



## RANDO-SANTÉ®

### ADDITIF AU RÈGLEMENT DE LA SECTION RANDOS/MAC/RS®

Canet Accueil dispose d'une section rando-santé® labellisée par la Fédération Française de Randonnée. De ce fait, Canet Accueil respecte strictement la charte de son fonctionnement .

Dans une perspective de bénéfice optimal pour chaque participant, Canet Accueil organise **une rando-santé par semaine, sauf en période de vacances.**

Chaque groupe de randonneurs est constitué d'un maximum de 12 personnes pour un animateur rando-santé®.

Le règlement intérieur de Canet Accueil, section **RANDOS/MAC/RS®**, s'applique strictement à la Rando-santé®. Il est complété, pour la partie spécifique Rando-santé®, des points suivants :

**1/** Chaque participant présente un certificat médical indiquant la non contre-indication à la pratique de la Rando-Santé® organisée par l'association. Le médecin indiquera les limites à ne pas dépasser et les prescriptions particulières. Ce certificat sera connu de l'animateur.

**2/** Chaque participant est obligatoirement licencié à la FFR, après une sortie d'essai s'il le souhaite.

**3/** Chaque participant accepte librement les orientations définies par l'animateur de la randonnée dans la mesure où celles-ci ne sont pas en contradiction avec ses capacités. Il accepte entre autres les décisions de l'animateur quant à l'acceptation ou non de sa participation à une randonnée (fatigue excessive préalable).

**4/** Un planning des randonnées, avec temps de parcours, distance, dénivelée et pôles d'intérêt est fourni à chaque adhérent en début de trimestre et disponible sur le site <http://club.quomodo.com/canet-accueil> .

**5/** Chaque participant dispose dans son sac d'une fiche médicale (*exemplaire remis lors de l'inscription*) donnant le nom et le contact de son médecin traitant et de la personne à prévenir en cas de difficulté, des médicaments à prendre. Il dispose avec cette fiche de sa pharmacopée habituelle en un lieu du sac connu de l'animateur. Disposant d'une copie de la fiche, l'animateur est en droit de vérifier ce point avant chaque randonnée.

**6/** Chaque participant dispose d'un équipement adapté à la randonnée et à sa pathologie.

**7/** A chaque participant est attribué un carnet de progression. Il sera mis à jour à l'issue de chaque randonnée, avec l'animateur s'il le souhaite.

**8/** Toutes difficultés en cours de randonnée devront être immédiatement signalées à l'animateur responsable de la sortie.

