

REGLEMENT INTERIEUR ACTIVITE MONTAGNE

ANNEE 2019/2020

1/ Planning et niveaux des sorties :

Un planning des sorties sera communiqué aux adhérents. Il présentera les différentes sorties prévues pour les groupes du Lundi et du vendredi et mentionnera la date, l'itinéraire prévu, la difficulté de la sortie ainsi que son référent.

Pour les sorties du Lundi :

Ce sont des sorties pour des personnes entraînées, habituées à marcher en montagne, pouvant tenir un dénivelé horaire de 300 m.

Ces sorties présenteront un dénivelé positif de 600 à 800 m.

Pour les sorties du Vendredi :

Ces sorties présenteront un dénivelé de 400 à 600 m. Les participants doivent être en mesure de tenir un dénivelé horaire de 250 à 300 m à l'heure.

Ces sorties seront basées sur la découverte de l'environnement montagnard.

Si un adhérent du groupe du vendredi souhaite intégrer le groupe du lundi, il devra obligatoirement consulter le responsable de la section « randonnée en montagne ». Le responsable de la sortie se réserve le droit d'accepter ou de refuser les participants selon leur niveau physique, afin d'assurer l'homogénéité des groupes.

La valeur des dénivelés permet la plupart du temps de situer le niveau de la sortie. Cependant, elle n'est pas le seul élément à prendre en compte. Le responsable de la sortie définit le niveau requis en fonction des difficultés rencontrées et l'indique clairement. Il se réserve également le droit de modifier ou d'annuler la sortie.

2/ Horaires :

Afin de permettre le déroulement des sorties dans de bonnes conditions, les participants doivent impérativement respecter les heures de rendez-vous des sorties. Les heures communiquées sont les heures de départ de la sortie.

L'heure de départ de la sortie étant prévue à 8h, les participants doivent arriver 10 minutes à l'avance afin de se faire pointer auprès du responsable de la sortie.

3/ Inscriptions aux sorties :

Lors de l'inscription à l'activité, il vous est demandé de vous positionner sur les dates auxquelles vous souhaitez participer dans le calendrier des sorties qui vous a été remis.

Pour la formule à 15 sorties, il vous sera possible de modifier 5 fois les dates prévues et 3 fois pour la formule à 7 sorties.

En cas de report, il vous sera demandé de prévenir la Pépinière :

- le mercredi avant 12h pour la sortie du lundi
 - le mardi avant 12h pour la sortie du vendredi.
- Si ce délai n'est pas respecté, la sortie vous sera facturée.

Pour les sorties à l'unité, il est facilitant pour nous de recevoir les inscriptions par mail :
laurence.breuil@pepiniere-pau.com et accueil@pepiniere-pau.com

Dans le cas où vous n'auriez pas d'email, possibilité de s'inscrire comme actuellement auprès de Laurence au 05.59.92.72.03 durant les créneaux précisés ci-dessous.

- Pour les sorties du Lundi :

Les inscriptions se feront uniquement les Mercredis à partir du 8h jusqu'au Jeudi 16h. Les personnes inscrites sur ce créneau (dans la limite des 17 places disponibles) verront leurs inscriptions validées.

Dès que la sortie sera complète, nous nous engageons à vous avertir par email ou par téléphone. Cette information visant à valider votre inscription. La sortie sera annulée si le nombre d'inscrits est inférieur à 5.

Les personnes attendant la journée du vendredi pour s'inscrire ne verront leur inscription validée que le vendredi soir à 16h car nous souhaitons conserver le système de priorité à l'adhérent n'étant pas sorti depuis longtemps (uniquement sur la journée du vendredi dans l'unique cas où la sortie n'est pas complète le jeudi soir). Aucune inscription ne sera prise en dehors des créneaux impartis.

- Pour les sorties du Vendredi :

Les inscriptions se feront uniquement les lundis à partir du 8h jusqu'au Mardi 16h. Les personnes inscrites sur ce créneau (dans la limite des 17 places disponibles) verront leurs inscriptions validées.

Dès que la sortie sera complète, nous nous engageons à vous avertir par email ou par téléphone. Cette information visant à valider votre inscription. La sortie sera annulée si le nombre d'inscrits est inférieur à 5.

Les personnes attendant la journée du Mercredi pour s'inscrire ne verront leur inscription validée que le mercredi soir à 16h car nous souhaitons conserver le système de priorité à l'adhérent n'étant pas sorti depuis longtemps (uniquement sur la journée du Mercredi dans l'unique cas où la sortie n'est pas complète le Mardi soir). Aucune inscription ne sera prise en dehors des créneaux impartis.

Les personnes attendant la journée du vendredi pour s'inscrire ne verront leur inscription validée que le vendredi soir à 16h car nous souhaitons conserver le système de priorité à l'adhérent n'étant pas sorti depuis longtemps (uniquement sur la journée du vendredi dans l'unique cas où la sortie n'est pas complète le jeudi soir). Aucune inscription ne sera prise en dehors des créneaux impartis.

4/ Modalités de paiement :

Chaque participant doit souscrire une adhésion à la Pépinière pour l'année 2019 – 2020.
 Adhésion individuelle : 8 € ; adhésion familiale 10 €.

Formule « sorties illimitées »	480 €	
Formule 15 sorties	270 €	Soit 18€/sortie

Formule 7 sorties	140 €	Soit 20€/sortie
Formule 4 sorties	80 €	Soit 20€/sortie
Formule unitaire	25 €	Soit 25€/sortie

Les paiements pourront être échelonnés sur plusieurs mois (mentionner les dates d'encaissement des chèques). Concernant les sorties où des frais d'autoroute sont occasionnés, ceux-ci seront partagés par tous les participants.

En période hivernale, la Pépinière peut effectuer la location de raquettes à raison de 5 € pour la sortie. Le règlement sera à effectuer auprès de Laurence Breuil. Le port de l'ARVA obligatoire pour les sorties sur neige sera fourni gratuitement par la Pépinière.

Toute inscription non décommandée dans les délais sera considérée comme due.

5/ Quelques conseils techniques et de sécurité :

- Pour la marche en terrain accidenté, les tennis sont à proscrire. Optez pour des chaussures à tige haute tenant bien la cheville et à semelle de type « Vibram » munies de crampons.
- Vêtements chauds et imperméables, une paire de gants, bonnet **même en plein été**. Il est conseillé de prendre également un tee shirt de rechange.
- Lunettes de soleil, crème solaire, couvre tête.
- Un sac à dos de **30L minimum**, une **gourde d'1,5 Litre au minimum** et quelques aliments énergétiques ainsi que le pique-nique.
- L'utilisation de bâtons télescopiques peut faciliter la progression lors de la randonnée.
- Pendant la sortie, ne pas prendre d'initiatives personnelles sans concerter le responsable de la sortie.
- Nous vous recommandons d'être détenteur de la carte européenne d'assurance maladie au cas où vous participeriez à des sorties d'une journée, séjours ou à des randonnées à l'étranger.
- Pour les sorties avec neige, le port de l'ARVA obligatoire sera fourni gratuitement par la Pépinière.

6/ Encadrement des sorties :

Toutes les sorties proposées dans le cadre de la section « randonnée en montagne » seront systématiquement encadrées par des personnes diplômées (Brevet d'état d'accompagnateur en montagne).