

CHARTRE DU RANDONNEUR octobre 2020

Cette pratique de « descentes de rivières » est ouverte aux seuls adhérents licenciés FFESSM. Ce n'est pas une compétition, simplement une randonnée sur un flotteur insubmersible avec le palmage comme moyen de propulsion. ***Il n'y a pas de public.***

Notre activité s'appuie :

1. sur les « Recommandations lors de la mise place de la sécurité pour des randonnées en nage avec palmes, avec ou sans flotteurs, en eaux intérieures » de la FFESSM Commission Nage Avec Palmes juillet 2013
 2. et dans le respect de la Réglementation de la Préfecture propre à la navigation sur les rivières du département (règlement de Police sur les rivières du Maine et Loire hors Loire : page 13 article 38 : en nage avec palmes, on n'est ni baignade, ni plongée. Page 12 article 37 : on est considéré sport nautique non motorisé). Arrêté du 9 février 2017.
- Programmation trimestrielle sur le calendrier activité du Club porteur NDC Plongée Angers.
 - Le responsable de la « descente » sera équipé d'une trousse de secours art.A.322-4, d'un moyen de communication art A.322-101 du Code du Sport et des fiches d'évacuation type annexe III-19.
 - Le guide de Randonnée sera au moins : Moniteur-Entraîneur nage avec palmes, Initiateur-Entraîneur Apnée.
 - Chaque randonneur est équipé d'un flotteur imputrescible et insubmersible.
 - Le groupe sera composé d'un maximum de 8 nageurs par guide de randonnée.
 - Il n'y a pas de mineur au sein d'un groupe.

- Chaque randonneur peut être équipé d'une combinaison isothermique.
- En dessous de 14°, le nageur devra porter obligatoirement un vêtement en néoprène.

Recommandations

Il serait souhaitable que le groupe de randonneurs soit composé d'au moins trois randonneurs.

Il est recommandé de se faire vacciner contre la leptospirose.

Ne pas consommer l'eau.

Prendre en compte les législations de navigation : rivières domaniales ou non domaniales, connaissance de la météo avant de partir (force du vent, courant,...)

<http://www.eauxvives.org/fr/niveau/index>

<http://www.info-meteo.fr/>

<https://www.vigicrues.gouv.fr/>

Pour partir l'esprit tranquille

Prévoir sur le lieu de mise à l'eau :

Un plan de secours

Une trousse de secours

Un moyen de communication étanche

Adapter la sortie en fonction du niveau le plus bas

Savoir choisir sa randonnée en fonction de sa capacité physique

Choisir le matériel adéquat avant de partir

Ne pas paniquer

Connaître son environnement

Respecter l'environnement

Ne pas laisser de trace de notre passage

Pendant la randonnée

Respecter les autres usagers

Ne pas laisser traîner son matériel

Informez les autres de vos intentions

Proposer son aide à une personne en difficulté

Respecter les animaux, en s'approchant trop près, cela risque de nuire à leur survie .

Ne pas faire trop de bruit à proximité.

Après la randonnée

Regrouper et ranger le matériel

Boire de l'eau

Signaler toute anomalie au chef de groupe.

Il n'est pas dans les habitudes de la randonnée de prendre une douche après celle-ci, sinon chez soi au bon vouloir de chacun.

Protocole anti-Covid

Respecter le protocole en usage dans le moment, s'il y a lieu.

