



RANDO PASSION COTE BLEUE

Siège social : Théâtre de Verdure Centre culturel du Jas Vieux
13620 Carry le Rouet
Association loi 1901

Affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre

Mail secrétariat : rando.deux@live.fr Site : randopassion-cotebleue.fr

SECTION LONGE COTE

REGLEMENT INTERIEUR

Le présent règlement, établi par le Conseil d'Administration, a pour but de compléter les statuts et prévoir les modalités de fonctionnement.

Article 1

Pour être membre de l'Association, il faut avoir réglé sa cotisation et être titulaire d'une licence de la FFRP, délivrée après fourniture d'un certificat médical de moins de trois mois au moment de l'adhésion. Ce certificat médical doit attester de l'absence de contre-indication à la pratique du Longe Côte et du Longe Côte Compétition pour les adhérents souhaitant faire de la compétition ou des rencontres interclubs. Un nouveau certificat médical doit être fourni à chaque renouvellement d'inscription.

Pour une première inscription il est remis à chaque adhérent une Fiche Médicale Individuelle confidentielle accompagnée de son étui plastifié. Cette fiche devra être renseignée par l'adhérent et être en permanence sur lui (pochette étanche) pour toute activité relevant de l'association. L'adhérent devra l'actualiser à chaque modification de son état médical et/ou de son traitement médical.

La cotisation et la licence donnent accès à la pratique des 2 activités : le Longe Côte et la Randonnée Pédestre, ainsi qu'aux divers évènements proposés par l'Association.

La qualité de membre se perd par démission, par radiation pour motif grave apprécié par le Conseil d'Administration. Un membre qui quitte l'association en cours d'année ne sera pas remboursé de sa cotisation au prorata de son temps d'absence, la cotisation à l'Association marquant l'adhésion au projet associatif et non une « avance » sur des services attendus.

Le renouvellement de l'adhésion se fait chaque année à l'aide du bulletin d'adhésion en ligne sur le site de l'Association. L'inscription d'un nouvel adhérent se fait dans le local de l'Association lors d'une des permanences. Tout membre n'ayant pas renouvelé son adhésion au 31 décembre ne sera plus assuré.

De par son adhésion, l'adhérent autorise la diffusion de photographies prises au cours des activités ou manifestations de l'association, sur lesquelles il figure (affichage dans les locaux ou stands de l'Association, publication dans la presse ou autre, mise en ligne sur le site internet de l'Association...)

Le Conseil d'Administration se réserve le droit de limiter le nombre d'adhérents.

Le Président ainsi que le Conseil d'Administration déclinent toute responsabilité sur des sorties de longue côte qui auraient lieu en dehors des créneaux horaires ou en des lieux autres que ceux déterminés par l'Association.

Chaque adhérent prend l'engagement, lors de son adhésion, d'accepter le présent Règlement Intérieur.

Article 2

Un compte bancaire est ouvert au nom de l'Association. Le Président et le Trésorier en ont la signature.

Article 3

Chaque membre du Conseil d'Administration accepte une responsabilité que lui délègue le Président et qui est définie en accord avec ce dernier. Les administrateurs lui rendent compte régulièrement de leurs activités dans le cadre de cette responsabilité. A l'intérieur du Conseil d'Administration, toutes les décisions sont prises à la majorité absolue, en cas d'égalité des voix, la voix du Président est prépondérante.

Au cours du premier trimestre de la saison le Conseil d'Administration valide la liste des animateurs et des assistants.

Au second trimestre des rencontres sont organisées avec les animateurs et les assistants afin d'élaborer le projet des activités de la saison suivante conformément aux orientations définies par le Conseil d'Administration. Au printemps le Conseil d'Administration valide le programme pour la saison suivante.

Le programme des activités est remis au nouvel adhérent lors de son adhésion et est mis en ligne sur le site pour les adhérents renouvelant leur adhésion.

Des modifications pourront intervenir au cours de la saison en fonction d'impondérables. Entre deux réunions du Conseil d'Administration le Président peut réunir le bureau de l'association éventuellement élargi à d'autres administrateurs en fonction de l'ordre du jour.

Article 4

L'Assemblée Générale est organisée en fin de saison. C'est également l'occasion de se retrouver autour d'un « pot de l'amitié ».

Article 5

Le longe côte se pratique dans la bande des 300 mètres placée sous la compétence de la Commune ou se trouve le lieu de parcours. L'adhérent s'engage à respecter les réglementations particulières liées à l'espace et aux éventuels arrêtés de zonage d'activité.

Le longe côte se fait sur des parcours reconnus et dont les dangers sont clairement identifiés. Ce parcours est tracé de façon virtuelle au travers des zones de baignade

Les séances se déroulent sur la Plage du Verdon située sur la Commune de MARTIGUES 13500

Les séances pourront être classées en deux groupes de niveau différent en fonction de l'évolution (au sein de l'association) de l'activité longe côte :

Groupe Loisir / Sport :

- la préoccupation première du groupe est l'exercice de la pratique sans considération de performance mais avec l'objectif affiché de se dépenser et de se faire plaisir

Groupe Compétition (pour les adhérents qui le souhaitent) :

- la vocation du groupe est de se dépenser physiquement et de pratiquer le longe en relais. Il est apte à suivre un programme d'entraînement préparé par l'animateur. L'objectif étant de participer à des compétitions ou rencontres interclubs.

Chaque séance fait l'objet d'une fiche de présentation (avec entre autres rappel du lieu, du jour, de l'heure ...) réalisée par l'animateur et mise en ligne sur le site une semaine avant sa réalisation.

Les inscriptions pour une séance ou toute autre activité organisée se font en ligne sur le site et sont assujetties à un nombre maximum de participants conditionné par l'effectif d'accompagnateurs présents. L'absence d'inscription préalable aux séances peut entraîner le refus de participation à la séance.

En fonction de la demande et de la disponibilité des animateurs, des séances supplémentaires de longe peuvent être organisées. Les dates et heures de ces séances seront portées à la connaissance des adhérents sur le site de l'Association.

A chaque sortie l'adhérent doit disposer d'un équipement adapté aux conditions climatiques et météorologiques, de l'état de la mer, de la température de l'eau et de la configuration du lieu de pratique :

- port de vêtements adaptés selon les conditions climatiques : maillot de bain, combi-short, combinaison néoprène(dont l'épaisseur est à adapter en fonction de la température de l'eau, 3 mm maximum), gants, bonnet ou cagoule pour éviter toute hypothermie ou coup de soleil

- port obligatoire de chaussures de plongée ou basket afin d'éviter d'éventuelles coupures liées aux aspérités du sol, à la présence de débris de coquillages ou de résidus divers, ou aux réactions de défense de certaines espèces aquatiques.

Dans le cas de port de lunettes, une fixation adaptée est impérative. Le port de bijou est déconseillé.

Les animaux domestiques, ne sont pas admis lors de la pratique des activités.

Article 6

Des personnes non adhérentes peuvent être admises à l'essai en tant qu'invités. Elles se joignent à nous deux fois par saison (septembre à juin). Ces séances dites « baptêmes » sont sous leur propre responsabilité.

Article 7

Les activités sont encadrées par un ou plusieurs animateurs, titulaires d'un diplôme « Longe Côte » délivré par la FFR et du PSC1 (secouriste), les copies de chaque diplôme seront en possession du Président.

Les séances proposées, s'effectuent dans le cadre d'un groupe, encadré par un responsable « l'animateur » assisté au minimum d'un accompagnateur « l'assistant ». Le nombre d'encadrants doit systématiquement être adapté à l'état de la mer et de la météo, aux capacités physiques des participants.

Les animateurs ont à charge de préparer, d'organiser et d'animer les séances et sorties.

L'animateur est responsable de l'organisation et de la sécurité du groupe. Il détient le matériel de sécurité indispensable : téléphone trousse de secours, sifflet permettant de communiquer avec les autres encadrants, bouée tube. La trousse de secours de groupe permet uniquement de prévenir et de soigner des incidents mineurs dits de « bobologie ».

L'animateur peut annuler une séance en fonction de conditions climatiques, limiter le nombre des participants en fonction des conditions de sécurité réunies, renvoyer une personne dont l'équipement n'est pas adapté ou dont la conduite ou les agissements nuiraient au bon déroulement de la séance

En cas d'absence d'animateur l'activité est annulée.

L'association ne peut être en aucun cas tenue responsable de perte ou de vol de matériel ou objet personnels des adhérents lors des activités organisés.

Un cahier avec pages numérotées permet à l'animateur d'inscrire tous les événements avant, pendant et après la séance, il s'agit d'un document qui sert de preuve juridique en cas d'accident. Il y est également noté pour chaque séance les conditions météo et de mer du moment et le plan du parcours. L'animateur devra s'assurer que les participants y ont émargé la main courante après avoir pris connaissance des conditions de la séance.

A chaque sortie, les participants se regroupent au point de rendez-vous fixé

L'adhérent doit arriver sur les lieux 15 minutes avant la séance pour se préparer. A son arrivée, il est tenu de se présenter auprès des encadrants afin de remplir et signer le cahier d'émargement

En cas de retard, il est obligatoire de rejoindre par la plage l'endroit où se trouve le groupe de longueurs avant de rentrer dans l'eau sur acceptation de l'animateur, le cahier d'émargement sera alors signé à la fin de la séance.

Tout adhérent devant quitter le plan d'eau avant la fin de la séance doit en avertir l'animateur.

Tout accident (chute, coup, foulure ou malaise même bénin) doit être immédiatement signalé à l'animateur par la victime ou un témoin. Il sera consigné par l'animateur dans le cahier.

Les adhérents doivent se conformer aux instructions données par l'animateur pour leur propre sécurité et celle du groupe

A la fin de chaque séance un « débriefing » est réalisé

Article 8

Le déplacement aux lieux de séances s'effectue selon le principe du covoiturage sous la responsabilité du conducteur du véhicule : permis de conduire valide et cotisation assurance véhicule à jour.

Pour les activités relevant du « longe compétition » se déroulant sur un ou plusieurs jours, une information est délivrée dans le flash mensuel avec la fiche descriptive complète, celle-ci étant aussi consultable sur le site. Le principe du covoiturage s'applique aussi pour ces types d'évènements

Article 9

San objet

Article 10

La sauvegarde de l'environnement est essentielle. Chaque adhérent s'engage à :

- respecter les règles pour protéger la faune et la flore
- partager l'espace avec les autres usagers dans le respect des règles mutuelles

Règlement intérieur validé

par le Conseil d'Administration le 27 juillet 2020