

US et COUTUMES de RANDO-LISLE

Equipement du randonneur

Il faut avoir un sac suffisamment grand pour contenir ce qui suit

- Vêtements protégeant du froid et de la pluie
- Rechange pour la pause de midi (sensation de chaud)
- Gants et bonnet ne quittent jamais le fond du sac
- Eau et nourriture en quantité suffisante pour la durée de la rando
- Médicaments personnels
- Une lampe frontale
- une couverture de survie
- Une bonne paire de chaussures de marche avec semelles crantées

Une paire de bâtons est conseillée

L'association pratique le covoiturage pour se rendre sur les lieux de la rando. Prévoyez une paire de chaussures de rechange pour mettre après la rando afin de protéger le véhicule qui vous transporte ou le vôtre si vous transportez

Comportement du randonneur

- La randonnée est choisie en fonction de la classification et de votre condition physique du moment
- Au cours de la rando, partir devant ou augmenter le rythme ou redémarrer après une pause ne peut se faire qu'avec l'accord de l'animateur.
- En cas d'arrêt technique, prévenir et laisser le sac au bord du chemin afin de signaler votre présence
- Restez groupés, soyez concernés par les personnes qui vous suivent, arrêtez vous et alertez si vous n'avez plus de contact avec le randonneur qui vous suivait. Si chacun fait de même, cela remonte jusqu'à l'animateur
- Sur les chemins sinueux ou en lacets, ne coupez pas les virages, restez sur le chemin, afin d'éviter l'érosion par les pluies et la disparition du sentier
- Ne laissez trainer aucun déchet, ramenez tout à la maison
- Respectez la faune et la flore. Evitez de cueillir des fleurs, elles peuvent être rares et protégées, elles sont très belles sur place ou en photo
- Respectez les limites de propriétés, refermez derrière vous les portes et les barrières
- Respectez le bien d'autrui, le glanage n'est toléré que si le propriétaire a fini la récolte.

L'animateur

- Il est responsable du déroulement de la rando (parcours, rythme, durée des pauses) et de la sécurité du groupe
- Il règle son pas sur le moins costaud du groupe
- Il peut modifier tout ou partiellement le trajet en fonction des circonstances, il s'efforce de garder le niveau de difficulté si cela s'avère possible

- Il peut proposer des variantes, si le parcours le permet, à ceux qui le veulent
- Il est responsable de la sécurité du groupe auprès du club, et donc du président. Vous devez donc vous conformer aux décisions qu'il prend ou à celles que prend le serre-file qui est éventuellement nommé.