

LES MARCHEURS DU PAYS ROUSSILLONNAIS

Siège social : Mairie 4 place de l'Edit 38150 Roussillon

Adresse courrier postal : 7 Impasse des Crêts 38150 VILLE SOUS ANJOU

Contacts : 06 58 12 27 22 et contact@marcheurs-roussillonnais.fr - Site : <http://www.marcheurs-roussillonnais.fr>

Affilié FFRP n° 5311 - SIRET : 491 335 287 00018 - Association sportive n° 38 09 007 - Agrément Tourisme CDRP38 : IM 075 100 382

PRESENTATION DE L'ASSOCIATION

Les activités proposées concernent les randonnées pédestres et la marche nordique.
Elles ont lieu toute l'année, sauf en période de fêtes de fin d'année (arrêt d'une quinzaine de jours).
La saison sportive va du 1^{er} septembre au 31 août.

RANDONNEES

Niveau 1 = Facile ; **Niveau 2** = Assez facile ; **Niveau 3** = Peu difficile ; **Niveau 4** = Assez difficile ;
Niveau 5 = Difficile

Les Chouettes Randos - Niveau 1

Tous les jeudis après-midi.

En juin, juillet et août ces randonnées sont programmées en matinée.

Les Randos Plaisir - Niveau 2

Tous les mardis après-midi. Elles sont organisées en 2 groupes, appelés « cool » et « dynamique ».

En juin, juillet et août elles sont à la journée avec un seul groupe et avec repas tiré du sac.

Les Randos du Jeudi - Niveau 3

Les 4^{ème} jeudi du mois, à la journée avec repas tiré du sac.

Les Randos du Week-End - Niveau 3 - 4 - 5

Pour randonneurs confirmés.

Les 1^{er} et 3^{ème} samedis ou dimanches (au choix de l'animateur), à la journée et repas tiré du sac

Muscles actifs en marche nordique, en jogging et en vélo



<http://entrainement-sportif.fr>

MARCHE NORDIQUE - Niveau 3

Tous les mercredis et samedis matin niveau 3 Durée 2h environ.

MARCHE NORDIQUE « Douce » - Niveau 1-2

Tous les lundis après-midi.

Initiation possible avec prêt de bâtons.
Vente proposée de bâtons aux adhérents.

EXCURSIONS EN AUTOCAR

Excursions mensuelles, sauf en décembre, les 2^{ème} jeudis du mois pour découvrir d'autres horizons. En janvier et février, selon les conditions d'enneigement il faut chausser les raquettes ! Les autres mois, 2 randonnées au moins sont proposées : une de niveau 3, une de niveau 2 et éventuellement une 3^{ème} de niveau 1.

Le repas est tiré du sac.

Pour les participants à la randonnée de niveau 1, il peut être proposé une visite l'après-midi.

SEJOURS

L'association possède, par délégation via le Comité Départemental de l'Isère, l'Immatriculation Tourisme de la Fédération.

Elle organise pour ses adhérents des séjours, le plus souvent d'une durée d'une semaine. Deux groupes de niveau sont constitués.

Des séjours plus «doux» sont aussi proposés par le Comité Départemental de l'Isère ou le Comité Régional Auvergne - Rhône Alpes avec des randonnées de niveau 1 et des visites.



BALISAGE

L'association possède des groupes de baliseurs (avec formation fédérale) et d'aide baliseurs.

Elle intervient pour créer un sentier (GR®422 par exemple) ou le plus souvent pour entretenir des sentiers existants. C'est le cas depuis de nombreuses années pour les sentiers PR (Promenade et Randonnée) de la communauté de communes Vienne-Condrieu

Ces interventions se font par délégation du Comité Départemental.

FORMATIONS

Randonner en toute sécurité est la priorité de l'association.

Aussi, elle encourage fortement ses adhérents à suivre les formations fédérales, notamment celles d'animateurs de randonnée ou de marche nordique.

Par ailleurs, l'association organise des formations internes ainsi que des séances de recyclage aux gestes de 1ers Secours à destination des animateurs.

CONDITIONS DE PARTICIPATION AUX ACTIVITES

La participation aux activités est réservée à nos adhérents, lesquels sont tous licenciés à la Fédération Française de Randonnée pédestre. Toutefois, **une participation à titre d'essai est possible** pour s'essayer à la randonnée et/ou marche nordique et découvrir l'ambiance de l'association. Pour cela se reporter à la « FICHE DE RENSEIGNEMENTS » sous l'onglet « L'ASSOCIATION » du site.

