

# PROJET ASSOCIATIF



## LES DEUX RIVES EN BALADE

2023

### Qu'est ce qu'un projet associatif ?

*C'est le résultat d'une réflexion collective sur ce que souhaitent réaliser les membres de l'association et sur la manière dont ils veulent le faire, compte tenu de la situation actuelle de la structure.*

*Le projet associatif permet de mobiliser et de fédérer les énergies et les moyens.*

Les membres du Conseil d'Administration et de la commission balade se sont réunis 6 fois au cours de l'année 2022-2023 pour élaborer le projet associatif des Deux Rives En Balade.

**Dans un premier temps**, les objectifs du club ont été précisés :

- Activité physique sans performance
- Environnement (découvertes et protection de la nature)
- Convivialité
- Fonctionnement du club

**Dans un second temps** , les points forts et à améliorer ont été étudiés et discutés pour bâtir ce projet associatif.

Orientation 1 : Équilibrer les groupes

Orientation 2 : Équilibrer les randonnées entre journée et demi-journée chaque mois.

Orientation 3 : Séjours , sorties culturelles et randonnées spécifiques.

Orientation 4 : Rôle de l'animateur.

Orientation 5 : Indice IBP

# ORIENTATION 1

## ÉQUILIBRER LES GROUPES

### Sorties demi journée

#### Parcours long



**G1**

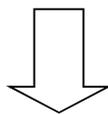
**G2**

**2 rythmes différents**

**Un animateur et un serre-file pour chaque groupe**

Pour une randonnée de 9 à 12 km environ

#### Parcours court



**G3**

**Un animateur et un serre-file**

Pour une randonnée de 7 à 9 km et d'un dénivelé inférieur à 300 m

### Sorties journée

**1 parcours avec 2 rythmes différents**

**ou**

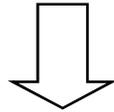
**1 parcours long, un parcours court**

*Au départ de chaque randonnée, les animateurs devront équilibrer les groupes.*

## ORIENTATION 2

### ÉQUILIBRER LES RANDONNÉES ENTRE JOURNÉE ET DEMI-JOURNÉE CHAQUE MOIS.

Septembre, octobre, mi-novembre...avril, mai, juin.



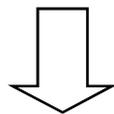
**3 randonnées journée par mois**

**tous les 10 jours en alternance lundi et jeudi**

*Pas de randonnée demi-journée systématique les jours de sortie en journée*

*Des inscriptions seront demandées pour les sorties en car et les raquettes*

Mi-novembre, décembre, janvier, février et mars

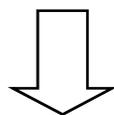


**2 randonnées demi-journée par semaine**

**+**

**2 sorties raquettes par mois en janvier et février**

Juillet et août



**1 randonnée par semaine**

*Selon la météo, la date sera fixée 48 heures avant la sortie*

## **ORIENTATION 3**

### **SÉJOURS, SORTIES CULTURELLES ET RANDONNÉES SPÉCIFIQUES...**

#### **Rando culturelle**

#### **Repas partagé**

*En fin d'année uniquement.*

#### **Randos générosité**

Rando pour la vue

Octobre Rose

Téléthon

Rando Pour Tous

#### **Rando des Deux Rives**

*Tous les 5 ans, prochaine édition 2027 pour les 30 ans du club.*

#### **4 Séjours**

*2 séjours longs 3 à 6 nuits*

*2 séjours courts 1 à 3 nuits*

#### **Inscriptions**

*Priorité aux personnes sur liste d'attente les fois précédentes.*

*Mettre en place un système de points.*

# ORIENTATION 4

## RÔLE DE L'ANIMATEUR

### Commission balade et organisation de la randonnée

- Avant la commission balade des animateurs identifient des randonnées.
- En début de chaque commission balade, sera dressée la liste de toutes les randonnées journée prévues.  
A partir de là sera établi le calendrier.
- Un animateur propose une randonnée :  
Une équipe se forme et nomme un coordinateur.
- Organisation de la randonnée :
  - Établir les cartes. Donner les 2 parcours.
  - Pas plus de quatre personnes par reconnaissance.
  - Ne prendre qu'une voiture dans la mesure du possible.
  - Choisir le parcours que chacun va conduire.
  - Repérer les parkings, les arrêts, les lieux de pique nique...
- Toute personne absente le jour de la commission balade donnera ses disponibilités et des lieux de randonnée s'il en a.
- Après la reconnaissance, les animateurs complètent la fiche descriptive de chaque randonnée. Ils précisent les difficultés, les conseils...(cf page 7)

### Encadrement de la randonnée

Le jour de la randonnée, l'animateur :

- Nomme un serre-file
- Compte les randonneurs
- Gère l'effort du groupe
- Rappelle les règles de sécurité
- Équilibre les groupes dans la mesure du possible
- Porte le gilet jaune sur la route
- Fractionne le groupe si nécessaire
- Sécurise les traversées de route
- Fait respecter le code de la route en agglomération et hors agglomération.

# ORIENTATION 5

## INDICE IBP

L'Indice IBP se trouve dans la base de données des randonnées.

Il est **un outil pour les animateurs**.

Il permet d'évaluer **les difficultés d'un itinéraire**.

Cette cotation est exprimée selon 3 critères : **effort, technicité, risque**.

**Les pictogrammes** de couleur correspondant à l'indice IBP se trouvent sur la fiche descriptive .

## FICHE DESCRIPTIVE

Randonnée :

Destination :

Date :

Rassemblement :

Pour un départ à :

Covoiturage :

Parking départ de la rando :

Distance  
(km )

Dénivelé positif  
(m )

**Parcours long**

**Parcours court**

Remarques :

Animateurs :

