



## CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ 2018-2019

### Pour votre sécurité personnelle

- Pour une **nouvelle adhésion** présenter le certificat médical (pièce jointe à remplir) de **non contre indication** à la pratique de la randonnée et signaler tout problème de santé particulier.
- Pour un **renouvellement** d'adhésion, fournir une attestation ou un certificat médical, après avoir rempli le questionnaire de santé.
- Être vêtu en fonction des prévisions météo de la journée - prévoir plusieurs épaisseurs de vêtements plutôt qu'un gros vêtement ; avoir toujours un vêtement imperméable et prévoir un chapeau en période de forte chaleur.
- Être bien chaussé (chaussures de randonnée avec semelle crantée).
- Prévoir de quoi s'alimenter et boire régulièrement.
- Si l'on doit s'isoler (« arrêt technique »), prévenir et poser son sac à dos sur le chemin pour le signaler.

### Pour la sécurité du groupe

- Respecter les consignes données par l'animateur et l'allure fixée par lui.
- Marcher sur les trottoirs ou les bas-côtés quand ils existent.
- Sur une route, cheminer en file sur le côté gauche de la chaussée, sauf si cela présente un danger mentionné par l'animateur.
- Traverser sur les passages protégés quand ils existent. Autrement, traverser en groupe sur signal de l'animateur

### L'inscription au club vaut acceptation de ces consignes générales de sécurité et de civisme

Association bénéficiaire de l'Immatriculation Tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre  
64, rue du Dessous des Berges 75013 Paris N° IM075100382

Tél. 01 44 89 93 90 – fax 01 40 35 85 48 CENTRE D'INFORMATION: tél. 01 44 89 93 93 – fax 01 40 35 85 67

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la vie associative et le Ministère de l'Ecologie et du Développement durable.

Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre

Code APE : 913<sup>e</sup> – SIRET : 30358816400044