

## **Charte de bonne conduite des sorties organisées par l'Activité Marche des Amitiés Saint Médardaises**

Les marches organisées par les Amitiés Saint Médardaises (ASM) ont essentiellement pour but de créer un climat de convivialité. C'est un moment privilégié pour échanger et faire connaissance.

Ces marches sont assurées grâce à l'investissement d'un référent d'activité désigné par le bureau des ASM et d'animateurs bénévoles qu'il convient de respecter.

### **Déroulement des sorties hebdomadaires :**

Deux circuits sont proposés, l'un de 5 à 6 km, l'autre de 8 à 10 km. Chaque marcheur choisit son groupe en fonction de sa force physique et du tracé des circuits.

Le point de rendez-vous de l'ensemble des groupes est fixé au parking Dupérier Batiment FE.

Le lieu de départ effectif de la marche est généralement indiqué sur la [page dédiée à la marche d'entretien](#) section « [agenda des sorties](#) » du site web des ASM

Les adhérents s'organisent entre eux pour se rendre sur le lieu de la marche. Les déplacements en voiture particulière (ECOPARTAGE) sont sous la responsabilité des conducteurs.

Les chemins parcourus seront dans la mesure du possible, des sentiers dans les bois, les vignobles et sur les petites routes de campagne. Il sera exclu les routes à grande circulation. Si le groupe doit emprunter ponctuellement une route ou une piste cyclable, il conviendra de respecter les règles définies par le code de la route (Voir l'annexe 1).

### **Chaque marcheur devra :**

1. Prévoir de bonnes chaussures de marche,
2. Prendre connaissance du circuit : distance, difficulté, temps de marche,
3. Ne pas hésiter à changer de groupe si la difficulté se fait sentir.
4. Avoir pris connaissance du présent document.

L'activité étant tributaire des aléas climatiques, les animateurs se réservent la possibilité de modifier le programme établi en fonction des intempéries éventuelles.

Comme toute activité physique, la marche comporte des risques. Chaque participant doit en être conscient, l'assumer en toute connaissance de cause et se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par les animateurs.

### **Sécurité et règles de prudence**

- Les personnes non adhérentes aux Amitiés Saint Médardaises (ASM) ne sont pas admises,
- Les chiens sont interdits,
- Afin d'éviter toute complication en cas d'accident ou d'éventuelle évacuation sanitaire, chaque marcheur doit se munir de sa carte d'identité et sa carte vitale,
- Respecter les règles sanitaires en vigueur.

### **1- Règles à respecter :**

- Les accompagnateurs ont en charge de réguler l'avancement du groupe tout en le sécurisant. Aussi, chaque marcheur doit se conformer à leurs directives et s'auto-discipliner pour faciliter le bon fonctionnement de l'activité. Ils ne pourront être tenus responsables des accidents qui seraient dus à l'imprudence de l'un des membres du groupe.

### **2- Moyens de secours et de communication :**

L'animateur doit être muni :

- D'une trousse de secours ;
- D'un moyen de communication (téléphone portable) permettant d'alerter les secours d'urgence :

17 POLICE SECOURS \_ 15 SAMU \_ 18 POMPIERS \_112 APPEL D'URGENCE EUROPEEN

La Présidente

Le Référent

L'Adhérent

### Réglementation particulière pour la marche sur route

#### a) Trottoirs et accotements

Si la chaussée est équipée d'emplacements réservés aux piétons - trottoirs ou accotements - **il est obligatoire de les utiliser.** ([article R412-34](#) du code de la route).

Enfin, les autoroutes et voies à accès réglementé (" 4 voies " ou " voies à grande vitesse ") sont strictement interdites à la circulation piétonne.

#### b) Sur la chaussée

Lorsque la route ne dispose pas d'emplacements réservés aux piétons, ceux-ci peuvent emprunter la chaussée en prenant les précautions nécessaires ([article R412-35](#)).

En groupe : à droite ou à gauche ?

- **Si les piétons circulent en file indienne**, les uns derrière les autres, la règle est la même : bord gauche dans le sens de leur marche ([article R412-42 II](#)).

- **La règle change dès lors que l'emprise sur la chaussée dépasse la largeur d'une personne** : si le groupe marche deux par deux ou plus, le groupe devra marcher près du bord droit de la chaussée dans le sens de sa marche, et il devra laisser libre au moins toute la moitié gauche de la route. Il pourra ainsi se faire doubler par les autres utilisateurs de la voie ([article R412-42 I et II](#)).

#### **Longueur d'un groupe limité à 20 mètres.**

Si un groupe, s'étale sur trente à quarante mètres, il faudra **couper le groupe en deux** et espacer les deux éléments d'au moins 50 mètres ([article R412-42 III](#)).

Ainsi une voiture pourra doubler d'abord l'un et ensuite le second.

#### c) Traverser la route

S'il existe un passage piéton à moins de 50 mètres de l'endroit à atteindre, son utilisation est **obligatoire** ([article R412-37](#)). Le piéton est **prioritaire** sur les véhicules à moteur dès qu'il est engagé régulièrement sur le passage !

En l'absence d'un tel passage, on traversera la chaussée **perpendiculairement** et jamais en diagonale pour se rendre plus vite au point d'arrivée ([article R412-37](#) et [R412-39](#)). Le principe étant de rester le moins longtemps possible sur la chaussée.

**Obligation d'avoir un éclaireur** pour ouvrir la marche notamment lors d'emprunt d'un axe routier. Il veille à la sécurité du groupe en se postant à l'avant du groupe : notamment à l'approche d'un virage ou de sommet ou lors d'évènements météo qui restreindraient la visibilité. Il signale aux véhicules en approche par l'avant la présence d'un groupe. Il avertit de l'arrivée de véhicule à l'avant du groupe. Il sécurise les traversées d'axes routiers en amont du groupe.

**Obligation d'un serre-file pour fermer la marche.** Il veille à ne laisser aucun participant seul en arrière du groupe sans surveillance. Il veille à la sécurité du groupe en se postant à l'arrière du groupe notamment à l'approche de virage ou de sommet ou lors d'évènements météo qui restreindraient la visibilité. Il signale aux véhicules en approche la présence d'un groupe. Il avertit de l'arrivée de véhicule à l'arrière du groupe. Il veille à ce que les véhicules puissent remonter le groupe en sécurité notamment en vérifiant l'approche de véhicule en sens contraire. Il sécurise les traversées d'axes routiers en aval du groupe.

L'éclaireur et le serre-file sont obligatoirement équipés d'un gilet de sécurité fluorescent.