



Préparer sa randonnée

Randonneur, randonneuse,

*Vous avez décidé de proposer une randonnée lors de la saison prochaine et **nous vous en remercions**. La section **RANDO** fonctionne grâce à vous. C'est l'implication de chaque bénévole qui fait avancer notre groupe sur son chemin.*

Alors, n'hésitez plus, regroupez-vous à 2, 3 ou 4, munissez-vous d'une carte ou autre et lancez-vous...

Cette fiche est conçue comme une aide à votre organisation.

1. Je choisis le type de rando que je veux faire :

- randonnée courte pour les mardis d'été, de 7 à 9 km environ, pas de descriptif écrit,
- randonnée moyenne de 8 à 12 km pour les randos à la demi-journée (plutôt courte en durée pour les samedis d'hiver),
- randonnée longue de 15 à 20 km avec plus ou moins de dénivelé pour les dimanches.

2. Où trouver des itinéraires ?

- dépliants mairies de village ou offices de tourisme,
- carte IGN, topo-guide (dans la bibliothèque de l'ASLL),
- site comme Visorando, Openrunner ou autres,
- ou simplement un lieu que je connais.

3. Je reconnais ma randonnée avec 2 ou 3 personnes :

- pour pallier une éventuelle indisponibilité le jour de la rando,
- pour m'aider à évaluer la difficulté et estimer les horaires,
- pour repérer le parking de départ, l'aire de pique-nique et un abri possible pour le midi,
- pour repérer la route pour rejoindre le parking si le lieu est « perdu ».
- Si je suis seul.e, je peux contacter un animateur, une animatrice formé.e (liste ci-dessous).

Je note tous ces renseignements au cours de la reconnaissance, je prends des photos si besoin.

4. Pour compléter le formulaire « Fiche randonnée » qui permettra la réalisation du calendrier :

- j'indique le lieu précis de la randonnée : commune, hameau, accès, éventuellement coordonnées GPS.
- j'indique mon nom comme organisateur et celui des personnes qui m'accompagnent.
- j'indique le niveau technique : distance, dénivelé, difficultés particulières...
- je rédige un descriptif de la sortie en 4 ou 5 phrases, énumérant le type de chemins utilisés, les lieux traversés, les types de végétation, les sites offrant un intérêt.

Animateur.rices Rando qui peuvent être sollicité.es :

Sandrine	06 28 27 10 71	Elise	07 83 46 18 44	Marielle	06 61 46 13 01
Brigitte	06 34 20 86 10	Maurice	06 73 63 29 73	Gérard	07 81 01 59 52
Cécile	06 51 82 42 28	Elisabeth	06 73 65 59 16	Sylviane	06 89 92 16 04