

## FONCTIONNEMENT MARCHÉ INTERMÉDIAIRE

- Marche d'un **BON NIVEAU** : environ 4 km / heure (pour respecter l'homogénéité du groupe) ;
- Parcours limités en moyenne à 6 kms en terrains accidentés, 8 kms en terrains plats et 250 m maximum de dénivelé ;
- Temps : 1h30 à 2h à titre indicatif ;
- Les marches peuvent être annulées si le nombre de participants est inférieur à 8 ;
- Une ou deux poses en parcours sont prévues pour boire et/ou se restaurer, cependant en cas d'arrêt pour nécessité individuelle la personne doit obligatoirement prévenir l'animateur qui **FERME LA MARCHÉ** ;
- Lieu de RV : Parking de l'école du Bouquet rue Paul Loubet ;
- **Départ en voiture à 14h précises** ;( l'itinéraire pour se rendre au départ de la marche et le lieu de parking des véhicules seront précisés aux chauffeurs )  
il est impératif d'arriver au parking à 13h30 pour signer le tableau de présence afin de respecter les consignes sanitaires liées au covid 19.

**-Les personnes qui utilisent leur voiture ne sont pas obligées de faire du covoiturage .**

**– Port de chaussures de marche recommandé.**

- Pour la sécurité des marcheurs, **quand un animateur utilise son sifflet se mettre tout de suite sur la droite** ;
- Nos amis les chiens ne sont pas admis ;

Les activités pour les adhérents de notre Association sont couvertes par la RC (Responsabilité Civile vis à vis des tiers) et également par une garantie dommage corporel ;

3 coanimateurs ont suivi la formation de secouriste ( PSC1) ;

A la mi-juin, traditionnellement, un repas au restaurant précédé d'une petite marche découverte sont prévus le matin. L'après-midi une partie de pétanque est d'habitude proposée pour clore la journée ;

Nous vous souhaitons de bonnes marches, dans la joie et la convivialité. S'il arrive qu'une randonnée ne vous donne pas satisfaction, indiquez le et **n'oubliez pas que les animateurs sont des bénévoles** dont le but est de vous satisfaire en inventant des parcours parfois inédits où il est possible d'hésiter, voire de se tromper, mais jamais de se perdre... « Errare humanum est ».