



Rappel de quelques conseils

- Le randonneur doit respecter les consignes de l'animateur; cheminement en et hors agglomération, traversée de routes, pause « technique », etc...
- Ne jamais dépasser l'animateur de tête...
- Matériel de progression (chaussures et sac à dos adaptés aux caractéristiques de la randonnée).
- Matériel et fournitures pour se restaurer (vivres par exp barre energetique +,eau). Boire régulièrement même en hiver.
- Respecter les lieux et les chemins et:remporter vos déchets, papiers, épluchures,etc-(pollution visuelle + danger pour l'environnement).
- Prévoir matériel de protection (vêtements pratiques adaptés aux conditions météo).
- Aucun adhérent ayant commencé la marche ne peut la quitter sans aviser l'animateur.
- Toute personne devant quitter le groupe (parcours trop long, fatigue...) doit être accompagné par un membre du groupe.
- En cas de mauvais temps ou forte chaleur, vous serez prévenu par mail si annulation ou modification des horaires; ces mêmes informations seront sur le site "als85.fr" sur la rubrique info du jour.



Rappel de quelques conseils

- Le randonneur doit respecter les consignes de l'animateur; cheminement en et hors agglomération, traversée de routes, pause « technique », etc...
- Ne jamais dépasser l'animateur de tête...
- Matériel de progression (chaussures et sac à dos adaptés aux caractéristiques de la randonnée).
- Matériel et fournitures pour se restaurer (vivres par exp barre energetique +,eau). Boire régulièrement même en hiver.
- Respecter les lieux et les chemins et:remporter vos déchets, papiers, épluchures,etc-(pollution visuelle + danger pour l'environnement).
- Prévoir matériel de protection (vêtements pratiques adaptés aux conditions météo).
- Aucun adhérent ayant commencé la marche ne peut la quitter sans aviser l'animateur.
- Toute personne devant quitter le groupe (parcours trop long, fatigue...) doit être accompagné par un membre du groupe.
- En cas de mauvais temps ou forte chaleur, vous serez prévenu par mail si annulation ou modification des horaires; ces mêmes informations seront sur le site "als85.fr" sur la rubrique info du jour.

