

**ANNEXE AU REGLEMENT INTERIEUR DE BINIC RANDO  
PRATIQUE DE "LA MARCHÉ AQUATIQUE CÔTIÈRE"**

**Article 1 :**

Il est créé au sein de l'association Binic Rando une section « marche aquatique côtière » dont le présent règlement intérieur complète le règlement intérieur général de l'association qui s'applique dans son intégralité.

**Article 2 : L'activité**

Cette activité physique de loisirs consiste à marcher dans l'eau, **elle est ouverte à toute personne en capacité de s'immerger jusqu'à la poitrine.**

Comme dans toute activité, des risques existent, ils dépendent de la combinaison de plusieurs facteurs.

Dans le cas de cette activité les facteurs principaux sont :

- les conditions météo et l'état de la mer.
- les capacités du « marcheur » et son expérience du milieu.

Cette activité se pratique dans la bande « dite » des 300 mètres.

**Aussi les valeurs de responsabilité, de solidarité et de respect de l'autre seront à privilégier à chaque sortie.  
Chaque participant doit être conscient de ses possibilités et de ses limites.**

**Article 3 : Les risques**

Les principaux risques connus sont:

- La vague de bord,
- Les courants,
- Les méduses, les vives,
- Le malaise, l'hydrocution, la noyade, etc.

**Article 4: Les membres**

Ce groupe est composé de membres permanents, répondant aux critères d'adhésion définis par les statuts de l'association.

C'est à dire :

- Etre à jour de sa cotisation (Licence FFR et cotisation à l'association) dont le montant est fixé annuellement par l'assemblée générale sur proposition du Conseil d'Administration.
- Avoir rempli le dossier d'inscription.
- Avoir fourni un certificat médical de moins de trois mois attestant de la capacité à la pratique de la marche en milieu aquatique toute l'année.

Pour les nouveaux pratiquants potentiels sans certificat médical et sans licence, il est admis **UNE** sortie d'essai

**Aucune adhésion ne sera acceptée si l'une de ces conditions n'est pas remplie**

## **Article 5 : L'encadrement des sorties**

Les sorties proposées, s'effectuent dans le cadre d'un groupe, encadré par un directeur de sortie ou « responsable de sortie : **l'animateur** », assisté au minimum d'un « accompagnateur principal : **l'assistant** ».

L'assistant Marche aquatique côtière aide l'animateur, **il ne peut encadrer seul**. Il a pour mission de signaler à l'animateur toute situation gênant la progression d'un participant ou du groupe (ex : bateau à proximité, malaise, perte d'appui, etc..)

Le responsable de sortie et les accompagnateurs principaux assistant le responsable de sortie, sont tous des bénévoles, membres de la section qui connaissent bien le parcours pour l'avoir pratiqué à plusieurs reprises.

Ils ont tous reçu une formation aux premiers secours (PSC1) et une sensibilisation aux risques aquatiques.

A chaque sortie le responsable de sortie, peut désigner parmi les participants présents à la sortie, des accompagnateurs complémentaires sous réserve qu'ils aient une bonne connaissance du parcours pour l'avoir pratiqué plusieurs fois et qu'ils soient volontaires.

**Les responsables de sortie respectent les conditions d'encadrement du tableau ci-dessous :**

- 1 responsable de sortie et accompagnateur principal jusqu'à 20 participants.
- 1 animateur MAC diplômé et l'assistant au minimum par tranche de 20 marcheurs.

**Le responsable de sortie doit :**

Avoir une parfaite connaissance du parcours d'évolution, de la météo et des marées.

**Mettre à disposition de chaque participant, sur le cahier des sorties, les conditions de météo et de mer du moment et le plan du parcours.**

Disposer à chaque sortie d'un téléphone portable permettant d'appeler les secours en cas de nécessité, de sifflet (en cas d'urgence), d'une trousse de secours et de la bouée tube.

Faire enregistrer les participants sur la feuille de sortie (main courante)

**Evaluer le potentiel des personnes présentes lors des premiers essais.**

Définir le nombre d'« accompagnateurs ».

Refuser la participation des personnes ne respectant pas les consignes (absence de port d'une combinaison, de chaussons, etc....).

Consigner à la fin de chaque sortie les incidents ou accidents éventuels.

Signer le cahier des sorties à la fin de chaque séance.

Le « responsable de sortie » peut, selon les risques constatés :

- annuler une sortie

- demander au groupe ou à un membre du groupe de sortir temporairement ou définitivement de l'eau.
- décliner la participation à la sortie d'un adhérent, ou d'une personne souhaitant effectuer un essai.
- Les animateurs et assistants porteront une tenue spécifique afin d'être plus facilement repérés par les participants et les secours.

**Nom des personnes formées à l'encadrement de sortie : annexe 1.**

### **Article 6 : Les marcheurs :**

Les marcheurs sont des pratiquants majeurs, courtois et conviviaux, ayant bien pris connaissance des risques encourus et accepté les règles d'encadrement de cette activité de loisirs. (Articles 2,3 et 5)

A chaque sortie, les marcheurs seront obligatoirement équipés d'une combinaison et de chaussons. (Les baskets, en remplacement des chaussons sont acceptés). Une cagoule et des gants sont fortement conseillés. Dans le cas de port de lunettes, vous devez prévoir une fixation adaptée. Le port de bijoux est déconseillé.

***L'acquisition d'une combinaison personnelle est recommandée pour le confort de la pratique : Taille de la combinaison adaptée à la morphologie de chacun et garantie des règles d'hygiène.***

Les marcheurs pénètrent progressivement dans l'eau et évoluent à vue et à la voix du « responsable de sortie » accompagné d'un ou plusieurs « accompagnateurs », et au minimum en binôme pour des raisons de sécurité. Pour la première sortie, ils se placent à proximité immédiate d'un marcheur ayant déjà pratiqué la sortie, voire du « responsable de sortie » ou d'un « accompagnateur ».

Ils respectent les décisions du « responsable de sortie » et prennent connaissance sur le cahier des sorties, des conditions météo et de mer du moment.

### **Article 7: L'annulation des sorties**

Chaque fois que les conditions météorologiques locales seront défavorables, les sorties pourront être annulées sur décision du Président et/ou du responsable de sortie.

Les sites météo à consulter sont :

<http://www.windfinder.com/>

<http://www.france.meteofrance.com/france/mer>

<http://maree.info/55>

<http://www.meteociel.fr>

### **Article 8 : Le parcours**

Le parcours de référence de l'activité se situe dans la zone de baignade de la plage des Godelins à Etables / Mer.

Toutefois, lorsque les conditions météorologiques le permettront et après reconnaissance, le parcours pourra être délocalisé sur une autre plage.

### **Article 9: Les locaux et l'équipement mis à disposition des adhérents :**

Une convention est établie entre Binic-Rando et la municipalité d'Etables/Mer qui met à disposition des marcheurs de la section « marche aquatique » le local de secours de la plage des Godelins hors période estivale.

Par précaution nous vous demandons de ne rien laisser aux vestiaires : ni bijoux, ni argent, ni portable....

L'association Binic Rando ne peut en aucun cas être tenue pour responsable des vols ou dégradations des affaires personnelles des adhérents .

### **Article 10: Les Horaires**

L'activité se déroule :

- les vendredis de 10 h 30 à 11 h 30.  
Le rendez-vous est fixé à 10 h devant le poste de secours de la plage des Godelins
- les lundis à partir de septembre de 15 h à 16 h  
Le rendez-vous étant fixé à 14 h 30 devant le poste de secours de la plage des Godelins

Ces horaires sont susceptibles d'être modifiés à l'initiative de l'Association Binic Rando.

### **Annexe 1 :**

#### **LES ADHERENTS FORMÉS A L'ENCADREMENT DES SORTIES (Diplôme fédéral AMAC)**

- |                        |                         |
|------------------------|-------------------------|
| ▪ BERNARD Jean Charles | ▪ GUYOMARD Jean Jacques |
| ▪ JEZEQUEL Rémi        | ▪ LE BOITE Thèrèse      |
| ▪ LE FRIEC Jean Michel | ▪ LE FLOCH Serge        |

### **ANNEXE 2 :**

#### **LE PARCOURS**

Plan de la plage des Godelins à Etables/Mer avec la zone d'activité de la « marche aquatique »

