

Évolution des clubs et randonneurs licenciés dans l'Aude

Au 31 août	Nombre de clubs affiliés	Nombre de licenciés
2006	29	1229
2007	32	1356
2008	34	1403(*)
2009	38	1535 (*)
2010	40	1625 (*)

* licences et rando cartes



Passion Rando Magazine.
parce que notre Passion est sans limite.

« Passion Rando Magazine », le compagnon indispensable pour parcourir toute l'actualité de la FFRandonnée en France et à l'étranger
4 numéros par an pour 4 € :
+ de rando d'ici et d'ailleurs, dont l'Aude n°9
+ d'infos pratiques
+ implication en faveur du développement durable
+ d'infos locales

Vous êtes licencié à la Fédération, vous pouvez payer votre abonnement en même temps que votre cotisation annuelle. Contactez votre club ou le Comité au: 04 68 47 69 26



CAMINAREM



JOURNAL DU COMITE DE RANDONNEE PEDESTRE DE L'AUDE

JANVIER 2010 - Numéro 17

Les Manifestations 2010

- 6 mars 2010 **Assemblée Générale du Comité Départemental - Salles sur l'Hers.**
- 11 avril 2010 Rando Cathare sur le Chemin de St Jacques de Compostelle (GR7 et 78) 04 98 24 75 45
- 9 mai 2010 **Fête Départementale de la Randonnée à Bizanet - info: 04 68 47 69 26**
- 21 au 24 mai 2010 Salon du Tourisme à PROMAUDE à Lézignan-Corbières. Info : 04 68 47 69 26
- 7 au 14 juin 2010 **Rando séjour, « Rando Gaz de France » à Paris. (séjour complet)**

Rando Santé® c'est une façon de MARCHER POUR SA SANTE. (suite)



Les adeptes de Rando Santé® sont parfois d'anciens randonneurs qui veulent rester actifs, des personnes qui ont des raisons médicales de ne pas rester sédentaires ou isolées, enfin tous ont le plaisir de la découverte et d'évoluer dans la nature en groupe convivial.

Le certificat médical de non contre indication est une nécessité, l'adhésion dans un club apporte licence et assurance. Les animateurs sont qualifiés et proposent au moins 2 h de marche chaque quinzaine ou davantage selon les équipes.

Le cahier des charges élaboré par la commission médicale de la FFRandonnée en fixe l'organisation. L'obtention du label Rando Santé® correspond à une procédure dont on peut télécharger le dossier sur le site fédéral avec votre code

d'accès www.ffrandonnee.fr puis espace adhérents- gestion de la vie fédérale et rubrique « appellation Rando Santé® ». Le Comité Départemental peut aussi vous renseigner, dans l'Aude le club Lézig'zagueurs de la MJC de Lézignan est labellisé Rando Santé® depuis la rentrée 2009.

La Formation : Inscriptions auprès du Comité Régional L-R : 04 67 82 16 73

- Stage UV Milieu Nordique Enneigé:** 23 et 24 janvier aux Bouillouses (66) - évaluation sur 2 j en 2011
- Module de Base:** 6 et 7 février 2010 à Lézignan (11) - (+ un projet vers octobre 2010 ?)
- Stage animateur 1 - (SA1):** 24 / 25 avril 2010 à Lézignan (11)
- Stage animateur 2 - (SA2) et évaluation :** 3 au 9 mai 2010 à Camplong (11)
- Stage Baliseurs :** 27/28 Mars 2010 et 20/21 novembre 2010 à Lézignan tel : 04 68 47 69 26
- Dirigeants associatifs** non fixé (responsabilité, sécurité, assurances) : à Montpellier
- Stage UV Milieu Montagnard** - 10 au 16 juillet aux Bouillouses (66)

La formation au sein des clubs : Le Comité Départemental soucieux de la nécessité de la formation, aide activement les clubs en prenant en charge tout ou partie du coût de la formation des animateurs des clubs. Demandez à votre président ou contactez nous directement afin de vous adresser les fiches d'inscriptions.

ASPTT Narbonne: « RANDO POUR TOUS » Depuis septembre l'ASPTT Randonnée propose tous les vendredis après midi une « Rando pour tous » 2 heures de rando « Cool » pour découvrir les chemins des alentours de Narbonne. Ces randonnées très appréciées, permettent de marcher sur les sentiers de la Clape, autour de l'Etang Bages, Sigean ou du Canal du Midi. Contact: 04 68 32 51 71



Gilet à Prix 15 € tarif préférentiel pour les baliseurs et animateurs. Matériel divers, boussoles, sacs à dos, couverts, thermos, à prix cassés! etc.. Autres produits présentés à l'A.G. Tel: 04 68 47 69 26

Bienvenue aux 2 clubs qui nous ont rejoint:
Les Sentiers sur le Vent. (Labastide en Val)
Trotte Cailloux (Pépieux)



Les Membres du Comité Directeur et sa Présidente, ont le plaisir de vous adresser leurs

MEILLEURS VOEUX
2010



Randonner avec un club de la FFRandonnée c'est quand même mieux !

Réunion des Présidents et animateurs des clubs... 17 octobre 2009(P.2)

Assemblée Générale du Comité Départemental le 6 mars à Salles sur l'Hers, vous êtes tous invités... (P.2)

Journée Départementale de la Randonnée Pédestre: 9 mai 2010 à Bizanet avec nos partenaires engagés sur les préoccupations environnementales. (P.2)

Randonner avec un club affilié à la FFRandonnée c'est mieux! Mais pourquoi? Des animateurs qualifiés et un engagement ... (P.3)



Rando Santé® c'est une façon de **MARCHER POUR SA SANTE.** Cette activité proposée par la FFRandonnée est déjà pratiquée sans cette appellation par les clubs qui offrent des sorties modérées à la demi-journée. Chacun sait également que la randonnée a des vertus préventives en matière de santé (P.4)

Edito
Préparons ensemble l'année 2010. Nous devons développer la vie fédérale au sein de nos associations, avoir des clubs accueillants, des animateurs compétents, des activités variées, des manifestations ouvertes à tous les publics.

Il est également important d'avoir des sentiers entretenus et bien balisés. Joignez vous au réseau « Eco veille » pour sauvegarder l'environnement.

Notre Assemblée Générale aura lieu le 6 mars 2010, venez participer nombreux et engagez vous. Le Comité sera plus performant au service des Clubs.

Eliane Pech
Présidente

Notez le nouveau code de la boîte Postale:
CDRP11 BP. 20031
11203 Lézignan Corbières cedex



Ce Caminarem est distribué à tous les licenciés à jour de leur cotisation au 26 décembre 2009, à nos partenaires et aux personnes intéressées par la randonnée pédestre dans l'Aude.
« Caminarem » paraît début octobre, janvier et avril.



Prochain numéro de CAMINAREM AVRIL 2010. Tous les articles devront nous parvenir avant le 10 MARS 2010
CDRP11 - BP.20031 - 11203 Lézignan-Corbières Cedex - Tél.: 04 68 47 69 26 — Caminarem est réalisé par le CDRP11
Directrice de publication : Eliane Pech, Comité de rédaction : P. Claretto, P. Valette, avec la participation des associations.
courriel: ffp@carcassonne.net Site: www.ffp.carcassonne.net Association de Tourisme agréée n°AG075 03 0002

Réunion des Présidents et animateurs des clubs... 17 octobre 2009

Dans le cadre du Plan Stratégique de Développement, nous avons dans l'action N°1 souhaité mettre en place plus de travail en commun Comité -> Clubs (Présidents et Animateurs).

50 personnes représentaient 25 associations sur 38 (66%) et 1010 licenciés sur 1457 (69%). Pour cette première réunion la participation est bien représentative.

Premier objectif :

L'adhésion:

- 1 Pérenniser, développer les clubs.
- 2 Fidéliser, et développer le nombre de licenciés.

La date de prise des licences

qui doit s'effectuer en début d'année sportive (septembre), les clubs peuvent imprimer eux mêmes les licences, économie de temps, d'affranchissement, pas de perte, etc.



Rappel de la responsabilité des dirigeants qui doivent licencier et assurer la totalité de leurs adhérents.

Apporter une sécurité aux randonneurs, en prodigant une formation aux animateurs et dirigeants.

Ouvrir nos activités à un maximum de randonneurs

1. De bonne forme physique.
2. De santé fragile, Rando Pour Tous®, Rando Santé®,
3. Un public jeune, « un Chemin une Ecole® », « Rando Challenge® ».
Dans nos activités régulières et dans nos manifestations.
4. Aider les groupes de randonneurs à créer un club en leur apportant aide technique, financière ou de formation.

L'engagement du Comité s'inscrit dans les principes de développement durable.

Prise en charge des tronçons de sentiers, en assurer le balisage, le petit entretien végétal et la surveillance régulière avec Eco veille®.

Les randonneurs licenciés trouveront le compte rendu détaillé de cette réunion auprès des dirigeants du Comité Directeur ou de votre Club.

Assemblée Générale du Comité Départemental le 6 mars 2010 à Salles/l'Hers, vous y êtes tous invités...

Votre présence témoignera de votre intérêt pour les actions du Comité Départemental.

Lieu: **Salles sur l'Hers** à 9h à la Halle
Droit de vote: les voix sont attribuées aux clubs au prorata du nombre de licenciés au 31 aout 2009:

- 1 pour moins de 10 licenciés
- 2 pour 10 à 49 licenciés
- 3 pour 50 à 99 licenciés
- 4 pour plus de 100 licenciés

Membres de l'Assemblée Générale voix consultative à tout randonneur à jour de sa licence ou de la Randocarte.

Déroulement de l'Assemblée Générale
Accueil par la Présidente.

1er partie statutaire

Rapport Moral par la présidente
Rapport d'activités

Rapport des Commissions:

Sentiers, Formation, Vie Fédérale, Eco-veille-Adhésion.

Rapport financier.

Rapport du Vérificateur aux Comptes.

Vote des différents rapports

2eme partie:

Exposé des actions pour l'an 2010

Sentiers, Formation, Adhésion, Plan Stratégique, Budget Prévisionnel
Adoption des orientations, actions et budget.

Questions diverses qui doivent être posées par écrit à la Présidente 15 jours avant la tenue de l'A.G.

Intervention des Invités.

Vote pour le renouvellement annuel du quart des membres du Comité Directeur. Tous les licenciés peuvent se présenter, après avoir envoyés leur candidature et motivations à la Présidente 15 jours avant l'A.G.
Pot de l'Amitié suivi d'un repas favorisant les échanges inter clubs....



AG de mars 2009 à Arzens

S'inscrire au repas participation 10€.
avant le 1er mars,
au Comité: 04 68 47 59 26
Paiement à 9h à l'arrivée à l'A.G.

Journée Départementale de la Randonnée Pédestre: 9 mai 2010 à Bizanet avec nos partenaires engagés sur les préoccupations environnementales

Tous les clubs de l'Aude réservent ce dimanche à BIZANET.

Organisation par le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre et « Bizanet rando », **sur le thème du Vent**

Lieu: Distillerie de Bizanet.

Programme:

8h Accueil des Randonneurs,

inscriptions pour chacun

1€ licencié FFRandonnée

2€ autres participants.

Remise du bulletin, café, jus de fruit, viennoiserie, tombola,
Ticket repas confirmant les réservations.

9h Départ Randonnée 22km

(sous groupe 18km possible)

Les Eoliennes, visite commentée. Télégraphe. Partenaires Parc Naturel Régional, LPO pour faune et flore. Retour 16h.

Accompagnement par « Bizanet Rando »

9h30 Départ Randonnée 10 km

Partenaires Parc Naturel et LPO pour animation nature, astronomie, patrimoine.

Accompagnement par « Bizanet Rando »

Repas à Bizanet sur réservation, ou repas tiré du sac.- Retour 12h.

9h45 Départ Rando pour tous 6 km

accessible fauteuil roulant, poussettes.

Animation nature, patrimoine.

Accompagnement par « Bizanet Rando »

Reps à Bizanet sur réservation ou repas tiré du sac. Retour 12h.

10h Fil Rouge, dans le village de Bizanet.

Jeu familial, observations, découvertes.

Repas à Bizanet sur réservation ou repas tiré du sac. Retour libre.

Animation en continu de 12 à 16 h.

Village d'artisans locaux.

Exposition et stands des partenaires, Parc Naturel, LPO, associations locales, Comité Rando, Clubs rando environnants.

Animations: modélisme aérien et naval, astronomie, tir à l'arc, Handi chien, parcours équestre, jeux géants en bois, peinture, confection de moulins à vent et cerfs-volants.

12h repas sur réservation, apéritif, entrée, plat chaud, fromage, dessert, café.

14€ licenciés, 16€ autres participants, réduction menu enfant.

16h30 Allocution des Invités et de Mr le Maire de Bizanet.
Tirage de la tombola.

Divers partenaires sollicités:

Conseil Général, GDF SUEZ, Parc Naturel, Agglo. Grand Narbonne, Mairie de Bizanet, Cave Coopérative, Producteurs locaux....



Module de Base



Téléthon 2009 Salles /l'Hers



SA1 Lézignan

FORMATION

Randonner avec un club affilié à la FFRandonnée c'est mieux! Mais pourquoi? Des animateurs qualifiés et un engagement inscrit dans les Principes du développement durable.

Sécurité et Responsabilité, tels sont les objectifs de la formation. Ces leitmotivs s'adressent d'abord aux dirigeants et aux animateurs mais également à tous les licenciés.

Tout d'abord, les présidents d'associations sont responsables des sorties pédestres programmées au sein de leur club. Les animateurs se chargent, quant à eux, de l'encadrement de ces randonnées et la sécurité doit être leur premier souci. La formation est justement là pour répondre à ces besoins : lecture de carte, orientation, météorologie, etc. Des formations thématiques permettent aussi d'acquérir des connaissances diverses.

Les formations de baliseur et d'aménageur constituent aussi un maillon important afin d'avoir des sentiers balisés et bien entretenus. Le sérieux de ces formations n'empêche pas la convivialité et le caractère ludique de ces apprentissages.

Alors, Présidents, incitez vos animateurs et vos membres à se former, Animateurs et randonneurs, formez-vous !

Le calendrier régional 2010 pour le Languedoc-Roussillon se décline dans l'Aude comme suit :

- **Module de Base:** 6 & 7 février à Lézignan-Corbières. stage complet mais projet d'un 2ème module vers octobre 2010.



Module de Base

- Formation **Spécifique Animateur1 (SA 1)**, permettant d'acquérir la **Qualification Animateur 1**, les 24 & 25 avril à Lézignan-Corbières. Modalités: avoir suivi le Module de Base, l'attestation PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1) constitue un pré requis (formation PSC1 à Lagrasse 6 & 7 mars 2010 - infos Sapeurs Pompiers).

- Formation **Spécifique Animateur2 (SA 2)** du 3 au 9 mai à Camplong d'Aude. Modalités: avoir suivi le SA 1. Formation soumise à évaluation pour l'obtention du **Brevet Fédéral** diplôme qualifiant.



UV Milieu Montagnard 2009 aux Bouillouses

Après ce Brevet Fédéral d'Animateur, possibilité de se diriger vers l'**UV Milieu Montagnard** 10 au 16 juillet aux Bouillouses(66)

En ce qui concerne le milieu enneigé, 2 formations existent: l'**UV Milieu Nordique Enneigé 23/24/janv.** pour les titulaires d'un Brevet Fédéral et l'**UV Milieu Montagnard Enneigé** pour ceux qui ont suivi avec succès l'UV Milieu Montagnard.

Un stage UV Milieu Nordique Enneigé est organisé les 23 & 24 janvier prochain aux Bouillouses (66). L'évaluation sur deux jours aura lieu en 2011. Des places sont encore disponibles.

Pour toutes ces formations, les inscriptions se font auprès du Comité Régional du Languedoc-Roussillon. Consultez le site fédéral pour la préinscription.

Renseignements:

Patrick VALETTE, 04 68 43 10 37 ou 04 68 47 69 26 ou par courriel :

escapades-de@wanadoo.fr.



UV Milieu Montagnard 2009



Rencontre des formateurs régionaux à Anduze 2009

Sentiers de l'Aude

Baliseurs et futurs baliseurs...**bientôt un chantier** de débalisage et rebalisateur du GR®36 sur l'Alaric destiné à contourner le secteur des ruines du Prieuré St Jean entre Barbaire et Capendu...à vos brosses, pochoirs et pinceaux!! Actuellement les engins de débroussaillage de la C.de Cnes du Piémont d'Alaric progressent sur les pentes des Marmagnes, dès que la date du chantier collectif de balisage sera fixée nous ferons appel aux équipes disponibles, vous pouvez déjà manifester votre intention de participer dans la bonne humeur!

Le stage Baliseur de novembre 2009 a fait le plein, un autre stage peut être programmé les 27 et 28 mars 2010 à Lézignan, inscrivez vous auprès du Comité.

Deux nouveaux clubs ont compris la nécessité de participer à l'entretien des sentiers qu'ils pratiquent ici ou là...il reste encore une dizaine de clubs de l'Aude qui peuvent rejoindre nos équipes de bénévoles. Venez suivre la formation « baliseur officiel » vous ferez des découvertes et contribuerez à la valorisation des GR® et GRP® et donc à la qualité de vos randonnées. La Commission Sentiers apprécie également que des randonneurs hors clubs, licenciés par leur Randocarte s'impliquent dans cette démarche.

Formation « baliseur » en projet 2 stages: les 27-28 mars et 20 -21 novembre 2010 à Lézignan-Corbières.

