



## Comité des retraités CAMIF - MAAF - MACIF - MAIF - SMACL

### LA SECURITE DU RANDONNEUR

- :: - :: - :: - ::

#### S'équiper correctement :

- bonnes chaussures adaptées à la marche (tennis et chaussures de ville exclues)
- couvre-chef et vêtement de pluie

#### Boire de l'eau régulièrement

Ecouter et appliquer les conseils et directives donnés par l'organisateur avant le départ et en cours de randonnée.

Il est utile de **rappeler** les dispositions du code de la route relatives à la circulation des groupes de piétons, applicables sauf circonstances particulières :

- **en agglomération, sur les trottoirs.**
- **hors agglomération, sur accotements praticables.**
- **hors agglomération et sans accotement :**
  - à gauche, en file indienne, ou
  - à droite, par deux, en colonnes de 20 mètres espacées de 50 mètres.
- **traversée d'une route :**

les randonneurs doivent être protégés par 2 personnes situées de part et d'autre du groupe, afin d'assurer le passage de l'ensemble en une ou plusieurs fois.

**Le non-respect de ces règles se fera sous l'entière responsabilité pénale et civile du randonneur fautif.**

L'**organisateur** se trouve en tête du groupe dont il règle l'allure. C'est lui qui indique la direction à prendre et les conditions de circulation.

Il est assisté par un **serre-file** qui se tient à l'arrière. Celui-ci intervient, éventuellement au moyen d'un sifflet, chaque fois que nécessaire (arrêt demandé, ralentissement souhaité etc...) pour alerter l'organisateur.

Tout problème rencontré ou arrêt inopiné (besoin naturel ou autre) doit être signalé à l'organisateur ou au serre-file.

#### Aptitude à la randonnée

Les marcheurs s'engagent dans une randonnée sous leur propre responsabilité en ce qui concerne leur état de santé.

Tous les ans, en septembre, chaque marcheur devra fournir un **certificat médical** de non contre indication à la pratique de la randonnée.

**Rappel :** les animaux ne sont pas admis lors des randonnées.