

## REGLEMENT

Un minimum d'équipement, adapté aux conditions de la randonnée, est indispensable : une paire de chaussures de randonnée, un vêtement chaud, un vêtement imperméable, une casquette ou un chapeau, une trousse de secours contenant en particulier les médicaments personnels ainsi qu'une couverture de survie (en fonction de la saison)

Pendant la randonnée les participants doivent respecter les directives données par l'animateur. C'est lui qui gère l'itinéraire, l'allure, les arrêts et le temps nécessaire à l'accomplissement du parcours

Ne jamais oublier l'eau, en quantité suffisante, le pique-nique, des barres de céréales et du sucre.

Les chiens, quand ils sont acceptés sur le lieu de la randonnée, sont tenus en laisse **tout le temps de la sortie.**

Pendant la randonnée **ne pas fumer, ne pas crier, ramporter ses déchets**, éviter de marcher hors des sentiers, et **évitiez tout ramassage de fleurs, champignons, raisins ou autres**. Dans les parcs naturels (Ste Baume, Ste Victoire, plaine des Maures) **c'est formellement interdit.**

Pour ceux ou celles qui sont à l'avant de la randonnée, il est impératif de s'arrêter lors d'un croisement de chemin ou de sentier.

Si une personne a besoin de s'isoler lors des pauses, elle prévient au moins 2 personnes et il lui est conseillé de laisser son sac visible sur le parcours ; elle sera alors attendue.

Au cours de la randonnée, sur les voies ouvertes à la circulation, y compris les traversées de routes, les randonneurs marchent impérativement selon les indications données par les animateurs.

Le déplacement jusqu'au lieu de la randonnée se fait la plupart du temps en covoiturage. Une participation est alors demandée afin de couvrir les frais (voir tarifs ci-dessous). En cas d'accident durant le trajet, c'est l'assurance du conducteur qui intervient.

En cas de mauvais temps, les randonneurs en acceptent les inconvénients.

Pour les personnes non adhérentes, une seule randonnée à l'essai est autorisée (à la journée ou demie-journée)

### HORAIRES DES RENDEZ-VOUS ET DEPART (Sauf exceptions précisées avant le jour de la rando)

Mardi : **8h45** et départ **9h00**

Vendredi : **8H15** et départ **8h30**

### TARIFS CO-VOITURAGE (à revoir lors AG)

Distance A/R inférieure à 20kms= pas de frais de covoiturage

Distance A/R de 20 à 50 kms = **3 €** par personne

Distance A/R de 51 à 100 kms = **5 €** par personne

Plus les frais de parking et d'autoroute éventuellement