



Règlement de la GV Belledonne du club de Froges pour les randonnées pédestres, raquettes et ski de fond.

Article 1. Le club fait partie de la Gym Volontaire.

Article 2. Objet et but du club : Faire partager la pratique de la randonnée pédestre, raquettes et ski de fond.

Article 3. Activités.

- Organiser des sorties et des séjours avec l'encadrement d'ABR.
- Ces activités sont encadrées par des accompagnateurs bénévoles de randonnées (ABR), ils sont diplômés.

Article 4. Fonctionnement du club.

- Le conseil d'administration est composé de 3 membres au minimum (10 au maximum). Le président, le trésorier, le secrétaire, les autres membres du bureau.

Article 5. Rôles du Conseil d'administration.

- Définir les sorties
- Fixer le montant des sorties
- Négocier le tarif transport
- Organiser le transport en co-voiturage
- Définir le tarif de remboursement du co-voiturage
- Recycler les ABR
- Anticiper la formation de nouveaux ABR.
- Organiser les séjours.

Article 6. Adhésion

- Chaque adhérent devra prendre une licence et fournir un certificat médical (CF valable pour 3 ans) ou répondre au questionnaire de santé pour l'année en cours (1^{er} septembre au 31 août).
- L'adhésion au club est fixé à 20€ pour l'année 2022/2023
- Le dossier sera pris en compte lorsque qu'il sera complet (CM ou questionnaire, fiche d'inscription et chèques).
- La licence pour les accompagnateurs montagne est prise en charge par le club.

Article 6. Assurance. : Les membres du club sont assurés par Groupama.

Article 7. Responsabilités.

- Les randonnées sont encadrées par deux accompagnateurs de la GV Belledonne ou d'une autre GV. pour les 2 groupes (groupe 2 moyen) et groupe 3 doux). Les accompagnateurs peuvent faire 2 groupes lors d'une sortie (exemple groupe 2, une partie du groupe souhaite s'arrêter et l'autre continuer).
- Pour le groupe 1 (groupe fort) 1 à 2 accompagnateurs en fonction du nb d'accompagnateurs présents.
- Si le nb d'accompagnateurs est insuffisant nous ferons un seul groupe de niveau 2 (regroupement des groupes 1 et 2).
- Les membres du club devront impérativement respecter les consignes données par les ABR. En particulier, ne pas dépasser celui qui conduit le groupe (il règle sa vitesse sur les plus lents pour garder la cohésion de la colonne) et le « serre file » doit signaler tout arrêt ou écart dans le groupe.

- Chacun doit avoir conscience de ses capacités et limites, en premier lieu pour ne pas se mettre soi-même en danger, et par conséquent retarder la progression de l'ensemble du groupe. Un accompagnateur peut demander à un adhérent de changer de groupe en fonction de ces capacités.
- Ils doivent également se présenter aux randonnées pédestres ou raquettes avec un équipement compatible avec ces activités (chaussures, vêtements chauds et de pluie, gourde, sac à dos...).
- L'accompagnateur ne peut laisser un adhérent seul lors d'une randonnée.
- Un adhérent malade doit rester chez lui, en aucun cas il devra venir en randonnée.

Article 8. Formation.

- La subvention de la Mairie sert principalement aux formations, achats de matériel.
 - Remboursement formation : le club prend en charge la formation des ABR, le coût du stage est pris en charge par le club (hébergement, déplacement aux frais), le Codep peut participer à hauteur de 100€ maximum.
- Anticiper les formations et recyclages PSC1 (tous les 3 ans).
- Sortie organisée par la commission technique sur les thèmes botanique, orientation, le club prend 1 ou 2 forfaits en fonction du besoin.
- Les nouveaux accompagnateurs devront s'engager pour un minimum de 3 ans.
- Les frais de formation pourront être répartis sur 2 à 3 ans quand nous envoyons plusieurs personnes.

Article 9. Fonctionnement des sorties.

1- Randonnées :

- Les personnes sont inscrites quand leur dossier d'inscription est complet (certificat médical, fiche d'inscription, chèque, licence GV).
- Les sorties se font en co-voiturage. Voir article 12.
- Les adhérents qui peuvent proposer leur voiture lors des inscriptions sont les bienvenus. Si possible des voitures 4 et 5 places.
- Les inscriptions se font par un lien au plus tard le samedi 12h pour le lundi ou le mercredi 12h pour le jeudi.
- Le club se donne la possibilité de refuser une personne, si elle s'inscrit après le délai.
- Le calcul lors des sorties :
 - Exemple $100 \text{ km} \times 0.3 = 30$, puis 30×5 (nb de voitures) = 150, puis $150 / 26 = 5.80\text{€}$
- Quand nous partons en direction de la Savoie, nous remplissons les voitures au départ du Le Versoud
- Quand nous partons direction Vercors, nous remplissons les voitures au départ de Frogès, Brignoud.
- En cas de problème de santé d'un adhérent ou adhérente un accompagnateur ramène la personne au parking et si possible au village le plus proche.

2- Raquettes :

- Les sorties raquettes sont organisées en car. Un acompte sera demandé lors de la pré-inscription.
- La priorité est donnée aux personnes inscrites aux forfaits.
- Des inscriptions sont possibles au coup par coup, à condition qu'il reste de la place dans le car. Les inscriptions se font en ligne par un lien au plus tard le vendredi 12h pour le lundi.
- Les personnes sont inscrites dans l'ordre d'arrivée de leur dossier d'inscription complet pour les personnes qui font que des sorties raquettes (certificat médical, fiche d'inscription, chèque, licence GV).

Article 10. Défraiement

- Le club devra avoir en caisse une somme de 3 000€ (pour les activités extérieures).
- Remboursement frais km : le club rembourse au tarif de 0.30€ du km par voiture.
- Remboursement des reconnaissances au tarif de 0.30€ du km (une voiture avec X accompagnateurs).

Article 11. Séjour

- La priorité sera donnée aux personnes **licenciés du club**. L'organisateur du séjour pourra refuser une personne qui n'a pas fait de sortie dans l'année.
- La gratuité accordée par le village de vacances est partagée entre les accompagnateurs présents au séjours et participants aux sorties. Si un accompagnateur ne prend aucun groupe il ne pourra bénéficier de la gratuité.

Article 12. Repas au restaurant pour clôturer la saison hivernale.

- La priorité sera donnée aux personnes qui prennent le forfait.
- Si nous avons une gratuité accordée par le restaurant, elle est partagée entre les accompagnateurs présents.

Article 13. Transport en co-voiturage

- Les participants qui sont transportés par l'un des conducteurs s'engagent à verser une contribution aux frais de route qui tiendra compte du nombre de km à parcourir, des péages éventuels d'autoroute, et du nombre de personnes dans le véhicule (base de 0,40 € du Km). Cette contribution sera appelée par le club. Le club se charge de rembourser les conducteurs. Les participants ne devront pas monter dans les véhicules avec des chaussures de montagne.
- Il est susceptible d'être réévalué par le conseil d'administration en fonction de l'évolution des prix du carburant.
- Le conducteur qui prend sa voiture devra s'assurer que les documents qui sont imposés par la législation Française soit en sa possession et valides.
 - Carte grise valide.
 - Permis de conduire valide
 - Contrôle technique en cours de validité
 - Constat à l'amiable.
 - Certificat d'assurance
- Le conducteur doit respecter le code de la route, en cas de non-respect le club ne pourra être tenu pour responsable.

Article 14. Equipement et Alimentation.

1/Equipements conseillés

- Couverture de survie
- Un bon sac pour éviter les problèmes de dos et protège sac.
- Veste ou anorak ou coupe-vent, poncho, gants, bonnet, lunette de soleil, vêtement de rechange (il peut faire froid en montagne même l'été)
- Chaussettes (éviter les coutures)
- De bonne chaussure de marche
- Bâtons fortement conseillés
- Lacet de rechange
- Fiche de prévention (conseillé).
- Carte CB
- Carte Vital
- Pass sanitaire peut-être demandé lors des séjours ou repas au restaurant en fonction des règles gouvernementales..

Je ramène mes déchets à la maison.

2/Alimentation

- De l'eau au moins 2L, il faut boire fréquemment (avant d'avoir soif).
- Des en-cas (barres de céréales, fruits secs, biscuits), s'alimenter en cours de route est primordial.
- Le repas du midi.

Le club conseil à ses adhérents de remplir la fiche ci-dessous.

MEMENTO PREVENTION – SECURITE (Dans la poche supérieure du sac de montagne de tout adhérent, dans une pochette plastique)

Sac de :

Date de naissance : N° de carte vitale :

.....

N° de mon tél mobile : N° de licence :

..... Groupe Sanguin :

Documents : Le présent feuillet, photocopie de la carte d'identité, carte vitale, assurance

Personnes à prévenir en cas de besoin :

- Nom et prénom : parenté : tél :

- Nom et prénom : parenté : tél :

- Nom et prénom : parenté : tél :

Assurance

INFORMATIONS PERSONNELLES (pour respecter le caractère confidentiel de ces informations, cette partie peut être mise dans une enveloppe fermée, libellée «POUR LE MEDECIN», et glissée dans la pochette plastique)

-Médecin traitant :

-Affections particulières à communiquer au médecin en cas de secours

.....

.....

-Traitements en cours :

.....

.....

-Médicaments utilisés :

.....

.....

-Allergies :

Le 14 juin 2022 à Froges