

CYCLO CLUB DE PERREX – RANDONNÉE PÉDESTRE DE PRINTEMPS

Samedi 09 avril 2022

- ✓ **Règlement de la randonnée.**
- ✓ **Dispositions prises pour la sécurité** : voir la page 2, paragraphe 5
- ✓ **Itinéraire horaire** : voir la page 1, paragraphe 3

1. Présentation générale.

Le Cycle Club Perrex organise le samedi 09 avril 2022, une randonnée pédestre sur les communes de PERREX - ST CYR SUR MENTHON et ST JEAN SUR VEYLE. Celle-ci est ouverte aux adultes, ainsi qu'aux mineurs à condition qu'ils effectuent la randonnée avec un parent ou un adulte responsable (avec une autorisation parentale).

Ce n'est pas une compétition, en ce sens qu'aucune classification n'est opérée, notamment en fonction du temps mis pour parcourir un circuit donné.

En sus de l'activité physique qu'elle permet de pratiquer, elle donne également l'occasion aux participants de découvrir les charmes de la nature, certains atouts touristiques et culturels des secteurs traversés. Cette découverte est favorisée par les délais de parcours confortables que propose l'organisation.

2. Les circuits proposés.

Le club organisateur propose 2 parcours sur routes et sentiers de longueur et de difficulté moyenne : 10 et 15 kms (distances indicatives établies à partir de la cartographie existante). Les participants veilleront à adopter le parcours correspondant à leurs dispositions personnelles, leur entraînement, leur condition physique ainsi que leurs motivations. Les participants sont invités à prévoir eux-mêmes le ravitaillement nécessaire pour la randonnée. Toutefois une zone de ravitaillement est mise en place sur les différents parcours (Boissons, fruits secs, pain, saucisson, fromage,...).

3. Arrivée, départ, horaires.

Le départ et l'arrivée sont proposés au départ de la salle polyvalente de Perrex. Le parc de stationnement pour les voitures est public mais non gardé : les participants veilleront à n'y laisser aucun objet de valeur et à bien verrouiller les portières, une surveillance n'étant pas assurée par le club organisateur. La permanence de départ est ouverte à partir de 12 heures 30; le départ s'effectue au gré de chacun jusqu'à 15 heures 00 pour les deux circuits.

4. Inscription.

L'inscription est prise avant le départ, elle ne se fait pas au préalable sur internet. Elle s'élève à 6 € pour quelques parcours que ce soit, Elle est gratuite pour les mineurs accompagnés, sur justification. Cette somme comprend une assurance obligatoire.

CYCLO CLUB DE PERREX – RANDONNÉE PÉDESTRE DE PRINTEMPS

Samedi 09 avril 2022

Au départ, une feuille de route sur laquelle figure le tracé du parcours avec indication des points clés, est remise à chaque participant (celui-ci est toutefois invité à se munir d'une carte routière afin de faciliter le déroulement de sa sortie).

Sur cette feuille vous trouverez les principaux numéros téléphoniques pour appeler les secours en cas d'accident, ainsi que le numéro téléphonique de la permanence de départ (12H30/19H30)

5. Prescriptions et règles de sécurité à observer en route.

Les participants sont en randonnée personnelle : ils se déplacent de concours avec la circulation générale. Afin de faciliter le déroulement de celle-ci, le club organisateur a recherché, dans la mesure du possible, des routes et chemins tranquilles et commodes.

Quoiqu'il en soit, la prudence est de règle : elle consiste en premier ressort à respecter le code de la route et les autres usagers, et à adapter le circuit choisi et son allure à ses possibilités.

Il convient :

- ✓ D'utiliser les zones balisées et ne pas prendre de raccourcis pouvant favoriser la dégradation de l'environnement utilisé.
- ✓ Ne pas déranger la faune et respecter la flore,

Il est conseillé d'avoir par groupe au moins un téléphone portable par sécurité.

Il est rappelé également l'obligation de porter un baudrier réflectorisant si les conditions de visibilité l'exigent. Avant de partir en randonnée, le participant aura vérifié l'état de ses chaussures afin d'éviter toute déconvenue.

En avril les conditions météorologiques peuvent vite se dégrader. Il peut faire frais, voire froid, une averse peut survenir : toutes raisons pour se munir d'un vêtement chaud et d'un imperméable.

Enfin, un coup de fringale peut arriver sans prévenir : malgré le ravitaillement, un complément personnel de nourriture trouve sa place dans le bagage. Nous vous rappelons que papiers, emballages et autres contenants de produits énergisants ne doivent pas être jetés dans la nature. Des poubelles sont mises à votre disposition sur les différents points de ravitaillement où vous pourrez vous en débarrasser aisément ainsi que dans la salle d'accueil.

Nous sommes souvent tentés d'emmener notre chien lorsque nous partons en randonnée en pleine nature. Mais attention car tous les chiens n'ont pas les mêmes capacités physiques et cardio-respiratoire. Nous vous rappelons qu'il vous appartient d'en prendre la responsabilité et de respecter la législation sur les chiens qui est stricte et encadrée et dont vous devez avoir connaissance.

Le club vous souhaite Bonne randonnée