



# LA CIOTAT LONGE COTE

## LC2

### REGLEMENT INTERIEUR





## **Table des matières**

<b>Articlen°1 : Affiliation</b>	<b>p3</b>
<b>Article n°2 : Sections de l'association</b>	<b>p3</b>
<b>Article n°3 : Conditions d'adhésion</b>	<b>p3</b>
<b>Article n°4 : Ressources</b>	<b>p4</b>
<b>Article n°5 : Animation des activités</b>	<b>p4</b>
<b>Article n°6 : Formation</b>	<b>p5</b>
<b>Article n°7 : Sécurité</b>	<b>p5</b>
<b>Article n°8 : Programme des activités</b>	<b>p6</b>
<b>Article n°9 : Modification, annulation du départ sans préavis</b>	<b>p6</b>
<b>Article n°10 : Désistements de sorties faisant l'objet d'arrhes</b>	<b>p6</b>
<b>Article n°11 : Recommandations particulières</b>	<b>p6</b>
<b>Article n°12 : Covoiturage</b>	<b>p7</b>



Le présent règlement intérieur complète les statuts de l'association. Il s'applique à tous les membres qui s'engagent en adhérant à celle-ci à le respecter ainsi que les statuts.

### Article n°1 : **Affiliation**

L'Association LC2 est affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre dont le siège national est fixé au 64 rue du Dessous de Berges 75013 Paris, le Comité Départemental étant situé au 21 avenue de Mazargues 13008 Marseille.

Après chaque assemblée générale, le procès-verbal sera mis en ligne sur notre site internet. Il devra obligatoirement faire état :

- Des rapports Moral et Financier adoptés en assemblée générale.
- Des listes à jour du Conseil d'Administration et du bureau.
- Des modifications survenues dans les statuts ou dans la localisation du siège.

### Article n°2 : **Sections de l'association**

L'Association est composée de deux sections :

- La section des membres pratiquant le Longe Côte Marche Aquatique
- La section des membres non longeurs qui participent à nos voyages, à nos sorties « culturelles patrimoine » et/ou à nos réunions conviviales.
- La section des membres pratiquant toutes autres activités proposées par laFFRP ( rando, marche nordique, bungypump, etc...)

### Article n°3 : **Conditions d'adhésion**

Conformément aux statuts, pour faire partie de l'Association il faut :

- Remplir une demande d'adhésion.
- Fournir un certificat médical, de moins de trois ans, de non contre-indication à la pratique du Longe Côte Marche Aquatique, conformément au règlement de la fédération.
- Verser la cotisation et le montant de la licence, si non licencié d'un autre club, lors de l'adhésion en début ou en cours de saison.



Les demandes d'adhésion sont examinées par le Bureau qui statue sur chacune d'elles lors de ses réunions. On ne devient membre de l'Association qu'après accord du Bureau, paiement de ses cotisations et licence FF Randonnée et s'être engagé à respecter les Statuts et Règlement intérieur. Pour que le Bureau puisse en toute légalité procéder à l'examen des demandes d'adhésion et donner son accord ou les refuser, le Conseil d'Administration doit donner mandat au Bureau.

Le prix des licences couvre la cotisation fédérale, nationale, la part régionale, la part départementale, l'assurance et les frais de gestion.

Les licences individuelles « IRA » ou familiales « FRA » et « FRAMP » couvrent la responsabilité civile et les accidents corporels.

Les licences sont délivrées chaque année à partir du 1<sup>er</sup> septembre et durant toute l'année de l'activité de Longe Côte Marche Aquatique. Les licences et cotisations ne sont pas remboursables.

Afin de pouvoir tester leur capacité à la pratique ainsi que l'ambiance du club, les nouveaux adhérents, futurs licenciés, pourront avant leur adhésion effective participer à 1 séance d'essai d'une heure, et ou prendre un pass découverte, les séjours et voyages étant exclus du dispositif

#### Article n°4 : **Ressource**

Les ressources de l'Association sont déposées sur un compte bancaire. Ne disposent du droit de signature des chèques que le Trésorier, le Président.

Le budget (recettes et dépenses) établi par le trésorier est validé annuellement par le Conseil d'Administration.

#### Article n° 5 : **Animation des activités**

Les séances Longe côte Marche Aquatique proposées aux adhérents sont encadrées par les animateurs brevetés BF LCM (brevet fédéral longe côte marche aquatique) et validés par la FFRandonnée.

- L'animateur doit avoir impérativement 1 téléphone, une bouée, un sifflet, un tee-shirt ou chasuble de couleur distincte, et désigner un assistant à chaque séance L'assistant doit respecter les consignes de l'animateur. L'assistant doit respecter les consignes de l'animateur.

L'assistant doit respecter les consignes de l'animateur.



- Selon les saisons et conditions météorologiques, les longeurs doivent obligatoirement porter une combinaison intégrale dès que la température de l'eau est inférieure ou égale à 18°, cagoule, gants, protection contre les piqûres (vives méduses...) . Les chaussures sont obligatoires toute l'année.
- Les animateurs diplômés BF peuvent encadrer des longeurs et animer des séances d'un autre club sous réserve de l'autorisation et acceptation des présidents des 2 clubs concernés.

### Article n°6 : **Formation**

Chaque adhérent désirant bénéficier d'une formation doit en faire la demande au Président.

Les formations possibles sont celles proposées par la FFRP:

- De dirigeant d'association,
- De secourisme (obligatoire pour les animateurs)
- De brevet fédéral LCMA
- Formation santé
- Formation de formateurs
- Formation de coach sportif....

### Article n°7 : **Sécurité**

Le Longe Côte Marche Aquatique présente des risques particuliers dû à la pratique en milieu aquatique. Chaque longeur doit respecter strictement les règles de sécurité signifiées par l'animateur

#### **Est exigé :**

- De porter obligatoirement des chaussures aquatiques à semelles rigides ou des baskets
- D'avoir de l'eau en quantité suffisante.
- De porter des vêtements adaptés au milieu aquatique, à la météo et à la température de l'eau.
- Enfin il convient de ne pas oublier que le groupe reste derrière l'assistant qui le guide et devant l'animateur qui ferme la longe.
- Respecter scrupuleusement les consignes de l'animateur.

L'animateur devant mettre en œuvre tous les moyens pour assurer la sécurité du groupe et de chacun en particulier, il peut, s'il le juge nécessaire, refuser à



quiconque le départ ou la poursuite, notamment en cas d'équipement inadapté et du niveau physique de l'intéressé.

Il est donc capital que chaque longeur choisisse d'effectuer ou non une séance en fonction de ses capacités. L'animateur doit s'adapter à son groupe

Pour prendre sa décision, chacun doit, avant une séance consulter l'animateur sur la difficulté de la séance et ne pas surestimer sa forme du moment (attention aux modifications de l'état de santé...)

#### Article n°8 : **Programme des activités**

Un programme hebdomadaire est établi le dimanche soir pour la semaine à venir sur le lien Cally sur Watsapp avec des informations plus détaillées qu'il convient de lire attentivement pour décider de participer ou non.

#### Article n°9 : **Modification, annulation du départ sans préavis**

La météo et les éléments aquatiques peuvent nous faire changer de programme : la décision peut n'être prise qu'au moment de la séance ou éventuellement la veille. S'il y a un doute qui entraîne l'annulation par météo instable sans qu'il y ait eu de préavis, un animateur est présent sur le site.

#### Article n°10 : **Désistement de sorties faisant l'objet d'arrhes**

En cas de désistements, les arrhes non remboursées par le(s) prestataire(s) ou assujetties à un nombre minimum de participants ne peuvent pas être remboursés aux adhérents.

#### Article n°11 : **Recommandations particulières**

Les longeurs sont encadrés par un assistant de tête et un animateur « serre-file ». Il est interdit au longeur de précéder l'assistant de tête, de succéder au serre-file

Au cas où un longeur serait amené à quitter la séance, il doit informer l'animateur.

Enfin les devoirs du longeur :



- S'informer des règlements qui conditionnent l'accès à certaines réserves (intégrales, biologiques, naturelles aquatiques) aux parcs nationaux (aquatiques), à certains territoires.
- Connaître la faune et la flore, surtout dans les espaces sensibles.
- Respecter et faire respecter l'environnement.
- Il est fortement recommandé d'éviter tout sujet Politique et Religieux.
- Pratiquer l'activité sur un site homologué par la FFRP (fortement recommandé) ou sur un site connu et reconnu par un animateur diplômé.
- Respecter les 5 règles pour bien longer (voir affiche sur site).

### Article n°12 : **Covoiturage**

Dans le cadre des nouvelles législations sur l'écoresponsabilité citoyenne, il est demandé d'organiser et d'harmoniser le covoiturage, selon les secteurs géographiques avec l'accord des participants concernés.

-