



INFORMATIONS ET RÈGLEMENT DE NOTRE ASSOCIATION

I. NOTRE ASSOCIATION

Notre Association, régie par la loi du 1er juillet 1901, a été créée en avril 1984 et a pour objet la pratique de la randonnée pédestre.



Elle est affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre (F.F.R.P.) qui regroupe plus de 242500 licenciés dans plus de 3500 associations.

- La F.F.R.P. entretient et balise 180 000 Km de sentiers G.R., G.R.P. et P.R. grâce à 7 000 baliseurs bénévoles et permet à chaque adhérent de bénéficier d'une assurance couvrant les activités randonnées au sein du Club ainsi que celles pratiquées à titre individuel.
- Les sentiers de Boussy et de ses environs : l'Association est à l'origine des sentiers locaux de randonnées balisés en rouge, bleu, jaune qui permettent de parcourir une douzaine de kilomètres sur la commune de Boussy et dans ses environs immédiats. Elle assure l'entretien du balisage. Elle participe également au balisage et à l'entretien du patrimoine « Sentiers » de l'Essonne.
- L'adhésion à l'association est individuelle. Elle se fait généralement lors de la reprise des activités au mois de septembre de l'année en cours et reste valable jusqu'au 31 décembre de l'année suivante.

2. NOS RANDONNÉES ET MARCHE NORDIQUE

• LES SORTIES

1. **Sorties du dimanche (journée)** : Rendez-vous le matin, du mois d'avril au mois d'octobre, une fois par mois. Le repas du midi est tiré du sac. La distance parcourue est comprise entre 16 et 23 km.
2. **Sorties du dimanche (1/2 journée)** : Départ en début d'après-midi. Elles ont lieu tous les dimanches sauf les dimanches de sortie à la journée. La distance parcourue est comprise entre 11 et 13 km.
3. **Sorties en semaine (1/2 journée)** : Rendez-vous en début d'après-midi. Elles ont lieu le jeudi et sont de plusieurs types : 6 à 8 km pour les « Jeudi courte » et 11 à 13 km pour les « Jeudi longue », ainsi que pour les randos du jeudi à « allure soutenue »
4. **Sorties à thème** : Elles allient randonnée et visite. La distance parcourue est comprise entre 7 et 12 km.
5. **Sorties à "allure tranquille"** : Rendez-vous le mercredi, 2 fois par mois d'avril à octobre et 1 fois par mois les autres mois. La distance parcourue est comprise entre 4 et 5 km à allure modérée.
6. **Sorties en "marche nordique"** : Rendez-vous le mercredi et le samedi toutes les semaines (Sauf jours fériés et certaines dates spécifiées) de janvier à décembre (hors juillet et aout.)
7. **Randonnées et marche nordique de juillet et aout** : Programme spécifique

• LE TRANSPORT BÉNÉVOLE POUR REJOINDRE LE DÉPART de la randonnée ou de la marche nordique :

Il s'effectue au moyen des véhicules des adhérents bénévoles entre le lieu de rendez-vous (parking du CSC la Ferme) et le point de départ de la randonnée. Il est souhaitable qu'un tour de rôle s'établisse. L'adhérent transporté remet en fin de rando à son conducteur une participation forfaitaire aux frais, qui varie en fonction de la distance parcourue par les véhicules, distance répartie en 6 zones, 0, 1A, 1B, 2, 3 et 4, de distances croissantes.

• LA ZONE DE CHAQUE RANDO EST NOTÉE DANS LES CALENDRIERS :

- La zone HZ (Hors zone) C'est l'animateur qui définit la participation pour le covoiturage
- La zone 4 correspondant à une participation de 4,50 €,
- La zone 3 correspondant à une participation de 3,50 €,
- La zone 2 correspondant à une participation de 3,00 €,
- La zone 1B correspondant à une participation de 2,00 €,
- La zone 1A correspondant à une participation de 1,00 €.
- La zone 0 Départ de BOUSSY pas de covoiturage.

• RANDONNÉES ET SÉJOURS DE PLUSIEURS JOURS :

Ils ont lieu au-delà de l'Île de France. Leur durée varie de 2 jours à une semaine. Ils sont proposés, en général, au mois d'octobre pour l'année suivante.

Dans la mesure du possible, pour le transport, on organise du covoiturage et les frais de transport sont partagés entre les occupants d'un même véhicule, selon les règles établies par le club.

- **POUR BIEN RANDONNER :**

Le randonneur doit avoir des chaussures à semelle crantée (obligatoire). Dans son sac, il doit avoir un vêtement imperméable, un chapeau, une bouteille d'eau et un encas (biscuits ou fruits secs, barre de céréales etc.) et avoir une paire de chaussures de remplacement pour se déchausser en fin de randonnée avant de monter en voiture.

Pendant la randonnée, il doit suivre les consignes données par l'Animateur, en particulier pour traverser ou longer une route. Il ne doit pas s'éloigner du groupe et, s'il doit s'arrêter, le signaler aux randonneurs qui l'entourent

3. AUTRES ACTIVITÉS

- Une réunion de travail, le 1er mardi du mois dans une salle du CSC la Ferme à Boussy-St-Antoine, permet aux adhérents de discuter des points concernant le fonctionnement de l'Association.
- Une soirée-contact, plus conviviale, est organisée en début d'année lors de la galette des rois et, en fin de saison, avec projection de photos prises au cours des week-ends et des séjours.
- Un pique-nique, précédé par une randonnée matinale, rassemble tous les randonneurs un dimanche de mai.

4. CERTIFICAT MÉDICAL PERMETTANT LA PRATIQUE (F.F.R.P.) RANDONNÉES ET MARCHE NORDIQUE

- Le Comité Directeur de la FFRP du 24 juin 2017 a souhaité appliquer les modifications du code du sport sur le certificat médical à compter du 1er septembre 2017, date du début de la prochaine saison sportive. En effet, la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé et ses décrets d'application imposent aux fédérations sportives de nouvelles dispositions donnant une validité de 3 ans au certificat médical et facilitant le renouvellement des licences en permettant sous certaines conditions de ne pas présenter un nouveau certificat médical.
- Première prise de licence :
Pour toute première prise de licence, un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité sportive pratiquée, datée de moins d'un an au jour de la prise de licence, doit être fourni par le pratiquant. Sa durée de validité est maintenant de 3 ans, sous certaines conditions.
- Renouvellement de licence :
Durant la nouvelle période de validité de 3 ans du certificat médical, lors de chaque renouvellement de licence, le pratiquant doit répondre à un questionnaire de santé (Annexe 1 du bulletin d'adhésion):
 - S'il répond « NON » à toutes les questions et qu'il l'atteste (Annexe 2 du bulletin d'adhésion), il est dispensé de présentation d'un certificat médical.
 - - S'il répond « OUI » à une seule des questions, ou s'il refuse d'y répondre, il doit présenter à son club un certificat médical datant de moins d'un an au jour de la prise de licence.
 - CAS PARTICULIER : Licence prise dans un autre club de randonnées - Voir les modalités sur le bulletin d'adhésion -
- Pratique en compétition :
Attention, pour pratiquer le "Rando challenge®" ou le "longe côte en compétition", le certificat médical doit mentionner l'absence de contre-indication pour la pratique en compétition. Sa validité est également de 3 ans. La commission médicale recommande un certain nombre de préconisations pour des publics et pratiques spécifiques.

5. ADHÉRENTS AYANT PRIS LEUR LICENCE EN DEHORS DE NOTRE ASSOCIATION

Ces adhérents sont soumis à des modalités différentes, expliquées dans le bulletin d'adhésion, au sujet de la remise des documents de leur inscription à l'association. (Licence externe, documents médicaux, tarif d'inscription)

L'inscription du pratiquant sera effective et sa licence lui sera remise que lorsque son dossier d'inscription COMPLET sera fourni à l'association.

Et maintenant, nous souhaitons que vous veniez nombreux nous rejoindre.