



## LA RANDONNÉE CRÉMOLANE

Pratiquer la randonnée, découvrir le patrimoine culturel et géographique.

**Les randonnées proposées par La Randonnée Crémolane ont pour cadre la région de Crémieu (Isle Crémieu) et les massifs voisins dans un rayon de 100 km : Bauges, Beaujolais, Bugey, Chartreuse, Monts du Lyonnais, Pilat, Vercors, ... Elles sont réalisées sous la conduite d'animateurs bénévoles.**

La Randonnée Crémolane existe depuis 1995, à l'origine une section de la Jeunesse Sportive de Crémieu et depuis octobre 2006, une association indépendante. Elle est gérée par un Conseil d'Administration composé de 8 membres élus par les adhérents. Tous les ans, 120 personnes adhèrent à l'association et participent à nos activités.

L'Association :

- Organise 1 fois par an un séjour de 3-4 j en montagne en Village vacances / maison familiale
- Propose diverses manifestations : repas "fête d'été", repas de fin d'année, galette des rois,...
- Participe plusieurs fois par an à des marches à thème organisées par d'autres associations
- **Organise le 3<sup>ème</sup> dimanche d'octobre sa randonnée de village à Crémieu (500 participants) : 18/10/2020**

Nos randonnées / marches sont organisées comme suit :

- le lundi en 1/2 journée 6 à 7 km, circuits faciles, pour débutants et tous marcheurs
- le lundi en 1/2 journée 9 à 12 km, circuits faciles, pour débutants et tous marcheurs
- le jeudi en 1/2 journée 12 à 15 km, pour tous marcheurs ou bons marcheurs
- le jeudi en journée entière 15 à 20 km, pour bons marcheurs ou très bons marcheurs

*Les sorties en 1/2 journée ont lieu l'après-midi (sauf en période estivale où nous préférons la matinée).*



Le programme des randonnées est remis chaque trimestre aux adhérents et figure sur le site Internet.

En cas de modification / ajout / suppression, l'information figure sur le site Internet « *Dernière minute* ».

Inscription préalable : Uniquement pour les sorties du jeudi en journée complète, il est demandé de s'inscrire la veille par téléphone ou par SMS auprès de l'animateur concerné (la liste des animateurs vous sera remise dès votre adhésion confirmée). Pour les autres sorties à la ½ journée, se présenter à 10 minutes avant l'heure indiquée sur le programme.

Les rassemblements se font toujours à Crémieu (Parking en face de la place du Monument aux Morts, vers La Poste et la Maison des Associations)

Déplacement : Les adhérents s'organisent en covoiturage au départ de Crémieu avec une participation individuelle aux frais de route (6 cts par kilomètres parcourus en voiture, versés au conducteur pour toutes les sorties, qu'elles soient en 1/2 journée ou en journée).

### Sécurité

- Respecter les consignes de l'animateur de la randonnée.
- Être correctement équipé : chaussures de randonnée, sac à dos, pharmacie personnelle (notamment pansements), réserve d'eau, vêtements de protection froid/pluie, protection contre la chaleur.
- Être muni de vos papiers (carte identité, sécurité sociale/mutuelle et coordonnées de la personne à prévenir en cas de problème).

**Seules les randonnées inscrites au programme trimestriel sont couvertes par l'assurance de l'association**

### **Adhésion**

Notre saison court du 1<sup>er</sup> octobre au 30 septembre. Les nouvelles adhésions sont acceptées dans la limite des places disponibles. Si vous souhaitez adhérer, laissez-nous vos coordonnées sur l'imprimé de demande d'inscription. Nous vous contacterons dès que possible.



## DEMANDE D'ADHÉSION - SAISON 2020-2021 (màj 10/07/20)

A retourner AU PLUS TARD LE 30 SEPTEMBRE 2020 avec le chèque de règlement et le certificat du médecin. TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA ÉCARTÉ

### Je soussigné(e)

Mme, M. (barrer mention inutile)

NOM :  
Prénom :  
Né(e) le :  
Adresse :  
Tél fixe :  
Tél portable :  
Mail :

*(l'email nous permet de vous adresser le programme trimestriel et de vous avertir en cas de modifications de dernière minute ; il n'est pas cédé à des tiers)*

### Je soussigné(e)

Mme, M. (barrer mention inutile)

NOM :  
Prénom :  
Né(e) le :  
Adresse :  
Tél fixe :  
Tél portable :  
Mail :

*(l'email nous permet de vous adresser le programme trimestriel et de vous avertir en cas de modifications de dernière minute ; il n'est pas cédé à des tiers)*

### Personne à prévenir en cas d'accident

NOM :  
Prénom :  
Tél fixe :  
Tél portable :

### Demande mon adhésion à l'Association "La Randonnée Crémolane"

J'ai noté que la loi n° 84-610 du 16/07/1984 fait obligation aux associations d'assurer leur responsabilité civile et celle de leurs adhérents. Une assurance de base couvrant les accidents corporels est également souscrite. Outre cette garantie qui me sera acquise, il me sera proposé une formule d'assurance facultative pour mieux couvrir mes propres accidents corporels.

En outre je m'engage à :

- Régler ma cotisation par chèque (12 € par personne pour la saison) à l'ordre de : La Randonnée Crémolane
- Fournir au moment de l'inscription **un certificat de moins de 2 mois** de non contre-indication à la pratique de la randonnée à pied ou en raquettes. Ce certificat est obligatoire pour la prise en charge de l'assurance
- Respecter les termes des Statuts et du Règlement intérieur de l'association
- Être convenablement équipé(e) pour les activités auxquelles je participerai.

(Mention manuscrite : Lu et approuvé)

NOM + Signature

NOM + Signature

A (ville) :

Le (date) :

**Hors programme de l'association, La Randonnée Crémolane n'est pas couverte.**

**A chaque randonnée, vous serez équipé-e de : chaussures de randonnée, sac à dos, pharmacie personnelle (notamment pansements), réserve d'eau, vêtements de protection froid/pluie, protection contre la chaleur**

La loi n° 78.17 "Informatique et Liberté" du 6/01/1978 s'applique aux réponses faites à ce formulaire. Elle garantit un droit d'accès et de rectification pour les données vous concernant auprès du Bureau de l'Association.

**La Randonnée Crémolane** - GACON Jean-Claude - 47 rue des moulins - 38460 St Romain de Jalionas

06 73 56 07 97 - [larandonneecremolane@orange.fr](mailto:larandonneecremolane@orange.fr) - <https://larandonneecremolane.com/> Facebook : [larandonneecremolane](https://www.facebook.com/la.randonnee.cremolane)