



Calendrier prévisionnel des activités 2019 – 2020

V3 – avec de nouvelles conditions sanitaires *

Date	Activité	Objet : thème, lieu, durée, niveau	Organisateur	Rendez-vous
Jeudi 26 décembre	Rando pédestre Nocturne	Rando nocturne de Noël Facile, 2h. Au retour : vin chaud et crêpes	Didier Tournemine 06 66 28 11 48	Thégra Place de la mairie, 18h
Dimanche 26 janvier	Rando pédestre ½ journée	Causse de Martel, départ de Saint-Sozy, Facile : 3h, 11 km, 240 m de dénivelé	Jeff Salze 06 60 46 31 88	Alvignac Place de la Mairie, 13h30
Dimanche 23 février	Raquettes A la journée	Le Lioran	Alain Rouquand 05 65 33 14 56	annulée
Dimanche 8 mars	Rando pédestre ½ journée	Issepts, sentier découverte dans le Limargue Facile : 2h30, 10 km, départ 14h	Marie-Odile Saves 05 65 40 48 82	Gramat Office du tourisme, 13h30
Dimanche 29 mars	Journée des chemins	Nettoyage des chemins	Bureau Padirando 06 66 28 11 48	annulée
Dimanche 17 mai	Journée Padirando	Journée Padirando	Bureau Padirando 06 66 28 11 48	annulée
Dimanche 24 mai	Rando pédestre ½ journée	Saint-Jean-Lagineste Dif. moyenne : 4h, 12 km, 500 m de dénivelé	Didier Tournemine 06 66 28 11 48	annulée
Dimanche 7 juin	Rando pédestre Repas	« de four en four » Thégra - Repas à Bral - Cf. affiche	Bureau Padirando	annulée
Dimanche 14 juin	Rando pédestre ½ journée	« L'Echine de l'Âne », secteur Rocamadour Facile : 3h, 10 km, 330 m de dénivelé cumulé Départ rando : 8h30	Jacques Saves 06 85 36 63 56	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
Dimanche 21 juin	Rando pédestre ½ journée	« La vallée de l'Alzou », secteur Gramat Facile : 3h, 11 km, 200 m de dénivelé cumulé Départ rando : 8h30	Didier Tournemine 06 66 28 11 48	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
Dimanche 28 juin	Rando pédestre ½ journée	secteur Loubressac Facile : 3h, 10 km, 240 m de dénivelé positif Départ rando : 8h30	Alain Raynal 05 65 33 47 69	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
Dimanche 23 août	Rando pédestre A la journée	Auvergne, Cantal Difficile : 6h, 17 km, 1000 m de dénivelé cumulé départ rando : Vic-sur-Cère / Thiézac vers 9h	Jacques Saves 05 65 40 48 82	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
WE des 11-13 sept.	Randonnée pédestre	Pyrénées Difficile, 3 jours, nuits en refuge	Jacques Saves 05 65 40 48 82	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
WE des 19-20 sept.	Rando pédestre ou GP Moto	Réquista (Aveyron), Rando pédestre ou Championnat du Monde Enduro	Didier Tournemine 06 66 28 11 48	annulée
Dimanche 20 sept.	Rando pédestre ½ journée	Secteur Gagnac – Laval de Cère Facile : 3h 11,5 km, 195 m de dénivelé positif Départ rando : 14h	Alain Raynal 05 65 33 47 69	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
A préciser octobre	Rando pédestre A la journée	Calviac Facile : 4h, 13.5 km, 250 m de dénivelé cumulé	Alain Rouquand 05 65 33 14 56	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
A préciser novembre	Rando pédestre ½ journée	A préciser	A préciser	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *
Samedi 21 novembre	Assemblée générale	Assemblée Générale	Bureau Padirando	Heure et lieu à préciser Convocation
Samedi 26 décembre	Rando pédestre Nocturne	Rando nocturne de Noël,	A préciser	Sur inscription, RDV rando communiqué aux inscrits Cf. consignes sanitaires *

Les modifications ou précisions du calendrier seront communiquées aux membres de l'association et mises sur le site internet de la commune de Thégra.

!!! En cas de météo incertaine, se renseigner auprès de l'organisateur !!!

Extraits du règlement intérieur :

*** les consignes sanitaires (page suivante) seront rappelées à l'inscription et au départ de la randonnée**

Le président est responsable de l'organisation de toute manifestation Padirando. En cas d'absence du président, cette responsabilité est déléguée à l'organisateur de la manifestation, dont le nom est porté sur le calendrier officiel des activités.

Les membres de Padirando bénéficient, pour les randonnées pédestres, de la garantie "indemnisation des dommages corporels". Pour les randonnées à VTT, à cheval ou à moto, l'indemnisation des accidents corporels est à la charge de chaque pratiquant (se référer à son assurance personnelle).



Respect des consignes gouvernementales

Les consignes sanitaires gouvernementales à jour doivent être respectées par chaque participant à une animation organisée par Padirando, à titre individuel.

Les préconisations de Padirando ne sauraient se substituer aux consignes gouvernementales.

Inscription à une randonnée : en priorité par mail

- A l'inscription, ces consignes sanitaires sont envoyées à chaque participant.
- Pas de limitation du nombre de participants, mais la randonnée sera réalisée par groupe de 10 maximum, chaque groupe étant séparé de plus de 20 m.

Préparation de la randonnée :

- Chaque participant doit disposer sur lui des équipements suivants : son masque, son flacon de gel hydro alcoolique, sa gourde d'eau, son coupe faim, ses effets personnels adaptés aux conditions météo.
- Gestes barrière : nécessaire de lavage régulier des mains (savon + eau) recommandé pour les sorties à la journée ou plus ; pas d'embrassades ou de contact manuel, port du masque recommandé si distance physique de moins de 1 m ou en milieu non ventilé.

Randonnée :

- Les consignes sanitaires sont rappelées par l'organisateur avant le départ de la randonnée.
- Chaque participant doit disposer sur lui des équipements suivants : son flacon de gel hydro alcoolique, son masque, sa gourde d'eau, son coupe faim. L'objectif est de ne pas s'échanger des objets personnels.
- Le port du masque n'est pas conseillé pendant la randonnée. Mais une distance minimale de 2 mètres doit être respectée entre chaque participant. C'est à chacun de respecter et de faire respecter ce geste barrière. L'animateur se chargera de rappeler la règle.
- Si plus de 10 participants, former des groupes de 10 maximum, chaque groupe étant séparé de plus de 20 m.
- S'il est nécessaire de porter secours à un participant, ses coéquipiers s'équiperont de leur propre masque, se désinfecteront les mains avec leur propre gel, avant toute intervention physique sur le blessé.
- Pas de collation commune à l'issue de la ballade pour éviter les rapprochements et le partage des gobelets, paquets de gâteaux,...