



Tout adhérent participant à une activité de randonnée organisée dans le cadre d'ARCAL est invité à respecter la présente charte qui définit le cadre de son activité.

Article 1 : La présente « Charte du randonneur » s'applique à toute personne participant à une sortie pédestre effectuée dans le cadre de l'association des Amis pour une Retraite Conviviale Active et de Loisirs (ARCAL). Ses prescriptions concernent tout type de sortie pédestre, promenade champêtre, randonnée de découverte du milieu ou randonnée pour marcheurs confirmés.

La reconnaissance de cette charte est un préalable nécessaire à toute participation.

Article 2 : Quel que soit le niveau des participants, la randonnée arcalienne n'est pas une course mais une randonnée conviviale. Exploit sportif et esprit de concurrence ne sont pas des objectifs à rechercher dans nos randonnées dont le but essentiel est de permettre à nos adhérents d'entretenir, voire d'optimiser leur santé et leur qualité de vie.

Article 3 : Le randonneur arcalien doit disposer d'une condition physique clairement adaptée à la difficulté de la sortie programmée et ne doit pas présenter de contre-indications à la pratique de la randonnée pédestre.

Article 4 : Le randonneur arcalien est tenu de se munir d'un équipement adapté :

- De bonnes chaussures de marche et des vêtements adaptés à la saison et au milieu
- Dans le sac à dos ou sur l'homme : coupe-vent imperméable, protections contre le soleil couvre-chef, lunettes, crème), gourde pleine d'eau (pas de verre), petit sac poubelle.
- Éventuellement des bâtons de marche.

Article 5 : Le randonneur arcalien doit accepter et appliquer les règles de sécurité :

- Seuls le guide ou son aide ouvrent la marche du groupe,
- Un responsable désigné par le guide ferme la marche,
- En cas de perte de contact avec le groupe, la personne égarée s'arrête sur le sentier,
- En cas de croisement de sentiers ou de chemins, attendre les instructions du guide,
- Veiller à respecter le tracé des sentiers et à ne jamais utiliser de raccourcis,
- En cas de besoin naturel laisser le sac à dos au bord du sentier.

Article 6 : Le randonneur arcalien est respectueux des autres et du bien d'autrui :

- ◆ Il ne s'impose pas et reste toujours courtois avec les autres usagers de la nature,
- ◆ Il évite de s'écarter des sentiers pour ne pas piétiner la végétation ou faire des dégâts,
- ◆ Il ne rentre pas dans les terrains privés, notamment pour manger ou récupérer des fruits,
- ◆ Il n'abandonne pas de déchets dans la nature,
- ◆ Il ne touche pas aux marquages et aux aménagements de parcours,
- ◆ Il referme les clôtures et barrières qu'il pourrait avoir à franchir,
- ◆ Il n'emmène pas avec lui d'animaux de compagnie.

Article 7 : Le randonneur arcalien est prudent et solidaire :

- x Il écoute les recommandations du guide et en tient compte,
- x Il gère ses efforts, s'hydrate et s'alimente régulièrement,
- x Il communique avec ses voisins et les aide en cas de besoin,
- x Il signale immédiatement au guide ou au serre-file toute personne en difficulté apparente.

Article 8 : Il est toujours porteur d'une pièce d'identité, de sa carte Vitale et, pour les sorties à l'étranger, de sa Carte Européenne d'Assurance Maladie à jour.

Le comité doit veiller soigneusement à ce que la présente charte soit portée à la connaissance de tout participant à une sortie ou randonnée pédestre s'inscrivant dans les activités organisées et proposées par l'association des Amis pour une Retraite Conviviale Active et de Loisirs (ARCAL)

Version 2 du 27/03/2022

Nom	Prénom	Date	Signature