



REGLEMENT INTERIEUR : LES RANDONNEURS SEYNOIS

L'Association LES RANDONNEURS SEYNOIS, est une association loi 1901, déclarée en préfecture du Var, le 15 Juillet 2013, sous le n° W832011043.

Elle est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée sous le n°09659, reconnue par le ministère de la jeunesse et des Sports.

Elle est soumise à la loi 84-610 du 16 juillet 1984 qui impose, en particulier aux groupements sportifs, d'assurer leur responsabilité civile, et d'informer leurs adhérents de l'intérêt de souscrire une assurance contre les risques corporels.

En référence aux articles L.121-4 et Articles R121-1 et R121-6 du code du sport relatif à l'agrément des associations sportives, et par arrêté préfectoral en date du 12 Septembre 2013, l'association bénéficie de cet agrément sous le numéro 83-S-1888.

Elle bénéficie de l'immatriculation tourisme de la Fédération Française de Randonnée attribuée par Atout France sous le numéro unique national IM075100382.

Elle bénéficie du label RANDO SANTE délivré par la Fédération Française de Randonnée (FFR) le 21 Janvier 2013

Le présent règlement s'applique à l'ensemble des activités organisées au sein de l'association. Il a pour but de définir :

- les règles de fonctionnement de l'association et les relations de celle-ci avec ses membres.
- les droits et devoirs individuels des membres de l'association.

Le Règlement Intérieur est adopté et modifié par le Conseil d'Administration

ADHESION, COTISATION, LICENCE ET FINANCEMENT

1/ Adhésion - Cotisation annuelle – Licence :

La cotisation annuelle des membres de l'association est fixée chaque année en Assemblée Générale. Elle concerne la période du 01^{er} Septembre au 31 Août de l'année suivante.

Pour les membres actifs, elle se compose :

- De la somme relative au coût de fonctionnement de l'association
- Du coût de la licence de la FFR : licence individuelle IRA ou licence familiale FRA (l'assurance attachée à ces licences est valable du 1er septembre au 31 décembre de l'année suivante). Il peut être complété par le coût de l'abonnement à la revue fédérale " Passion Rando ".

Le renouvellement d'adhésion se fait chaque année à partir du 1er septembre.

Nouvelle version :

Chaque adhérent doit, lors de son inscription, remplir une fiche d'adhésion, fournir un certificat médical selon les modalités suivantes : la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé et ses décrets d'application imposent aux fédérations sportives de nouvelles dispositions donnant une validité de 3 ans au certificat médical et facilitant le renouvellement des licences en permettant sous certaines conditions de ne pas présenter un nouveau certificat médical.

Voici donc les nouvelles règles que devront appliquer les clubs affiliés à la FFRandonnée

Première prise de licence :

Pour toute première prise de licence, un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité sportive pratiquée datée de moins d'un an doit être fourni par le pratiquant. Sa durée de validité est maintenant de 3 ans, sous certaines conditions.

Renouvellement de licence :

Durant la nouvelle période de validité de 3 ans du certificat médical, lors de chaque renouvellement de licence, le pratiquant doit répondre à un questionnaire de santé

S'il répond « NON » à toutes les questions et qu'il l'atteste, il est dispensé de présentation d'un certificat médical.

S'il répond « OUI » à une seule des questions, ou s'il refuse d'y répondre, il doit présenter à son club un certificat médical datant de moins d'un an.

Pratique en compétition :

Attention, pour pratiquer le Rando challenge® ou le longe côte en compétition, le certificat médical doit mentionner l'absence de contre-indication pour la pratique en compétition. Sa validité est également de 3 ans.

Chaque participant doit porter sur lui sa licence fédérale, sa carte d'identité, sa carte vitale et sa carte mutuelle, et le N° de téléphone d'une personne à prévenir en cas d'accident. Il doit enregistrer le N° des animateurs afin de pouvoir les joindre en cas de nécessité.

- Chaque adhérent est responsable de ses effets personnels (lunettes, téléphone, AP. Photo)

2/ Financement :

Recettes :

Les recettes de l'association sont les suivantes :

- La cotisation annuelle de chaque adhérent. Les montants sont votés par l'assemblée générale sur proposition du conseil d'administration.
- Le paiement par les adhérents de frais de participation à certaines activités

- La vente de certains objets
- Les subventions demandées par l'association
- Sponsors
- Mécènes

Dépenses :

Les dépenses sont axées sur l'activité principale de l'association définie dans les statuts et sont constituées :

- Des dépenses induites directement par l'ensemble des activités proposées (frais de car, reconnaissances de terrain, etc....),
- Des dépenses d'administration, des dépenses liées à des manifestations exceptionnelles et des dépenses diverses indispensables.

Vérification des comptes

Les comptes sont vérifiés à la fin de chaque exercice comptable par un vérificateur, élu par l'Assemblée Générale pour 4 ans, ne faisant pas partie du Conseil d'Administration, et jouissant de ses droits civiques.

3/ Droit à l'image :

A l'occasion de l'adhésion, l'adhérent autorise la diffusion de photographies prises au cours des activités ou de manifestations et sur lesquelles lui, son ou ses enfants figurent. Sous le vocable diffusion, il faut entendre :

- Affichage dans les locaux du club.
- Publication dans la presse locale ou autre.
- Mise en ligne sur le site internet de l'association et sur la page FACEBOOK de l'association.

Cette autorisation est incessible et ne s'applique qu'au site de l'association et à la page FACEBOOK. Sa durée est celle de l'adhésion et elle est révocable à tout moment.

L'ANIMATION DES RANDONNEES

On désigne, par randonnée, un circuit ou une traversée unique de marche.

L'objectif de l'association est la pratique de la randonnée pédestre, sans esprit de compétition, dans un milieu convivial et sportif, afin de découvrir aussi bien le patrimoine culturel que l'environnement naturel, ce qui en fait une activité de loisirs.

1/ Formation des animateurs :

La formation s'adresse aux adhérents désirant encadrer ou animer des randonnées pédestres, la Marche Nordique ou la Marche Aquatique Côtière avec ou sans pagaies.

Elle vise à former des animateurs diplômés :

- P.S.C1
- SA1 ou SA2 pour la randonnée pédestre
- Animateur de Marche Nordique
- Animateur de Marche Aquatique

Le choix des futurs candidats se fait par le responsable de la Formation. Celle-ci est, intégralement, prise en charge par l'association. En contrepartie, l'animateur nouvellement diplômé, s'engage à encadrer son activité durant 2 ans après l'obtention du diplôme.

En cas de désistement ou d'interruption du stage, le candidat devra rembourser intégralement le coût du stage.

Et en cas de rupture de contrat (démission celui-ci devra rembourser l'association du montant total des frais de formation plus indemnités compensatoires.

2/ Les droits et devoirs de l'animateur

Une randonnée est menée par un (ou deux) animateur responsable et un encadrant fermant la marche.

L'animateur encadrant aura suivi la formation FFR lui permettant d'obtenir la qualification de SA1 ou SA2, ou aura été désigné comme tel par le Président (te) de l'association au vu de ses compétences et aptitudes à gérer un groupe.

L'animateur responsable de la randonnée, et lui seul, décide d'annuler ou pas une sortie en fonction des conditions particulières du jour de sortie ou pour participation insuffisante.

- L'animateur responsable de la randonnée peut refuser de prendre en charge au départ de la randonnée :
- Un participant susceptible de gêner le déroulement de la randonnée, compte tenu des difficultés annoncées dans le programme ou n'ayant pas l'équipement adapté.
- Les participants non titulaires de la licence de la Fédération Française de Randonnée Pédestre à l'exception des randonneurs à l'essai
- Les participants accompagnés d'animaux.
- Pharmacie : se munir de sa propre pharmacie à destination thérapeutique et spécifique.

L'ANIMATEUR n'a pas le droit de donner des médicaments à ingérer ou à inoculer, il ne peut prodiguer que les premiers soins, en attente éventuelle des secours institutionnels. Il est muni d'une trousse de premier secours qui devra être mise en conformité chaque début de saison

Les animateurs préparent et organisent les randonnées en vue de :

- Conduire les randonnées en toute sécurité et donner un climat de confiance.
- Animer les randonnées afin d'en faire un exercice agréable pour tous et promouvoir la solidarité.

Chaque reconnaissance de randonnée est faite par les animateurs qui ont en charge ladite randonnée.

3 / Programme de randonnées

Les animateurs se réunissent une fois par trimestre afin d'établir les sorties du trimestre suivant. Le programme est à la disposition des randonneurs :

- Sur le site internet des RANDONNEURS SEYNOIS : <http://lesrandonneursseynois.e-monsite.com>
- Au local situé 11 avenue Gambetta à la Seyne sur Mer
- A l'affichage à la Mairie de La Seyne sur Mer.

L'Association LES RANDONNEURS SEYNOIS, affiliée à la Fédération Française de Randonnée, ne couvre, par son assurance responsabilité civile, que les randonnées inscrites à son programme, les séjours organisés par elle, et les reconnaissances de terrain.

En cas de force majeure (météo, animateur absent.), la randonnée peut être annulée, ou reportée, ou déplacée sur un autre site reconnu.

4/ Classification des randonnées

Les randonnées sont normalisées et classifiées comme ci-dessous :

Classification

14 km à 18km 60 à 900 m et +	Parcours ROUGE : DIFFICILE
12 à 15 km 400 à 600 m	Parcours BLEU : MOYEN
07 à 14 km 300 à 400 m	Parcours VERT : FACILE
5 à 7 km 0 à 300 m	Parcours VERT : INITIATION

Cette information indiquée pour chaque randonnée sur le programme mensuel, est fournie par l'animateur responsable du parcours. La relation classification/données chiffrées (distance, dénivelé) n'est pas obligatoirement biunivoque, des éléments ou difficultés particulières d'une randonnée peuvent moduler sa classification.

Pour les RANDOS DOUCES du mardi après-midi, le parcours sera limité à 6 kms maxi avec 200 m de dénivelé maxi

REGLEMENT DES RANDONNEES PEDESTRES.

1 / Inscription à une randonnée

a) Lecture du programme

Avant toute inscription à une randonnée, il importe de tenir compte des indications techniques inscrites dans le programme. Surestimer sa condition physique peut nuire au plaisir de la randonnée et mettre le groupe en difficulté.

Consultez le programme : si c'est une randonnée en VP (Voiture particulière), il suffit de se présenter au lieu de rendez-vous.

b) Horaires et lieux de départ et prix

Les horaires et lieux de départ seront précisés sur notre programme ET sur notre site et doivent être respectés.

Le transport peut se faire soit par :

- Covoiturage
- Minibus mis à la disposition des randonneurs (en fonction de sa disponibilité) dans la limite de 8 places plus le chauffeur.
- Une participation forfaitaire fixée par le bureau des RANDONNEURS SEYNOIS, sera payée par chaque participant et à chaque sortie.

Toute personne souhaitant conduire lors du covoiturage, est responsable du groupe des randonneurs dans son véhicule. Elle est tenue au respect du code de la route.

Les chauffeurs vérifieront qu'ils sont bien assurés « personnes transportées » et que leur permis soit toujours valide. Le Club ne sera pas responsable de tout accident pouvant survenir au cours du déplacement ; l'acceptation du système de covoiturage est sous l'entière responsabilité du chauffeur et des passagers qui l'accompagnent.

Le propriétaire du véhicule sera indemnisé au même tarif que le minibus

2/ Equipement et organisation de la randonnée

a) Equipement

- Il sera adapté à l'activité et conforme aux conditions climatiques et géographiques :
- Les chaussures de randonnées sont obligatoires. Les chaussures à tiges montantes sont vivement recommandées.
- La tenue et le matériel seront adaptés à la pratique de la randonnée pédestre
- Les bâtons sont vivement conseillés et doivent être utilisés de façon à ne pas présenter un danger pour les autres.
- Les animaux ne sont pas acceptés

Le randonneur devra impérativement être porteur de sa licence fédérale, être en possession de sa carte « vitale ».

b) Déroulement de la randonnée

Elle est placée sous la responsabilité et l'autorité de l'animateur, les règles de bonne conduite à respecter sont énoncées ci-après.

. En aucun cas, quitter le groupe ou utiliser des cheminements autres que celui choisi n'est autorisé.

. L'animateur mène le groupe à une allure adaptée aux difficultés rencontrées par l'ensemble du groupe, ne jamais le dépasser, ne jamais rester derrière l'animateur serre file.

. Des arrêts réguliers sont toujours prévus, en cas de nécessité, d'arrêt impératif pour des besoins personnels, prévenir l'animateur.

. S'écarter du parcours, implique de laisser son sac visible sur le chemin.

. Sur route à circulation automobile, marcher côté gauche, sauf instruction particulière de l'animateur.

. Maintenir des distances prudentes avec les autres randonneurs devant ou derrière afin de ne pas créer de rupture dans l'unité du groupe, dans les descentes de ne pas entraîner la personne qui précède dans une glissade ou une chute, dans une montée de ne pas être blessé par un utilisateur de bâtons.

. Lorsque la file des marcheurs s'étire, s'assurer à chaque changement de direction, ou bifurcation, que le suivant voit le bon itinéraire.

Respectez la nature :

- Ne jetez aucun papier, ramenez vos déchets (épluchures, boîtes en tout genre, peaux d'agrumes nocives pour la végétation)
- Laissez les lieux de votre pique-nique aussi propre que vous souhaitez le retrouver

- c) Ne coupez pas, et n'arrachez pas la flore ; contentez-vous de l'identifier ou de la photographier
- d) Suivez les sentiers ; ne coupez pas les lacets des chemins pour ne pas créer une nouvelle trace susceptible de détériorer le terrain en favorisant des couloirs d'érosion.
- e) Ne pas allumer de feu dans les zones à risques surtout en période de sécheresse ou par vent fort
- f) Refermez les barrières et respectez les clôtures
- g) Pour avoir une chance de voir des animaux, évitez de crier.

Respectez les règles de sécurité :

JAUNE : Niveau de risque modéré : il convient de faire preuve de prudence

ORANGE : Niveau de risque sévère : la pénétration dans les massifs est déconseillée

ROUGE : Niveau de risque très sévère : l'accès et la présence de personnes dans les massifs forestiers sont interdits sous peine d'amendes

3 / Accueil des randonneurs non adhérents à l'essai

L'assurance : cette question a été posée à la Fédération française de randonnée qui a répondu clairement : « Une association affiliée dont tous les adhérents sont licenciés avec assurance responsabilité civile bénéficie du contrat fédéral. À ce titre, ses dirigeants et ses animateurs sont garantis en responsabilité civile.

L'association conserve sa garantie en responsabilité civile lorsqu'elle accueille des randonneurs à l'essai, c'est-à-dire lorsqu'une personne souhaite s'essayer à la randonnée ou découvrir l'ambiance de l'association avant d'adhérer.

En revanche, le randonneur à l'essai n'est couvert ni en responsabilité civile ni en accidents corporels à titre individuel, c'est-à-dire que s'il provoque un accident ou s'il est victime d'un accident, il devra faire fonctionner son assurance personnelle, s'il en a une ». Il faut impérativement informer ces randonneurs qu'en l'absence de licence, ils ne sont pas assurés à titre personnel par le contrat fédéral. On entend par « essai » toute personne manifestant un intérêt pour une inscription future. Un seul essai d'une de nos activités est admis.

4/ Accident

Bien se rappeler que l'animateur n'a pas de qualification médicale et que son intervention est très limitée. Il possède une trousse de premier secours comportant le strict minimum pour le nettoyage de petites plaies.

En cas d'accident, l'animateur gère, consulte l'entourage et choisit une ou deux personnes pour le seconder dans la gestion du blessé, il met en place le CATSYS 1 et le CATSYS 2 pour gérer le blessé et le groupe. Il est seul responsable de la situation, et maître de ses décisions. Dans le doute, il appelle les secours (le 112). Ensuite quand la situation est maîtrisée, il doit informer le Président.

Déclaration d'accident : elles se font en ligne sur le site de la Fédération Française de Randonnée Pédestre, dans les 5 jours.

Une copie du dossier doit être adressée à l'association.

REGLEMENT DES SORTIES TOURISTIQUES

Le programme, les horaires, le lieu de départ, le mode de transport et prix sont précisés sur notre programme et mis en ligne sur notre site. Le lancement des inscriptions se fait par mail via lrs tourisme. La pré-inscription est enregistrée à réception de mail, et devient définitive à réception du règlement de la sortie, sachant que tout règlement doit intervenir impérativement 15 jours avant la date de départ. Toute annulation 8 jours avant le départ ne sera pas remboursée.

REGLEMENT DES SEJOURS ET WEEK END

Pour les séjours ou Week- end : tenue d'une réunion d'information avant chaque séjour ou weekend pour permettre la diffusion des informations sur le déroulement, les horaires, les itinéraires, la composition des voitures ou du bus et des logements. Les séjours déplacent un nombre n'importe quel de personnes. Chaque participant doit respecter les recommandations des organisateurs afin d'éliminer les malentendus et les dysfonctionnements.

Les voyages et séjours proposés par Les Randonneurs Seynois doivent impérativement figurer au programme de l'association, et être mis sur le site.

Ces prestations ne doivent être proposées qu'aux membres de l'association ayant souscrit un contrat d'assurance couvrant les risques courus (licence IRA ou IMPN). L'animateur agréé par le président est assuré par la garantie en responsabilité civile de son association en tant qu'animateur

Conformément aux dispositions légales (modification du code du tourisme, en dernier lieu par la loi n° 2009-888 du 22 juillet 2009), tout séjour et voyage se déroulant en métropole ou en pays frontalier et comportant : plus de 2 nuitées, plus d'une séquence touristique, une vente du séjour avec marge bénéficiaire entre pleinement dans le champ d'application de la loi et nécessite l'immatriculation Tourisme (ou l'extension de l'immatriculation fédérale). Le correspondant tourisme désigné par le club est chargé de la gestion du dossier.

NOTA : les itinéraires s'effectuant en métropole, quelle que soit leur durée, sont considérées par la Fédération comme ne nécessitant pas l'immatriculation (11/02/2011).

Le lancement des inscriptions se fait par mail via lrs tourisme. La pré-inscription est enregistrée à réception de mail, et devient définitive à réception du règlement de la sortie, sachant que tout règlement doit intervenir impérativement 15 jours avant la date de départ. Toute annulation 8 jours avant le départ ne sera pas remboursée.

REGLEMENT DE L'ACTIVITE MARCHE NORDIQUE :

1) Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et sur notre site et doivent être respectés.

Toute annulation se fait sur le site (quotidiennement mis à jour), par mail si le délai est supérieur à 48 H et par SMS en cas de dernière minute.

2/ Equipement

Il sera adapté à l'activité et conforme aux conditions climatiques et géographiques :

Tenue Type jogging avec des chaussures à relief obligatoires

Petit sac à dos avec boisson et en-cas énergétique

Vêtements appropriés en fonction du temps

Les bâtons spécifiques Marche Nordique doivent être utilisés de façon à ne pas présenter un danger pour les autres. Ils peuvent être prêtés lors des séances d'initiation puis achetés par l'adhérent.

L'accompagnement par des animaux n'est pas autorisé

3/ Déroulement de la séance :

Durée d'une séance type 2H/2H30 :

- . Séance d'échauffement : 15 minutes environ
- . Marche tonique et dynamique de 1H30 environ
- . Séance d'étirements : 15 minutes environ

4/ Règles de sécurité

La randonnée en marche nordique est une activité comme la randonnée pédestre, de nature et se pratique sur tous terrains Important : le marcheur nordique doit faire attention aux autres marcheurs, car il peut créer un danger à cause des bâtons, il doit donc laisser un espace suffisant pour une bonne utilisation de ses bâtons.

Les autres règles évoquées ci-dessus s'appliquent aussi à la pratique de la marche nordique

Consignes particulières concernant les risques d'incendies :

JAUNE : Niveau de risque modéré : il convient de faire preuve de prudence

ORANGE : Niveau de risque sévère : la pénétration dans les massifs est déconseillée

ROUGE : Niveau de risque très sévère : l'accès et la présence de personnes dans les massifs forestiers sont interdits sous peine d'amendes sous peine d'amandes

REGLEMENT DE L'ACTIVITE MARCHE AQUATIQUE :

1) Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et sur notre site et doivent être respectés.

Toute annulation se fait sur le site (quotidiennement mis à jour), par mail si le délai est supérieur à 48 H et par SMS en cas de dernière minute.

2/ Déroulement de la séance

Durée d'une séance type 2H

3/ Equipement

Il sera adapté à l'activité et conforme aux conditions climatiques et géographiques :

Sont obligatoires :

Un maillot de bains durant la période estivale ou

Un combi-short pour la saison intermédiaire ou

Une combinaison en néoprène dont l'épaisseur est à adapter en fonction de la température de l'eau (3 mm maximum afin de conserver une facilité de mouvements).

Des chaussons de plongée ou des baskets.

4/Conditions de pratique

Pour les porteurs de lunettes de vue il est conseillé le port d'un cordon

La marche aquatique côtière se pratique sur des parcours préalablement identifiés à savoir :

Dans ce que l'on appelle "la bande des 300m" correspondant à la zone de baignade ; c'est-à-dire dans un périmètre où s'exerce la compétence des communes et de l'Etat en matière de sauvetage en mer (loi littorale du 3 janvier 1986)

Sur des plages de sable faible devers sans obstacle majeur (2 à 3%)

Niveau d'eau du nombril à la poitrine

En cas d'accident même procédure que pour la randonnée et la marche nordique.

REGLEMENT DE L'ACTIVITE PREPARATION PHYSIQUE :

1 /Horaires et lieux

Les horaires et lieux seront précisés sur notre programme et sur le site et doivent être respectés.

Chaque séance ayant une durée de 45mn à 1 heure.

L'animateur (trice) assure une activité en progression, échauffement, travail articulaire, musculaire, étirements. Exercices en musique adaptés à tout public.

Toute annulation se fait sur le site (quotidiennement mis à jour), par mail si le délai est supérieur à 48 H et par SMS en cas de dernière minute

2/ Equipement

Il doit être adapté à l'activité :

Tenue souple (survêtement d'hiver ou léger d'été) avec des chaussures de sport à usage intérieur (propres)

Une serviette ou un tapis

Petite bouteille d'eau (hydratation) et un en cas.

REGLES GENERALES APPLIQUABLES A TOUS :

Le club (et l'ensemble des activités pratiquées) ne doit pas être un lieu d'expression politique ou religieuse. C'est un lieu de neutralité où doit primer les valeurs du sport : l'égalité, la fraternité, l'impartialité, l'apprentissage du respect de soi-même et de celui d'autrui. Tout

signe ostentatoire religieux est proscrit pour des raisons d'hygiène et de sécurité et tout simplement pour la bonne marche de l'association (qui ne saurait être perturbée)

REGLEMENT CONCERNANT LE PRET DU MINIBUS

Le comité directeur, réuni le 02 Octobre 2017, a défini et approuvé les règles d'utilisation du minibus de l'association par ces associations.
Dans le cadre des dispositions retenues,
Il est convenu ce qui suit

Article 1 : L'Association Les Randonneurs Seynois met à disposition son minibus dont l'état est annexé à la présente convention. Toutes les personnes qui utilisent le minibus doivent être membres de l'association bénéficiaire.

Article 2 : Le bénéficiaire déclaré doit vérifier que ce minibus est conforme aux normes de sécurité en vigueur et que les chauffeurs déclarés sont habilités à le conduire. Une photocopie de leur permis de conduire est remise aux Randonneurs Seynois.

Article 3 : Ce minibus est sous la responsabilité du bénéficiaire jusqu'à la restitution aux Randonneurs Seynois.

Article 4 : Le véhicule est prêté avec le plein de carburant, il devra être restitué avec la même réserve.

Article 5 : Ce prêt est soumis à une participation financière de 0,40 € par kilomètre effectué. Pour une durée d'utilisation supérieure à une semaine (sept jours calendaires), une participation financière complémentaire de 50 euros par jour d'utilisation supplémentaire est due.

Article 6 : En cas d'accident, le montant de la franchise sera réglé par l'association bénéficiaire du prêt du minibus.

Article 7 : La prise et la restitution du minibus seront faites aux Randonneurs Seynois, sauf accord préalable contraire. A ces occasions un constat contradictoire de l'état du minibus sera établi.

Article 8 : En application de l'article L 121-6 du code de la route nous avons obligation de communiquer aux autorités compétentes l'identité de la personne physique auteur de l'infraction routière.

Article 9 : Toute réparation relative à une dégradation sera facturée au bénéficiaire.

Article 10 : Une convention annuelle peut être mise en place.

Article 11 : L'Association Les Randonneurs Seynois est assurée auprès de la MAAF La Seyne Sur Mer.

LISTE DES ACTIVITES ORGANISEES AU SEIN DE L'ASSOCIATION ET COMMUNICATION CORESPONDANTE :

LRS secrétariat général

Marche aquatique côtière ou longe-côte avec ou sans pagaies

Marche nordique

Préparation physique

Randonnées Pédestres à la Journée (convivialité, détente, découverte)

Randonnées douces pour tous à la ½ journée (rando douce avec découverte urbaine ou culturelle)

Boules

LRS tourisme

Randonnées raquettes à neige

Ski de fond

Sorties touristiques (sorties en bus permettant de découvrir une manifestation, une ville, sa culture et son patrimoine)

LRS festivités

Soirées ou réunions festives

Et toutes autres activités se rattachant à l'objet social

Information par internet : pour toutes modifications et diffusions d'info

- Messagerie : lesrandonneursseynoises@orange.fr et lrs-tourisme@orange.fr

- Site Internet : <http://lesrandonneursseynoises.e-monsite.com> Information par tel : 06 26 45 70 98 et 06 15 04 82 61

ADOPTÉ EN CONSEIL ADMINISTRATION DU 02 OCTOBRE 2017

La Secrétaire Générale



La Présidente



