



## Ce qu'il faut connaître de Lerchenberg Rando *Crise sanitaire modérée*

Si nous souhaitons perpétuer nos rencontres, il nous faut impérativement nous adapter à la situation que nous vivons actuellement et qui, malheureusement, semble devoir durer.

C'est pourquoi nous suggérons les aménagements suivants...

### **Organisation générale**

Plus de repas au restaurant ou en ferme auberge, plus de covoiturage organisé par Lerchenberg Rando (ce qui n'empêche pas ceux qui se connaissent de s'organiser entre eux avec masque obligatoire pour le transport).

Plus de sorties en Suisse ou en Allemagne.

Plus non plus pour le moment de programme annuel. Lorsqu'un animateur souhaite organiser une sortie, il envoie l'invitation (8 à 10 jours avant la date prévue) aux adhérents par [lerchrando@googlegroups.com](mailto:lerchrando@googlegroups.com) et en informe Jeannine Luttenbacher, notre webmaster, afin qu'elle la fasse paraître sur le site web de l'association ([www.lerchenbergrando.com](http://www.lerchenbergrando.com)).

Pour les adhérents n'étant pas encore informatisés, et habitués des sorties Lerchenberg Rando, ils recevront un SMS ou un appel téléphonique.

Cette invitation donnera toutes informations utiles sur la randonnée : distance pédestre à parcourir, dénivelé, durée, lieu exact du départ de la randonnée (coordonnées GPS le cas échéant mais surtout adresse précise, si possible postale), horaire, date limite d'inscription auprès de l'animateur (avec ses coordonnées tant téléphoniques qu'informatiques).

Aucune sortie ne paraîtra dans les journaux locaux jusqu'à nouvel ordre.

Un seul impératif : s'inscrire auprès de l'animateur organisateur qui devra gérer les équipes de 6 marcheurs et pourra limiter le nombre de participants selon besoin.

### ***Sorties à la journée***

Elles permettent de parcourir 6 à 8 km le matin et 4 à 6 km l'après-midi avec un dénivelé positif cumulé ne dépassant pas 500 m au grand maximum. Cependant, en fonction du profil de la randonnée, il se peut que ces limites soient légèrement dépassées.

Dans le courant de la matinée est toujours prévue une pause « collation » pour s'alimenter et s'hydrater, chacun selon ses besoins. L'après-midi, il s'agit aussi de ne pas oublier de s'hydrater.

Le déjeuner de midi sera tiré du sac, avec ou sans abri (de préférence) pour éviter les risques de propagation du virus.

### ***Sorties de ½ journée***

Les sorties de ½ journée sont prévues pour parcourir de 6 à 10 km maximum.

Il est bon de toujours disposer, dans son sac à dos, d'une boisson et d'un « en-cas », même pour une sortie de ½ journée.

### **Gestion des sorties**

L'animateur est responsable du bon déroulement de la sortie et les participants suivent son programme. Aucune alternative de parcours suggérée par l'un ou l'autre des marcheurs ne peut être admise.

Le groupe est fractionné en petites équipes de marcheurs, respectant entre eux la distance minimale imposée. Une distance plus importante s'impose entre chaque équipe. L'idéal serait que chaque groupe dispose d'un animateur connaissant le parcours.

Durant la sortie, il n'est pas indispensable de porter le masque (sauf si traversée de villages), mais il est par contre impératif de rester en file indienne, sans bavarder les uns avec les autres.

A chaque changement de direction ou à la croisée d'un autre sentier, il est indispensable de vérifier que chaque équipe saura poursuivre le chemin programmé.

L'animateur imprimant au groupe le rythme de marche, aucun participant ne doit le dépasser. C'est en effet lui qui régule l'allure au profit des plus fragiles en les encourageant et en suscitant auprès du groupe tolérance et solidarité.

Si pour une raison ou une autre un participant est obligé d'abandonner provisoirement le groupe, il est impératif de le signaler à une personne de l'équipe.

En cas d'alerte orange ou rouge des services météorologiques, la sortie est annulée ou reportée.

En cas de crise sanitaire aigue ou en passe de le devenir avec des impératifs fixés par le gouvernement, les activités sont purement et simplement suspendues. Il faut absolument éviter que nous donnions naissance à un cluster.

Enfin, notre association est assurée à la MAIF pour, entre autres, l'activité « randonnée pédestre ».

### **Perspectives d'avenir**

Les membres intéressés par l'animation sont fortement encouragés à rejoindre l'équipe des animateurs qui sauront leur apporter toute l'aide utile à la préparation et à la réalisation d'une sortie. L'idéal serait, pour commencer, de faire équipe avec l'un ou l'autre des animateurs actuels pour, dans un 1<sup>er</sup> temps, effectuer avec eux les reconnaissances des sorties « sur le terrain ». Plus que jamais dans cette période difficile, Lerchenberg Rando a besoin de bonnes volontés pour assurer l'avenir.

**RESPECT IMPERATIF DES GESTES BARRIERES**