



## Encadrement de la sortie

L'essor de l'association doit permettre à chacun d'entre nous de prendre conscience des dangers inhérents à un groupe important, circulant sur la voie publique.

Afin de limiter ce risque, Rance Jogging va fournir pour chaque entraînement des chasubles afin de sécuriser le parcours et ou d'identifier les personnes organisatrices de la sortie.

De plus, il serait bon que le groupe organisateur possède un voir des téléphones portables afin de pouvoir agir au plus vite dans le cas d'un éventuel problème

Il est important d'encadrer le circuit court (12-13 kms) à hauteur des espérances attendues par les débutants et les adhérents pratiquant cette distance. De plus, nous souhaitons que les personnes encadrant la sortie possèdent des portables pour prévenir les secours le cas échéant

## Le parcours

Idéalement élaboré autour de 12 et 16-17 kms maximum, deux distances adaptées à notre convivialité à tous.

Une vigilance doit être accrue pour un départ à allure lente sur une durée de 20 mn environ suivi d'une séance d'étirements indispensables au bien-être de tous.

Nous devons circuler de préférence sur des **routes et/ou chemins adaptés à des groupes de 80 à 100 adhérents**

Pour les perfectionnistes, un départ organisé sur une boucle de 1 à 2 km peut permettre aux personnes, pas ou peu proues à la ponctualité de nous rejoindre chaque dimanche matin.

Il est préconisé de le baliser et à ce titre Rance Jogging va fournir pour chaque entraînement un kit de fléchage.

Si vous avez besoin d'une demande d'autorisation de passage, le secrétariat du club est à votre disposition.

***Nous demandons à l'équipe organisatrice de respecter l'environnement tant sur le choix du parcours que sur les moyens utilisés pour le fléchage***

## La logistique

Pour les équipes organisatrices, le bureau peut sur demande, participer à l'organisation des sorties hivernales de chaque commune. RANCE JOGGING met à disposition des thermos à café et thé, **6 chasubles**, un kit de fléchage simple pour chaque entraînement.

***Chacun d'entre nous s'engage à transmettre les moyens matériels au groupe du week-end suivant.***

## Membres du bureau

Les Membres du bureau se tiennent à votre disposition pour tous renseignements complémentaires ou toutes propositions d'améliorations des sorties hivernales :

| Liste des membres du Bureau de Rance Jogging pour 2011-2012 |            |               |                               |
|---|------------|---------------|-------------------------------|
| Statut  | Nom        | Prénom        | Mail                          |
| Membre  | ANNE       | MARIE HELENE  | mariehelene.anne@gmail.com    |
| Secrétaire  | BISSON     | DOMINIQUE     | dominique.bisson2@wanadoo.fr  |
| Membre  | GARNIER    | ALAIN         | alain-garnier2@orange.fr      |
| Trésorière  | GAUTHIER   | NADEGE        | nade33@aol.com                |
| Membre  | GOHIN      | FRANCOISE     | pgohin@club-internet.fr       |
| Trésorier adjoint   | GUINEBAULT | THIERRY       | les.guiguys@free.fr           |
| Présidente  | HAGUET     | GWENOLA       | brunogwen@orange.fr           |
| Secrétaire adjoint  | HELLIO     | YANNICK       | yp.hellio@sfr.fr              |
| Président adjoint   | L'HERMITTE | BERTRAND      | bertrand.lhermitte@wanadoo.fr |
| Membre  | PAIN       | CHANTAL       | chantal.pain0650@orange.fr    |
| Membre  | RIOT       | GERARD        | gerard.riot@sfr.fr            |
| Membre  | THOMAS     | JEAN FRANCOIS | jef.thomas9@orange.fr         |
| Membre  | THOMAS     | JEAN PIERRE   | jean_pierre.thomas@bbox.fr    |