquée. Toute inscription vaut acceptation des conditions et consignes afférentes au séjour.
- ✓ Pour être valable, l'inscription doit s'accompagner du règlement demandé. Elle est confirmée après la date de clôture. Si le nombre de demandeurs est supérieur aux places disponibles, une liste d'attente est instituée. A l'inverse, l'association se réserve le droit d'annuler le séjour si le nombre d'inscriptions est insuffisant pour bénéficier des tarifs négociés.
- ✓ Le montant total du séjour doit être soldé avant la date du départ de Jonage
- ✓ En cas de désistement après inscription confirmée, les conditions d'annulation et de remboursement sont celles du voyageur retenu.

✓ **Article 5 : Déplacements**

- ✓ Les déplacements pour se rendre et revenir des lieux de randonnée sont prioritairement effectués en co-voiturage. L'association met à disposition des adhérents un tableau de calcul des frais de co-voiturage (*voir fichier sur site internet*). Chaque conducteur calcule le coût du déplacement et la quote-part de chaque passager (conducteur inclus). Les passagers versent directement leurs participations au conducteur.
- ✓ L'adhérent qui choisit de se rendre directement sur le lieu de départ de la randonnée, sans participer au co-voiturage, ne peut prétendre à aucune indemnité.

Pour les repérages, les frais de déplacement sont pris en charge par l'association dans la limite d'un véhicule pour un aller-retour depuis Jonage. Les demandes de remboursement sont à transmettre à l'association par le conducteur.

- ✓ Les sorties en autocar font l'objet d'une participation aux frais, fixée selon la distance et l'effectif.
- ✓ Un minimum de participants est obligatoire pour bénéficier d'un transport en autocar. Si ce minimum n'est pas atteint, la sortie s'effectue en covoiturage.

Article 6 : Assurances

Le Godillot Vagabond est adhérent de la FFRP (Fédération Française de Randonnée Pédestre) qui souscrit une assurance pour ses membres adhérents, selon l'option choisie. Toute fausse déclaration de la part de l'adhérent rend nul son contrat.

Pour simplifier les démarches de secours en cas d'accident lors des randonnées, il est fortement recommandé de détenir sur soi **une pièce d'identité, sa carte Vitale et sa licence FFRP.**

Le fait d'utiliser son véhicule lors des co-voiturages vaut attestation sur l'honneur d'être titulaire d'un permis de conduire valide et d'un contrat d'assurance automobile en cours de validité couvrant les personnes transportées.

Article 7 : Règles Sécurité et Environnement

- ✓ Les repéreurs sont équipés de talkie-walkies pour assurer la communication et la sécurité au sein du groupe.
- ✓ Les repéreurs qui encadrent la randonnée donnent les consignes de sécurité au moment du départ. Ces consignes doivent être respectées par chaque randonneur.
- ✓ Chaque randonneur doit toujours se trouver derrière le repéreur ouvreure et devant le repéreur serre-file.
- ✓ En cas de besoin d'arrêt d'un randonneur dans le groupe en mouvement, celui-ci doit se signaler auprès d'un repéreur ou laisser son sac à dos sur le bord du chemin. Le repéreur serre-file attend le randonneur et, si besoin, demande à l'ouvreure d'arrêter le groupe.
- ✓ Si un randonneur se retrouve isolé en face d'une bifurcation, il doit attendre un repéreur intermédiaire ou le serre-file, qui disposent du tracé de la randonnée, mais ne doit jamais s'engager seul sur un chemin dont il n'est pas certain qu'il soit le bon.
- ✓ Tout randonneur est tenu de respecter l'environnement et ses habitants, quelque soit le lieu.

La présente mise à jour du règlement intérieur du Godillot Vagabond a été adoptée à l'unanimité par le Conseil d'Administration de l'association en sa séance du 27 février 2025.



Certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive

Je, soussigné(e), Docteur..... déclare avoir examiné
Mme / M..... âgé(e) de.....
et n'avoir pas constaté, à ce jour, de signe clinique ni d'antécédent personnel contre-indiquant :

La pratique des activités de marche et de randonnée ⁽¹⁾

RAYER LA MENTION INUTILE

La pratique des activités de marche et de randonnée de loisir ⁽²⁾

Pour permettre à nos animateurs de mieux encadrer le pratiquant, ET SI VOUS LE JUGEZ PERTINENT, vous pouvez ajouter les conseils suivants :

Altitude à ne pas dépasser :

Fréquence cardiaque à ne pas dépasser :

Dénivelé horaire à ne pas dépasser (mètres/heure) :

Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : oui / non

Le

a.....

SIGNATURE ET CACHET DU MEDECIN

Renouvellement de licence d'une fédération sportive

Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement atteste, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

ATTESTATION POUR LES PRATIQUANTS MAJEURS

Je, soussigné(e), Mme / M

Atteste avoir pris connaissance du questionnaire de santé et avoir

- Répondu NON à toutes les questions : je fournis cette attestation à mon club lors de mon renouvellement de licence.
- Répondu OUI à une ou plusieurs question(s) : j'atteste avoir pris connaissance que la commission médicale me conseille vivement de consulter un médecin sur la poursuite des pratiques concernées (loisirs et/ou compétition) tout en sachant que le certificat médical n'est plus exigé.

DATE ET SIGNATURE