



## Charte du Randonneur

### C'est une personne

- curieuse de découvrir sa région à partir d'une "promenade" de 6, 9 ou 12 kms
- respectant la cohésion et le rythme moyen de son groupe, en :
  - évitant de filer comme une arbalète en avant
  - évitant de batifoler à l'arrière-garde
- pouvant faire partager ses connaissances (flore, faune, habitat, ouvrages d'art, etc.)

### Ses obligations

- situer le lieu de départ en se servant soit d'une carte routière, soit d'un GPS, soit en utilisant la rubrique "Randonnées / Itinéraire" du site de l'UDTL
  - arriver 15 mn avant l'heure de départ
  - informer le/les guides de tout problème lié à l'activité (lieu de rendez-vous, horaire, longueur des parcours, rythme de marche, etc.)
- suivre les consignes des guides qui, connaissant le parcours, savent où se situent les éventuels problèmes de sécurité
- rester groupés
- prévenir le/les guides en cas d'arrêt, pour une raison ou une autre
- respecter certaines règles telles que :
  - traverser rues et routes à l'invitation du/des guides dans les passages protégés s'ils existent,
  - rester groupés sur le bas-côté des routes carrossables
- avoir les aptitudes physiques adaptées à la longueur et à la difficulté du parcours (l'UDTL ne pourra être tenue pour responsable d'un accident dû à des déficiences physiques des participants)

### Quelques conseils

- être bien chaussé : chaussures de randonnée ou de sport
- avoir une tenue vestimentaire adaptée au temps du jour, ce qui n'exclut pas, même par temps chaud, une "petite laine" et un vêtement imperméable ; ne pas oublier un chapeau et les lunettes de soleil par grand beau temps
- un bâton de marche, peut être une aide par terrain glissant ou accidenté
- avoir sur soi de l'eau pour s'hydrater **pendant la marche**, même en plein hiver, et du sucre ou des fruits secs en cas de "coup de pompe"
- on peut se munir d'un appareil de photos : notre région est très belle en toute saison et retrouver des paysages et des têtes connues un soir au coin du feu peut faire passer un bon moment
- nos amis les chiens, même tenus en laisse, ne sont pas admis

**NB** : essayez de pratiquer le covoiturage; contactez-vous dans les différents groupes ou via la rubrique "Randonnées / Covoiturage" du site de l'UDTL, vous aiderez ainsi l'équipe d'animation à régler les problèmes de stationnement