



RÈGLEMENT INTERIEUR

(Révision du 24/11/2017)

PREAMBULE :

Ce règlement intérieur a pour objet de compléter les statuts de l'association CAPF sans en modifier ou en altérer le contenu. Il s'impose sans réserve à tous les adhérents de l'Association. Il permet de préciser les rapports entre l'Association et les membres entre eux, ainsi que les modalités qui se trouvent à être modifiées fréquemment.

Le Conseil d'administration peut librement apporter des modulations ou des précisions sans que les dispositions statutaires ne puissent créer de nouvelles mesures contrevenant à celles déjà prévues.

Il est établi postérieurement aux statuts, pour permettre ainsi de résoudre les difficultés de fonctionnement et est opposable à tous.

Une assemblée générale a lieu chaque année au mois d'octobre, avec élection du conseil d'administration et du bureau tous les deux ans.

1 - OBJET DU CLUB :

Le Club a pour but de permettre l'épanouissement physique de chaque membre.

Il est divisé en deux sections indépendantes :

- ❖ Une section destinée à la gymnastique volontaire d'entretien, au stretching, LIA et pilates.
- ❖ Une section destinée à la randonnée pédestre.

2 – ADHESION :

2-1 : L'adhésion est obligatoire pour participer aux activités de l'association. Elle s'obtient par le paiement d'une cotisation annuelle fixée par le Conseil d'Administration et approuvée par l'Assemblée Générale. La tolérance du premier mois est cependant acceptée.

En conséquence la cotisation devra être réglée dans le premier mois de l'adhésion. Elle couvrira la période du 1^{er} septembre au 30 août de l'année suivante.

A partir du 1^{er} avril, la cotisation sera diminuée de moitié pour tout nouvel adhérent.

L'adhésion au CAPF suppose l'acceptation que les coordonnées des adhérents randonneurs puissent être communiquées à tout autre adhérent dès lors que celui-ci s'engage en réglant son adhésion, à ne pas en faire un usage étranger à l'objet de l'association. Les personnes qui s'opposent à la diffusion de leurs coordonnées, doivent en informer par écrit les membres du bureau.

L'adhésion au CAPF suppose l'acceptation de figurer en image sur le site du club. Les personnes ne voulant pas donner leur consentement à cette règle doivent en informer par écrit les membres du bureau.

2-2 : Toute demande d'adhésion devra obligatoirement être précédée par la remise d'un certificat médical.

- ❖ Pour la section Gymnastique et stretching, il sera demandé l'aptitude à la gymnastique volontaire d'entretien et au stretching.
- ❖ Pour la section randonnée, il sera demandé l'aptitude à la pratique de la randonnée en petite, moyenne et haute montagne.

Le certificat médical est obligatoire avant toute pratique sportive dans le club.

Il est à renouveler tous les 3 ans si toutes les réponses sont NON au questionnaire de santé « QS-SPORT », et tous les ans en cas d'accident ou

maladie grave, ou si au moins une réponse OUI au questionnaire de santé « QS-SPORT ».

2-3 : CAPF est affilié à la Fédération Française de Randonnée pédestre. A ce titre, chaque adhérent de la section randonnée, devra obligatoirement s'acquitter du paiement d'une licence de la FFRP avec assurance. Chaque licencié pourra choisir librement le niveau de couverture de l'assurance. Pour être assuré, l'adhérent devra avoir en sa possession la licence fédérale.

Le principe de tolérance des randonneurs « à l'essai » et des participants « inopinés », sera cependant accepté lors des deux premières sorties. Ces deux essais ne dispensent pas le participant de fournir un certificat médical qui reste obligatoire. Le participant à l'essai sera informé qu'il ne sera pas assuré à titre personnel par le contrat fédéral.

3 - FONCTIONNEMENT :

3-1 : Section gymnastique et stretching :

L'association propose des cours de gymnastique volontaire d'entretien, de stretching, de LIA et de pilâtes, assurés par un professeur agréé, dans des locaux mis à disposition par la municipalité de Fontvieille.

Les jours et horaires des cours sont définis par le conseil d'administration et sont susceptibles de modifications.

3-2 : Section randonnée :

3-2-1- Le programme :

L'association propose trimestriellement un programme de randonnées établi par les animateurs et soumis à l'agrément du Président. Il est distribué à chaque adhérent de la section randonnée.

La fréquence des sorties du dimanche s'effectue toutes les deux semaines. La fréquence des sorties du mercredi est laissée à l'initiative des animateurs.

La fréquence des sorties du lundi est de deux par mois.

3-2-2-l'animation :

Les demandes de candidature sont à adresser au président. Son choix est soumis à l'approbation du bureau.

L'animateur est responsable du groupe qu'il conduit. Juridiquement il bénéficie, non pas d'une « obligation de résultat » mais d'une « obligation de sécurité ». Il assume une responsabilité civile contractuelle et sa responsabilité pénale peut être engagée en cas de préjudice grave. A ce titre, sous peine de radiation, il est fait obligation aux pratiquants de respecter les décisions raisonnables de l'animateur. Ce dernier a la possibilité de refuser au départ d'une sortie, toute personne ne possédant pas un équipement adapté ou faisant état d'un comportement asocial ou dangereux constaté par lui-même et par d'autres personnes du groupe. L'animateur se réserve le droit de modifier ou d'annuler une randonnée en raison des conditions météorologiques ou de l'état du terrain. Dans ces circonstances, l'information circulera par mail envoyé par l'animateur responsable. Les personnes ne possédant pas de messagerie électronique seront contactées par téléphone ou SMS par l'animateur responsable.

Les enfants sont acceptés à partir de 14 ans. Pour la sécurité de chaque randonneur, les chiens ou tout autre animal de compagnie, ne sont pas admis en randonnée.

3-2-3 les déplacements :

Chacun doit prévoir d'utiliser éventuellement son véhicule. La garantie responsabilité civile du conducteur permet le covoiturage pour d'autres licenciés.

Sauf cas exceptionnel, le lieu de rendez-vous pour les sorties du lundi, se trouve sur le parking devant l'Office de Tourisme. Pour les sorties du mercredi et du dimanche, le lieu de rendez-vous se trouve sur le parking de la salle polyvalente. L'heure est fixée par le programme. Il faut être sur le lieu de rendez-vous quinze minutes avant l'heure fixée, afin de pouvoir organiser le covoiturage.

Les conducteurs de véhicules recevront quelques jours avant la randonnée, le descriptif du trajet suggéré par l'animateur responsable, afin de pouvoir se rendre au point de départ du circuit de randonnée. Mais chaque chauffeur reste responsable de son véhicule et peut utiliser un autre trajet qui peut mieux lui convenir. La responsabilité de l'animateur ne peut être engagée pour le déplacement des véhicules.

Le covoiturage étant pratiqué pour des raisons économiques et écologiques, un tableau des coûts des déplacements est diffusé à titre indicatif avant chaque trimestre, le prix du kilomètre étant établi en fonction des valeurs du moment et ne tenant pas compte de l'amortissement du véhicule.

Chaque conducteur peut fixer lui-même la participation financière du transport et doit en informer ses passagers.

Les personnes transportées devront s'acquitter auprès du propriétaire du véhicule, de la quote-part des frais occasionnés.

3-2-4 l'équipement :

Les chaussures de marche sont obligatoires et de préférence équipées de tige haute.

Sac à dos avec ceinture (recommandé).

La trousse de secours individuelle est obligatoire, la liste du matériel à emporter étant à la disposition de chaque adhérent.

La casquette ou le chapeau.

Le vêtement chaud (en cas de besoin) et rechange sec.

La cape de pluie.

La lampe de poche ou frontale

La provision d'eau pour la journée (1,5 à 3 litres)

Le sifflet

Le pique-nique.

3-2-5 Comportement des randonneurs :

L'adhérent ne doit s'inviter qu'aux randonnées qui sont adaptées à sa condition physique.

Pendant la randonnée, s'il désire s'arrêter, il doit prévenir le serre-file ou l'animateur responsable et laisser son sac en bordure du sentier.

Aux arrêts collectifs, il ne doit repartir que lorsque l'animateur responsable a donné son accord.

L'adhérent ne doit se trouver devant le groupe de marche, qu'avec l'accord de l'animateur responsable et doit obligatoirement s'arrêter à toute intersection.

En cas de circulation sur une route, le randonneur doit obéir aux ordres de l'animateur responsable qui décidera de faire marcher à droite ou à gauche de la chaussée, suivant les circonstances les mieux adaptées à la sécurité. A gauche, face au trafic, le groupe devra se mettre en file indienne (en colonne par un), à droite le groupe ne doit pas dépasser 20 mètres et si c'est le cas, un second groupe sera créé à 50 mètres de distance du précédent. Bien que cela ne soit pas imposé par le code de la route, il est recommandé que l'animateur à l'avant et le serre-file à l'arrière, portent un gilet fluo.

En cas d'accident, l'adhérent ne doit en aucun cas toucher la personne accidentée et doit immédiatement prévenir l'animateur responsable. Le groupe doit s'écarter à une trentaine de mètres de l'accidenté et attendre d'éventuels ordres de l'animateur.

En aucun cas, un randonneur ne peut quitter le groupe sans recevoir les indications nécessaires de l'animateur responsable. Il doit être obligatoirement accompagné s'il y a

eu malaise ou présomption de malaise. L'animateur peut également organiser son rapatriement soit en faisant appel à des personnes extérieures (famille, amis), soit en faisant intervenir les pompiers ou le samu. Le randonneur ayant quitté le groupe dans ces conditions, l'animateur n'est plus responsable de ce dernier.

3-2-6- Cas particuliers :

Il est fait obligation au pratiquant de signaler à l'animateur et au président, toute maladie pouvant mettre en cause sa propre sécurité ou celle du groupe, ainsi que tout traitement particulier.

Tout participant considérant que sa maladie n'est pas nuisible au groupe et ne voulant pas communiquer aux autres son problème, doit obligatoirement indiquer dans une enveloppe cachetée mise dans la poche supérieure de son sac :

- La nature de ses problèmes.
- Les remèdes qu'il prend en cas de défaillance.
- Les remèdes qu'il ne faut pas lui administrer.
- L'emplacement de ces remèdes (trousse de secours recommandée).

Le participant doit obligatoirement signaler à l'animateur, la présence et l'emplacement de cette enveloppe.

Dans tous les cas, l'animateur et le président sont tenus à un devoir de réserve et ces renseignements ne seront accessibles qu'aux seules personnes habilitées (Les autres animateurs, le président, le médecin, le SAMU, les pompiers).

3-2-7- La formation :

Les adhérents désirant pratiquer l'animation en randonnée peuvent recevoir deux types de formations :

- Formation interne par des animateurs diplômés.
- Formation externe, dispensée par des organismes compétents.

Les frais occasionnés par les stages de formation seront pris en charge par l'association dans les limites fixées chaque année en Assemblée Générale. Les demandes de stage doivent être acceptées par le bureau.

L'adhérent ayant reçu une aide financière pour effectuer une formation s'engage de ce fait à participer à l'animation des sorties de son club. Il devra rembourser le club, en cas de désistement dans les quatre ans qui suivent sa nomination (sauf cas de force majeure laissé à l'appréciation du bureau).

D'autres formations telles que l'informatique, pourront être dispensées après accord du bureau.

4-MODIFICATIONS DU RÈGLEMENT INTÉRIEUR :

Conformément à l'article XI des statuts, le règlement intérieur ne peut être modifié que par le Conseil d'Administration et adopté par l'Assemblée Générale.

Le règlement intérieur modifié sera porté à la connaissance des adhérents par message électronique ou par copie papier à ceux qui n'utilisent pas internet.

