

## **Biarritz Accueil - Guide du randonneur - Saison 2023-2024**

Le présent guide a pour objectif de décrire l'organisation et le déroulement des randonnées proposées aux adhérents de Biarritz Accueil en conformité avec le Mémento de la Fédération Française de Randonnée (FFR) : « Réglementation des activités de marche et de randonnée ».<sup>1</sup>

Tous les participants aux randonnées doivent être adhérents à Biarritz Accueil et titulaires d'une licence de la FFR. L'adhésion s'effectue à partir du 4 septembre 2023 sur le site de Biarritz Accueil (<https://biarritz-accueil.fr>).

### **1. Descriptions des randonnées**

Biarritz Accueil propose quatre niveaux de randonnées dont les caractéristiques indicatives sont :

- Groupe 1 (G1) - Facile - Distance maximum : 8 km - Dénivelé maximum : 100 m ;
- Groupe 2 (G2) - Assez facile - Distance maximum : 10 km - Dénivelé maximum : 400 m ;
- Groupe 3 (G3) - Peu difficile - Distance maximum : 13 km - Dénivelé maximum : 700 m ;
- Groupe 4 (G4) - Assez difficile - Distance maximum : 20 km - Dénivelé maximum : 1000 m.

Les groupes 3 et 4 sont encadrés par des animateurs titulaires d'un diplôme fédéral délivré par la FFR. Le groupe 2 est encadré soit par ces mêmes animateurs, soit par des accompagnateurs ayant suivi un cursus de qualification en interne validé par le Conseil d'Administration de Biarritz Accueil. Tous les animateurs/accompagnateurs<sup>2</sup> ont suivi la formation Prévention et secours civiques niveau 1 (PSC1).

Des randonnées de chaque niveau sont proposées hebdomadairement aux randonneurs : le mardi pour les Groupes 3 et 4, et le jeudi pour les Groupes 1, 2 et 3. Les randonnées se déroulent en général au Pays basque. Certaines randonnées commentées peuvent être à caractère culturel (visite d'un village, chapelles, oratoires, etc.). En fonction des conditions météorologiques ou de l'indisponibilité d'un encadrant, une randonnée peut être modifiée ou annulée.

Selon les groupes et la durée de la randonnée, une pause déjeuner est habituellement proposée aux randonneurs sous forme de pique-nique. Dans le cas contraire, les randonneurs qui le souhaitent peuvent se regrouper et déjeuner dans le restaurant de leur choix à l'issue de la randonnée.

Biarritz Accueil propose également des séjours de randonnées, en France ou à l'étranger, organisés en interne (3 jours maximum) ou par l'intermédiaire d'agences de voyages.

Le programme mensuel prévisionnel des randonnées proposées est accessible sur le site de Biarritz Accueil (<https://biarritz-accueil.fr/actualites.html>) quelques jours avant le début de chaque mois.

### **2. Répartition au sein des groupes**

En début de saison, chaque randonneur, déjà adhérent la saison antérieure, est rattaché par les encadrants à un des quatre groupes en fonction des randonnées auxquelles il a participé la saison précédente. Cette répartition permet d'assurer une certaine homogénéité des participants au sein de chaque groupe. Pour autant le randonneur rattaché à un groupe peut participer aux randonnées

---

<sup>1</sup> <https://www.ffrandonnee.fr/disciplines/les-disciplines/reglementation-des-activites-de-marche-et-de-randonnee>

<sup>2</sup> Désignés comme encadrants dans la suite du texte

des groupes de niveau plus faible. En cours de saison, chaque randonneur doit évaluer ses capacités à participer ou non aux randonnées proposées à son groupe de rattachement en fonction des caractéristiques de celles-ci, et du dénivelé en particulier. Durant la saison, un randonneur peut s'inscrire à un groupe de niveau supérieur avec l'accord de l'encadrant qui encadre la sortie.

Pour un nouvel adhérent, le rattachement initial dans un groupe de randonnée est effectué lors d'un contact entre l'intéressé et le coordinateur de randonnée de Biarritz Accueil. Chaque encadrant peut proposer le rattachement d'un nouvel adhérent, dont il connaît les capacités physiques, dans le groupe qu'il juge le mieux adapté.

### **3. Inscription à une randonnée**

Un randonneur qui souhaite participer à une randonnée, après avoir consulté le programme mensuel prévisionnel sur le site de Biarritz Accueil, peut adresser un courriel à l'encadrant désigné à partir du samedi précédent la date de la randonnée et au plus tard la veille avant 12 h.

Chaque encadrant fixe un nombre maximum de personnes pour la randonnée à partir notamment de la cotation de l'itinéraire et du public encadré.

La veille de la randonnée, l'encadrant adresse un courriel à l'ensemble des participants retenus en indiquant l'heure et le lieu de rendez-vous, le montant du covoiturage par personne, et toute information qu'il juge nécessaire de communiquer. Une fois inscrit, et par respect envers l'encadrant qui a préparé la sortie et le groupe, le randonneur évite, sauf cas de force majeure, de se désister au tout dernier moment.

En cas d'annulation décidée par l'encadrant, les participants sont avertis par courriel dès que possible, et au plus tard la veille avant 20h.

### **4. Déroulement de la randonnée**

Au point de rendez-vous, l'encadrant recense les participants et précise le point de départ de la randonnée. Les participants s'organisent pour le covoiturage qui n'est pas de la responsabilité de Biarritz Accueil. Les participants limiteront autant faire se peut le nombre de véhicules pour rejoindre le point de départ de la randonnée.

En s'inscrivant à une randonnée, le randonneur s'engage à respecter la charte du randonneur de la FFR : rester sur les sentiers, respecter les espaces protégés, récupérer ses déchets, refermer les barrières et clôtures, etc. Il évite tout comportement pouvant mettre en cause le bon déroulement de la randonnée. Il doit scrupuleusement respecter les consignes formulées par l'encadrant, qui est le seul responsable du groupe en toutes circonstances.

### **5. L'équipement du randonneur**

Afin de participer à la randonnée dans les meilleures conditions, le randonneur doit être équipé d'un sac à dos confortable (20 - 30 litres), de chaussures de randonnées avec tiges montantes, de bâtons de marche, d'un sifflet, de vêtements adaptés à la saison et aux conditions météorologiques (prévoir un poncho en permanence dans le sac), et d'un gilet de sécurité réfléchissant.

La réserve d'eau doit être adaptée aux conditions météorologiques et à la durée de la randonnée : au moins 1 litre en hiver et 2 litres voire plus en été. Pour les pauses, il convient de prévoir des fruits secs, banane ou barres de céréales. Pour le pique-nique, il est recommandé de prévoir un repas équilibré.

Dans son sac à dos, le randonneur doit impérativement se munir d'une pièce d'identité<sup>3</sup> et de sa carte d'assurance maladie européenne. Une fiche de renseignement, facilement accessible, doit indiquer la personne à prévenir en cas d'accident, le groupe sanguin, les éventuelles prescriptions médicales, etc. Bien que les encadrants soient équipés d'une trousse médicale, chaque randonneur peut, s'il le souhaite, emporter une trousse adaptée à ses besoins.

Version du vendredi 22 décembre 2023

---

<sup>3</sup> A noter que les autorités espagnoles reconnaissent l'extension de validité de 5 ans des CNI émises entre le 1<sup>er</sup> janvier 2004 et le 31 décembre 2013.