



Champagne Loisirs
Mairie
10, Rue de la Mairie
69410 Champagne au Mont d'Or
champagne.loisirs@gmail.com

Le 1^{er} septembre 2023

Les marches avec Champagne Loisirs



Les marches sont réservées aux adhérents de l'association à jour de leur cotisation.

Les nouveaux arrivants ont droit à un essai, à l'issue duquel la cotisation doit être acquittée aux permanences du lundi (salle Maurice Jourdan de 14h à 16h30) ou aux réunions mensuelles le 1er lundi de chaque mois.

Il y a plusieurs niveaux de marches qui vont de la promenade à la marche sportive.

Le départ des marches a lieu à l'angle de l'avenue Montlouis et de l'avenue Lanessan, côté Ada à 9h et 9h15. Cet horaire peut être modifié pendant l'été.

Un marcheur, participant du groupe, est identifié guide en début de marche. Il assure le rythme afin que tous les marcheurs restent groupés.

Si le groupe est important, ce guide prendra la décision de scinder le groupe pour des raisons de sécurité.

L'équipement du marcheur doit comporter :

- . Des chaussures de randonnée qui maintiennent bien la cheville
- . Un vêtement de pluie, un chapeau pour le soleil
- . Une gourde d'eau
- . Un ou deux bâtons de marches (fortement conseillé).

Le port d'un gilet jaune par un des membres du groupe est recommandé.

Pour les trajets sur route : prudence, discipline et respect de la réglementation en vigueur.

Respecter les consignes de l'animateur notamment pour traverser.

Si les marcheurs sont en file indienne (l'un derrière l'autre), ils doivent circuler près de l'un des bords de préférence à gauche dans le sens de la marche, sauf si cela est de nature à compromettre la sécurité.

Si les marcheurs circulent en groupe, ils doivent emprunter la partie droite de la chaussée dans le sens de la marche, en laissant libre au moins la moitié gauche, avec un responsable en tête de groupe, et un autre en queue (informations données par la Police Municipale).

Tout groupe doit disposer d'un téléphone portable pour appeler les secours en cas de nécessité et d'une trousse de premiers secours (sauf médicaments qui sont strictement personnels et ne peuvent être proposés à autrui).

La trousse de secours sera fournie par l'association. Elle contient les médicaments autorisés, un gilet jaune pour le guide et le numéro de la présidente à prévenir impérativement si incidents

Un marcheur en difficulté qui désire rejoindre son domicile doit être accompagné d'un autre marcheur connaissant bien l'itinéraire.

En cas de malaise, le responsable fait appel aux pompiers, il en informe le président dans les meilleurs délais.

Chaque adhérent s'engage à être en possession d'une assurance responsabilité civile personnelle en cours de validité.

Il est recommandé d'être en possession de sa carte vitale pendant les marches.

Les animaux ne sont pas admis.