

Randonnée et comportement

formation interne

- Organisation du groupe de marche
- Groupe compact
- Groupe étiré
- Distance entre les marcheurs
- Passages difficiles
- Coexistence respectueuse entre randonneurs et vététistes
- Randonner sur une route



Organisation du groupe

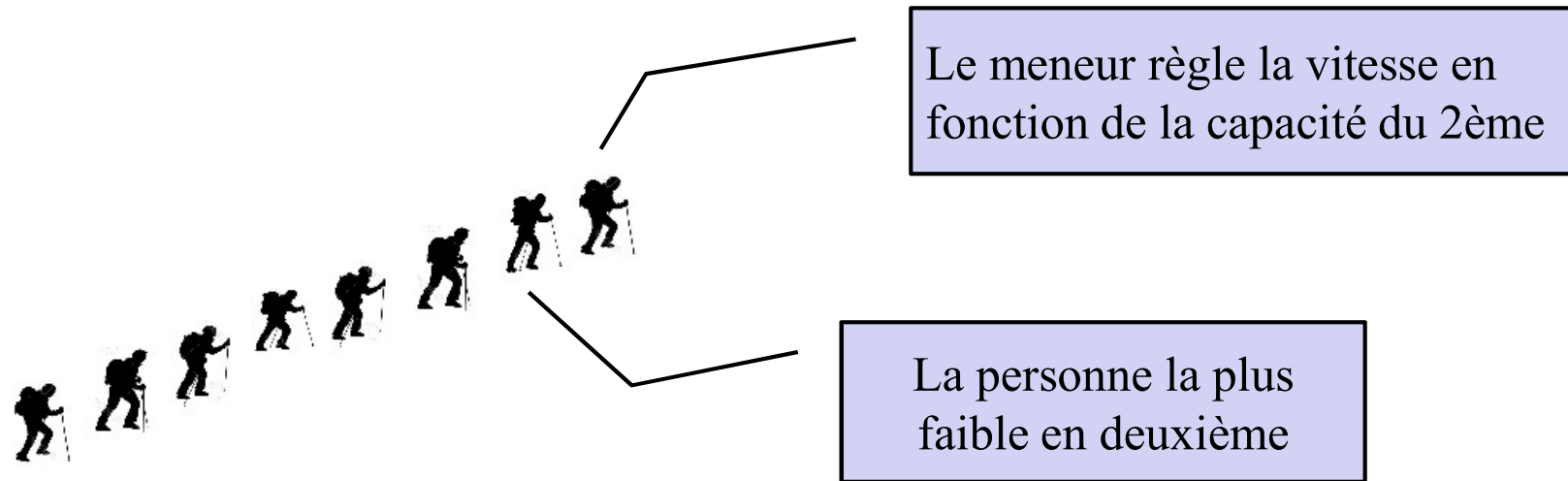


Le meneur est le chef de course ou une autre personne désignée pas celui-ci

Le serre-file est désigné par le chef de course

- ✓ Le chef de course informe le groupe sur les aspects nécessaires au bon déroulement de la course, particulièrement en matière de sécurité.
- ✓ Il est en droit de refuser une personne dont l'équipement n'est pas conforme ou la forme physique insuffisante. Il peut lui demander d'intégrer un groupe mieux adapté.
- ✓ Le randonneur est toujours responsable de sa sécurité et doit :
 - suivre les instructions du chef de course,
 - aviser le serre-file ou un membre du groupe s'il s'absente un instant et dans ce cas là il dépose son sac à dos en bordure de chemin pour signaler et rappeler au serre-file son arrêt,
 - aviser le chef de course s'il quitte définitivement le groupe,
 - aviser le chef de course ou le serre-file en cas de difficulté.





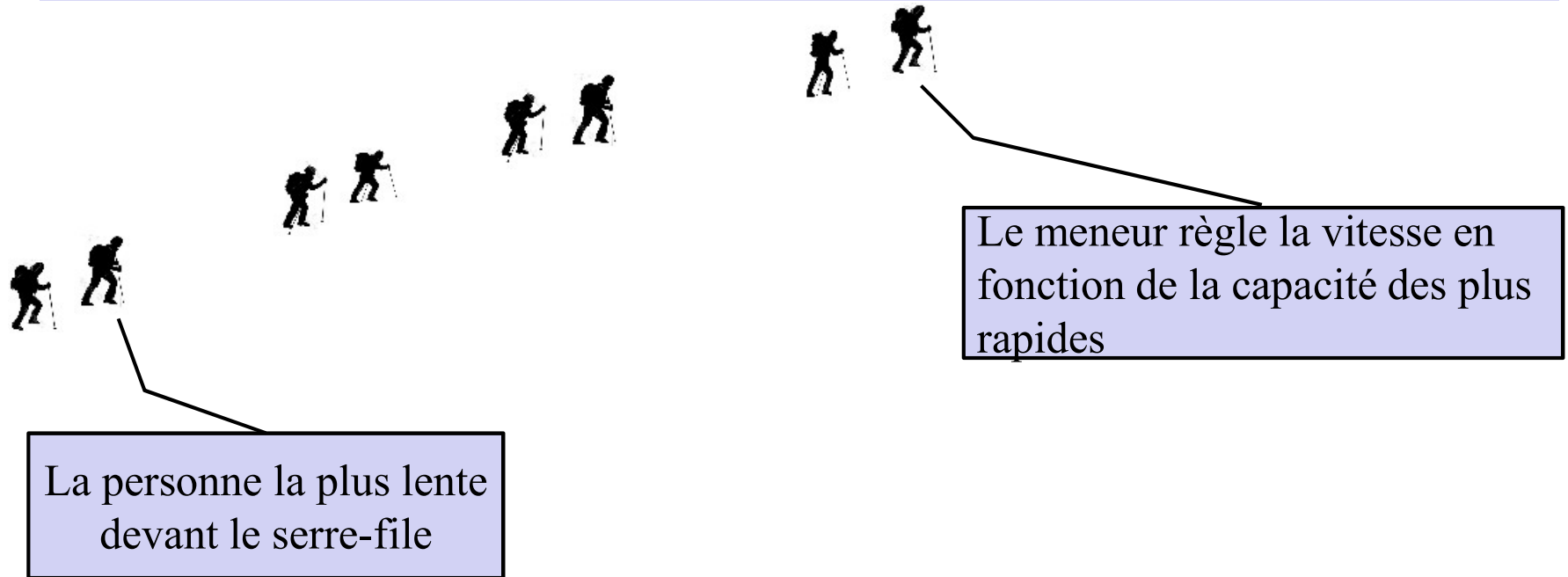
Avantages

- ✓ les plus faibles ne se sentent pas «dévalorisés »
- ✓ Le groupe est compact, donc pas de soucis de sécurité

Inconvénients

- ✓ chaque participant **ne peut pas marcher** à son rythme





Avantages

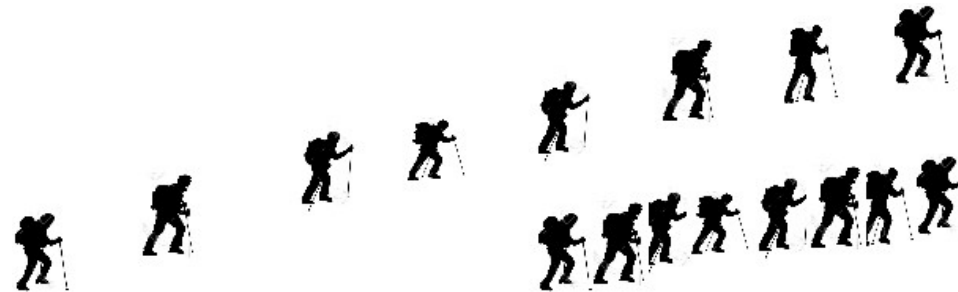
- ✓ Chacun peut marcher à son rythme – evt faire un exercice «cardio».

Inconvénients

- ✓ Un secours moins immédiat en cas d'accident

Ce mode de faire n'est pas applicable sur toutes les courses, il doit être réservé à des tronçons bien délimités, sans danger particulier et avec certaine visibilité.





En cas d'arrêt

Dans une file indienne, si un marcheur s'arrête sur le sentier, il provoque un «bouchon» désagréable pour les poursuivants qui viennent buter sur le marcheur qui le précède.

Celui qui désire s'arrêter, s'écarte si possible du chemin.

Distance entre les marcheurs

Dans les **endroits critiques**, chaque randonneur conserve environ 2 mètres de distance avec celui qui le précède. Ceci permet d'avoir la vue dégagée et ne pas percuter le marcheur qui précède en cas de déséquilibre ou de chute. Ces 2 m doivent aussi être respectés en cas d'arrêt.



Dans les endroits critiques



Le long d'une paroi

- Les bâtons sont tenus dans la main côté aval. Ils peuvent être mis sur ou dans le sac afin que les mains soient libres.
- Le sac doit être compact sans qu'aucun objet ne puisse gêner la progression (vêtement qui accroche au rocher, bâton dépassant le sac qui cogne contre le rocher...).
- Conserver une distance de env. 2 mètres avec la personne qui se trouve devant soi.



Dans les pierriers

- Il vaut mieux ranger les bâtons sur le sac afin d'avoir les mains libres.
- Conserver une distance de env. 2 mètres avec la personne qui se trouve devant soi.



Traverser un névé

- Là les chaussures à semelles rigides et les bâtons sont très utiles.
- Conserver une distance de env. 2 mètres avec la personne qui se trouve devant soi



Coexistence respectueuse entre randonneurs et vététistes

Dans la pratique juridique, il est décidé dans une large mesure que l'utilisation des chemins de randonnée pédestre par les VTT est autorisée en l'absence d'interdiction expresse. **En cas de doute, une interdiction de circuler correspondante doit être signalée, faute de quoi il est permis de circuler sur ce chemin**

<http://www.bfu.ch/fr/conseils/droit/sport-et-activit%C3%A9-physique/cyclisme/vtt/VTT-ou-rouler>

Marche et VTT

SuisseMobile, avec Suisse Rando, SwissCycling et le Bureau de prévention des accidents, recommande d'observer les règles de comportement suivantes:

Les randonneurs

- ✓ utilisent, si possible, les chemins qui leur sont réservés
- ✓ laissent passer les cyclistes et vététistes sans les gêner inutilement

Les cyclistes et vététistes

- ✓ utilisent, si possible, les pistes qui leur sont réservées
- ✓ roulent prudemment, anticipent et signalent à temps leur présence (par ex. sonnette)
- ✓ ralentissent à l'approche de randonneurs ou dans les situations où des randonneurs pourraient être présents

.....

<http://www.wanderland.ch/fr/comportement-en-cours-de-route.html>



Article 20 alinéa 5 de la "Convention sur la circulation routière" <http://www.admin.ch/opc/fr/classified-compilation/19680244/index.html>

«Il est recommandé que les législations nationales prévoient ce qui suit: lorsque des piétons circulent sur la chaussée, ils doivent se tenir, sauf si cela est de nature à compromettre leur sécurité, du côté opposé à celui correspondant au sens de la circulation. Toutefois, les personnes qui poussent à la main un cycle, un cyclomoteur ou un motorcycle doivent toujours se tenir du côté de la chaussée correspondant au sens de la circulation et il en est de même des groupes de piétons conduits par un moniteur ou formant un cortège.»

Quand il n'y a ni trottoir ni accotement :

Si vous êtes seul, marchez sur le côté gauche de la route de manière à voir arriver les voitures en face de vous.

Si vous êtes en groupe :

- ✓ Marchez en file indienne du côté gauche de la route pour les petits groupes (moins de 20 personnes).
- ✓ Marchez en colonne de deux du côté droit de la route pour les groupes de plus de 20 personnes.
- ✓ Dans tous les cas, il faut que le groupe ne fasse pas plus de 20 mètres de long pour que les voitures puissent vous dépasser. S'il le faut, séparez le groupe en petits groupes et espacez les petits groupes d'au moins 50 m pour laisser la place à un véhicule de se rabattre.

Source : <http://www.securite-routiere.gouv.fr/>

