



<http://randosautron.hautetfort.com/>
Randosautron1@gmail.com

Saison 2012 2^{ème} Semestre

Recommandations :

- Le randonneur est toujours responsable de sa sécurité et doit suivre les instructions des meneurs. Il est également responsable du randonneur qui le suit. Il doit s'arrêter à tout changement de direction tant qu'il n'a pas en vue les autres randonneurs qui le suivaient. En cas d'arrêt prolongé, l'information doit remonter jusqu'au Meneur pour arrêter la progression.
- Sur route, les randonneurs marchent de préférence à gauche et en file indienne, jamais au milieu de la chaussée !!!!
Si le responsable du groupe estime que la sécurité est plus grande sur le côté droit, il peut demander au groupe de marcher sur ce côté (virage, bas côté inexistant etc ...).
- Les randonneurs qui se rendent directement sur le lieu de la randonnée, doivent vérifier sur le blog ou à défaut par téléphone auprès du Meneur concerné (ou auprès du bureau) si aucun changement de dernière minute n'a été décidé.
- Programme et Calendrier sont toujours consultables sur le **blog** : <http://randosautron.hautetfort.com/>. Des précisions complémentaires (*itinéraire d'accès, Pkg, distance, durée, état des chemins, ...*), peuvent aussi être indiquées.
- Un tableau d'affichage est à la disposition du R.P.S. N'hésitez pas à le consulter.
- *Il est conseillé d'avoir sa licence sur soi lors d'une randonnée.*

Organisation des randonnées :

- Tous les départs s'effectuent au parking des terrains de sports de Sautron (près du tableau d'affichage).
Le jeudi, les informations, relatives à la sortie et aux manifestations à venir, sont données à 8h25.
Le départ est prévu à 8h30 (excepté le dimanche : 9h habituellement).
La fin des randonnées est fixée autour de 12h.
- Les distances à parcourir sont ajustées en fonction des dénivelés et de la durée du transport.
Pour les rando du jeudi matin, les fourchettes proposées sont :
G3 : 10-12 km
G2 : 12-14 km
G1 : 14-16 km
- Les rando à la journée, sont prévues autour de 20 km. Tous les randonneurs marchent ensemble, à l'allure du groupe 3. Vu l'importance du groupe et en fonction des spécificités des lieux, ce groupe pourra être scindé en 2 parties se suivant à distance raisonnable, avec meneurs et serre-files supplémentaires.
- **Important** : Dans le cas où des conditions météorologiques extrêmes ne permettraient pas l'organisation normale de la sortie, la décision de modifier ou d'annuler la sortie sera prise le jeudi matin par le Bureau, en concertation avec les Meneurs concernés.

Calendrier du 2^{ème} Semestre 2012

| | | | | |
|-------------------|--|-------------------|--|---------------|
| | Rando. journée | | | |
| | Rando. dimanche | | | |
| | Rando. 1/2 journée | | | |
| | Rando. longue durée | | | |
| | | | | |
| | RANDO. ET PARKINGS | Ret. voit. | MENEURS | Coût € |
| 30-août-12 | St Guilhem du désert | | PIAT Paul | |
| au | Itinérant | | | |
| 07-sept-12 | | | | |
| 06-sept-12 | Sautron - Surmenière | | 1 CARIOU Michel | 0 |
| | | | 2 GICQUEL Michel & POUZADOUX Jean Pierre | |
| | Pkg : Terrains de sport | | 3 GUILLAMO Michel | |
| 13-sept-12 | Saint Etienne - Blandinais | | 1 LE BOT Claude | 1 |
| | | | 2 CHAIGNEAU Yves | |
| | Pkg : Gymnase | | 3 GUILLAMO Michel | |
| 16-sept-12 | 9h : La Chapelle sur Erdre | | TURLIN Margaret | |
| | | | | |
| 20-sept-12 | Nantes - 3 rivières | Non | RONDEAU Maguy | x |
| | <i>(Possibilité d'un circuit plus court)</i> | | LOGEAS Marie-Paule | |
| | Pkg : Sautron terrains de sport | | | |
| 27-sept | La Chapelle Launay | | 1 CHAIGNEAU Yves | 4 |
| | | | 2 OLLIVIER Jeannine | |
| | Pkg : Salle de sport | | 3 CESVET Yves | |
| 04-oct-12 | La Chapelle sur Erdre - Mazaire | | 1 VIGNERON Claude | 2 |
| | | | 2 VALLE Jean | |
| | Pkg : Eglise | | 3 CORBIN Bernard | |
| 11-oct-12 | Savenay | | 1 POUZADOUX Jean Pierre | 3 |
| | | | 2 SUET Annick | |
| | Pkg : lac | | 3 GUILLAMO Michel | |
| 18-oct-12 | Caden (new) | Non | VALLE Jean | |
| | Pkg : Eglise | | PIAT Paul | |
| 21-oct-12 | 9h : Rives de l'Erdre | | TURLIN Margaret | |
| | | | | |
| 25-oct-12 | ND des Landes - 4 communes/Epine | | 1 LE BOT Claude | 2,5 |
| | | | 2 RIVALLAIN Jean-Claude | |
| | Pkg : Eglise | | 3 DEVAUX Yves -CORBIN Bernard | |
| 1-nov 2012 | Féris | | | |
| 08-nov-12 | Carquefou - Bords de l'Erdre | | 1 LAGADEC Annie | 2,5 |
| | | | 2 SCHETTER Alain | |
| | Pkg : Fleuriaye | | 3 PIAT Paul | |
| 15-nov-12 | Pointe St Gildas (new) | Non | CARIOU Michel | 9,5 |
| | | | | |
| | Pkg : Cimetière de la Plaine | | | |

| | | | | | |
|------------|---|-----|---|--|-----|
| 18-nov-12 | 9h : Forêt du Gâvre | | | TURLIN Margaret | |
| 22-nov-12 | Cordemais - Les Marais | | 1 | TAUGERON Jean-Marc - BRICHET Jean-Claude | 2,5 |
| | Pk : hyppodrome - le Port | | 2 | RIVOALEN Jean-Paul | |
| | AG - Anniversaire des 10 ans - Salle 200 | | 3 | GUAY Gérard - LALAIN Jean-Pierre | |
| 29-nov-12 | Suce sur Erdre - Rive gauche | | 1 | VIGNERON Claude | 2,5 |
| | | | 2 | CARIOU Michel | |
| | Pkg : Mairie | | 3 | GUILLAMO Michel | |
| 6-déc-12 | Sorinières - La Chatterie | | 1 | BOUCHET Monique | 3 |
| | | | 2 | POUZADOUX Jean-Pierre | |
| | Pkg : salle Hyppolite Derouet | | 3 | RIVOALEN Jean-Paul | |
| 13-déc-12 | St Herblain - Gournerie - Chezine - Bégraisière | | 1 | LAGADEC Annie | 1 |
| | | | 2 | SCHETTER Alain | |
| | Pkg : des Etangs | | 3 | ROY Jean | |
| 16-déc-12 | 14h : Couëron - Lac Beaulieu | | | TURLIN Margaret | |
| 20-déc-12 | Guémené-Penfao | Non | | VALLE Jean | 3 |
| | | | | | |
| | Pkg : complexe sportif | | | | |
| 27-déc-12 | Treillières - Nord | | 1 | RONDEAU Maguy ou ? | 1,5 |
| | | | 2 | TAUGERON Jean-Marc - BRICHET Jean-Claude | |
| | Pkg : Mairie | | 3 | SUET Annick | |
| 03-janv-13 | Vigneux - Rocher | | 1 | LE BOT Claude | 1,5 |
| | | | 2 | BOUCHET Monique | |
| | Pkg : chemin Ecole du gaz | | 3 | SCHETTER Alain - RABILLER Michel | |
| 10-janv-13 | Sautron | | 1 | FOUCHARD Michel | 0 |
| | Retour 11h: | | 2 | OLLIVIER Jeannine | |
| | Galette des rois - Salle 200 | | 3 | GUILLAMO Michel | |
| 17-janv-13 | Clisson - vignoble Garenne Lemot | Non | | SUET Annick | 3 |
| | | | | OLLIVIER Jeannine | |
| | Pkg:..... | | | | |
| 20-janv-13 | 14h: Sautron | | | TURLIN Margaret | |
| | Galette des rois | | | | |
| 24-janv-13 | St Etienne de Montluc - Chatillon | | 1 | CHAIGNEAU Yves | 1 |
| | | | 2 | RIVOALEN Jean-Paul | |
| | Pkg : Gymnase | | 3 | CESVET Yves | |
| 31-janv-13 | La Paquelais - Valais | | 1 | LALAIN Jean.Pierre - BORDES Alain | 1,5 |
| | | | 2 | RIVALLAIN Jean-Claude - BILLY Jo | |
| | Pkg : Jules Verne | | 3 | PIAT Paul | |

Quand il manque une info. : X

Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à l'un des Membres du Bureau 2011-2012

| | | | | |
|-----------------|----------------|----------------|----------------|--|
| SCHETTER Alain | Président | 02 40 63 16 98 | 06 48 11 15 43 | alainschetter@yahoo.fr |
| BOUCHET Monique | Vice-président | 02 40 63 16 70 | 06 08 89 75 74 | bouchet.monik@gmail.com |
| GICQUEL Anne | Trésorière | 02 40 63 55 62 | 06 79 54 07 05 | am.gicquel@wanadoo.fr |

| | | | | |
|-------------------|-----------------------|----------------|----------------|--|
| CHAIGNEAU Yves | Secrétaire | 02 40 63 18 96 | 06 18 63 60 12 | yves.chaigneau@neuf.fr |
| GENTRIC Serge | Secrétaire adjoint | 02 40 94 94 11 | 06 60 17 79 06 | serge.gentric@free.fr |
| BAGLIN Claudine | Resp. Inscriptions | | 06 25 49 09 05 | baglinclaudine@gmail.com |
| LE BOT Claude | Resp. Balisage | 02 40 63 48 08 | 06 68 96 05 43 | marieclaude.lebot@wanadoo.fr |
| TAUGERON J.-Marc | Resp. Formations | | | Jeanmarc.taugeron@orange.fr |
| LAGADEC Annie | Resp. Manifestations | | 06 63 93 33 76 | ajf.lagadec@gmail.com |
| OLLIVIER Jeannine | Resp. Meneurs - Carto | 02 40 63 10 26 | 06 12 90 73 61 | ollivier.jeannine@aliceadsl.fr |
| TURLIN Margaret | Marches Dimanche | 02 40 63 46 12 | | margaret.turlin@hotmail.fr |
| BORDES Alain | Divers | 02 40 63 37 28 | 07 87 00 55 96 | apg.bordes@orange.fr |
| GRANGE Philippe | Divers | 02 40 63 29 46 | 06 15 20 19 59 | p.grange@sfr.fr |
| RABILLER Michel | Divers | 09 66 41 90 62 | | michel.rabiller@wanadoo.fr |

FORMATIONS 2012-2013 :

Formations Fédérales ou Régionales : extrait du Flash info N°41

08 et 09/09 : Stage week-end déboussolé à Saint Hilaire de Riez

19 et 20/09 : Module de base au Gâvre (44) **Complet**

29/09 : Initiation GPS à Nantes **Reste 4 places**

04 et 05/10 : Formation SA1 à Chalonnes sur Loire (49)

06 et 07/10 : Formation SA1 à Chalonnes sur Loire (49)

10 et 11/10 Module de base au Gâvre (44) **ANNULÉE**

20/10 : Perfectionnement GPS à Nantes **Reste 7 places**

19,20 et 21/10 : Formation marche nordique à Chalonnes sur Loire (49)

10/11 : RSA à Bouchemaine (49) (Responsabilité Sécurité Assurances)

Nota : pour tous renseignements concernant les formations régionales (enitalique), et notamment pour savoir s'il reste des places, vous pouvez désormais contacter Joëlle Hochet joelle.hochet@orange.fr secrétaire coordinatrice en charge de ces formations.

Formation 1^{ers} Secours : toujours possible, se renseigner auprès de Jean-Marc TAUGERON

Stage de Rappel des gestes enseignés lors d'un stage précédent. Nous vous informerons en temps et en heure, suivant le nombre de candidats inscrits à cette session.

Important En cours de saison, si vous êtes intéressé par une ou plusieurs formations, veuillez entrer en contact avec Jean-Marc TAUGERON pour tout renseignement et inscription.

Mail : jeanmarc.taugeron@orange.fr

Conduite des randonnées hebdomadaires :

Le RPS vous propose généralement le choix entre 3 groupes, voire parfois 4, ce qui nécessite pour encadrer de neuf à douze personnes : trois à quatre meneurs, six à huit serre-files, et si les groupes sont importants, des meneurs intermédiaires. Un bon encadrement vous permet ainsi de randonner et de converser en toute sécurité.

Rejoindre l'équipe de sécurité n'est pas très difficile. Au début, on ne vous demandera que de faire le serre-file puis le meneur intermédiaire (sécuriser les traversées de routes et veiller à celle du groupe en général). Vient ensuite la conduite de randonnée, l'apprentissage se fera au côté d'un meneur parrain. Entre temps vous apprendrez, si vous ne le savez pas, à lire une carte IGN et vous reconnaîtrez des parcours avec lui, et enfin lorsque vous vous sentirez prêt, vous prendrez en charge un groupe. Dans cette perspective une formation de 2 jours (Module de base du Comité Départemental) vous sera proposée. **Rejoignez le groupe des meneurs !**

Marche Nordique

Le RPS vous propose également de vous initier à la Marche Nordique le Mardi matin à 10h.

Il s'agit d'une activité complémentaire de marche un peu plus sportive mais accessible à tous. Elle s'effectue avec des bâtons spécifiques. Après un échauffement adapté, nous effectuons une marche d'environ 1h30.

Séjour particulier ou grande rando : Vous souhaitez en organiser, faites le savoir aux membres du bureau.

Joyeuse fin d'été et à bientôt pour la reprise des randonnées.

Le Bureau

