



REGLEMENT INTERIEUR, version 3.

Validé en assemblée générale ordinaire le 20 décembre 2017 (ajout article 11)

ARTICLE 1 : Objet

Le règlement intérieur est destiné à fixer des recommandations ou des règles non précisées par les statuts concernant le fonctionnement de l'association.

Toute modification ou complément apportés à ce règlement intérieur doivent être adoptés en assemblée générale ordinaire.

ARTICLE 2 : Adhésion

Après deux essais gratuits (marche nordique et/ou randonnée pédestre), l'adhésion est obligatoire.

Le randonneur à l'essai gratuit n'est couvert ni en responsabilité civile ni en accidents corporels à titre individuel. S'il provoque un accident ou s'il est victime d'un accident, il devra utiliser son assurance personnelle. Quant au club, il conserve son assurance en responsabilité civile (dirigeants, animateurs).

Pour ceux qui possèdent déjà une licence Fédération Française de Randonnée Pédestre de la saison sportive en cours, obtenue auprès d'une autre association, ils sont tenus de ne régler que le montant de la cotisation club auprès d'NRJ.

ARTICLE 3 : Cas particuliers

Toute invitation de personnes non adhérentes à l'association doit être signalée à l'animateur quelques jours auparavant.

L'invité est considéré comme personne à l'essai suivant l'article 2 de ce règlement intérieur.

Il doit aussi respecter l'intégralité de ce règlement intérieur.

ARTICLE 4 : Equipement conseillé :

a) Marche nordique :

Bâtons spécifiques de MN (mono brin fibre de verre et carbone), avec gantelets à passage de pouce. L'association prête les bâtons pour les deux premières séances d'essai, au-delà, le pratiquant de cette activité devra s'équiper de bâtons personnels.

sac à dos : petit sac à dos étroit ou sac banane pour emporter de l'eau, des barres énergétiques ou des fruits secs et un vêtement de pluie genre K-way (cape à éviter).

chaussures à tige basse de marche ou de sport, légères avec des semelles épaisses tout en étant souples, antidérapantes et si possible déperlantes.

A éviter les chaussures de randonnée montantes (gênant le déroulé du pied), les chaussures à semelles lisses genre tennis (risques de chutes), les baskets toiles peu adaptées à la marche.

tenue vestimentaire : être à l'aise afin de ne pas gêner les mouvements d'échauffement, d'étirement et l'amplitude des pas lors de la marche.

Par temps froid : une tenue jogging convient bien, complétée si besoin d'une polaire (une tenue de randonnée peut convenir si suffisamment ample). Gants fins éventuellement (moufles ou gants épais peuvent gêner le swing des bâtons).

Par temps chaud : T-shirt et short

b) Randonnée pédestre :

- de bonnes chaussures déperlantes maintenant la cheville, dotées d'une semelle épaisse et crantée,
- des chaussures de rechange pour le covoiturage,
- des vêtements de randonnée adaptés à la saison et aux conditions météorologiques,
- des protections contre la pluie et le soleil,
- de l'eau (ou boissons non alcoolisées) et des barres énergétiques ou fruits secs, ainsi qu'une petite pharmacie avec médicaments personnels si besoin.
- Un sac à dos d'une contenance adaptée au type de randonnée (demi-journée, journée, séjour ...)

ARTICLE 5 : règles de sécurité

Lors de la marche nordique ou de la randonnée pédestre, en cas d'arrêt impératif entraînant l'isolement par rapport au groupe :

- En avisant au moins une personne qui informera l'animateur.
- Laisser le sac à dos et/ou bâtons sur le sentier à hauteur de l'arrêt.

Toute traversée de route doit se faire en groupe et sur les indications de l'animateur.

ARTICLE 6 : Consignes

Quelle que soit l'activité, marche nordique ou randonnée pédestre, il est demandé à l'adhérent pour chaque sortie :

- De consulter le programme pour connaître le lieu et d'évaluer sa condition physique du moment par rapport au niveau de difficulté indiqué (distance à parcourir ou durée, dénivelé...),
- De respecter le rythme de marche de l'animateur,
- De ne pas devancer ou quitter le groupe sans l'accord de l'animateur, la responsabilité de ce dernier étant alors dérogée,
- De respecter le code de la route et les consignes de l'animateur,
- De respecter les propriétés traversées, les cultures,
- Les cueillettes avant récolte sont interdites,
- Les chiens ne sont pas admis.

REMARQUES :

- l'animateur pourra refuser la participation de toute personne pouvant compromettre la sécurité du groupe.
- La charte du randonneur est accessible sur le site de la Fédération Française de Randonnée Pédestre à l'aide de votre identifiant et de votre mot de passe qui figurent sur la partie droite du document portant votre carte de licencié Fédération Française de Randonnée Pédestre.
- D'autres documents relatifs à la sécurité pourront vous être transmis par mails.

ARTICLE 7 : Covoiturage

L'association n'intervient pas dans l'organisation du covoiturage. Les adhérents l'organisent entre eux.

Le chauffeur chargé du covoiturage s'engage :

- A respecter le code de la route.
- A ne pas dépasser le taux d'alcoolémie en vigueur.

ARTICLE 8 : Formation

Pour prétendre à une formation, l'adhérent doit être licencié à Nordique Rando Jonzac et avoir au moins une saison sportive d'ancienneté dans l'association NRJ.

L'adhérent bénéficiant d'une formation s'engage à participer à l'encadrement de groupes de marche nordique et de randonnée pédestre.

ARTICLE 9 : Le conseil d'administration (CA)

L'élection de membres du CA se fait en Assemblée générale (**conformément à l'article 9 des statuts**)

Ce règlement intérieur précise les règles pour présenter sa candidature en tant que membre du CA, l'adhérent doit :

- être licencié à Nordique Rando Jonzac
- avoir au moins une saison sportive d'ancienneté dans l'association NRJ.

Si besoin un appel à candidature pourra être lancé auprès des adhérents

Nombre de membres du CA : ce règlement intérieur limite le nombre de membres du CA à neuf personnes y compris le bureau.

Le bureau : est désigné **conformément à l'article 11 des statuts**, ce règlement intérieur le limite à six personnes.

NOTA : se reporter aux statuts en vigueur **CHAPITRE IV et CHAPITRE V** qui concernent le CA et son bureau.

ARTICLE 10 : Randonnée pédestre

Tout adhérent peut organiser une randonnée à condition :

- d'en fournir le descriptif au (à la) président(e) pour acceptation
- lors de la randonnée, l'adhérent organisateur pourra être secondé par une personne expérimentée.

article 11 : Indemnités de remboursement des frais kilométriques :

Tout bénévole adhérent d'NRJ remplissant les conditions requises pour prétendre aux indemnités des frais kilométriques engagés peuvent :

Abandonner à NRJ leurs frais sous forme de dons

ou

Demander le remboursement par NRJ

CONDITIONS :

- Etre adhérent à NRJ
- Utiliser son véhicule personnel
- Le cumul avec une demande de remboursement auprès d'NRJ n'est pas accepté, si le demandeur pratique le covoiturage en recevant des passagers une participation financière.
- Séjours exclus.
- Le déplacement AR du domicile au lieu de RDV est limité à 150km maxi.

Peuvent prétendre au remboursement:

- les membres du bureau et du conseil d'Administration, lors de déplacement pour participation en tant que représentant d'NRJ à des réunions (par exemple Ffrandonnée, mairie, etc.). Sont exclus les déplacements pour les réunions du CA d'NRJ, pour les groupes de travail à la préparation des séjours.
- les animateurs ou accompagnateurs d'NRJ, hors séjour, sous réserve que leurs encadrements figurent au calendrier d'NRJ et qu'ils en effectuent au moins trois dans l'année (les reconnaissances de parcours ne sont pas remboursables). En cas de remplacement, sur accord du président(e), le remplaçant pourra demander le remboursement de ses frais sous les mêmes conditions.
- La participation à des stages de formation à condition d'être présenté par NRJ. Dans ce cas, sur accord préalable d'NRJ, une dérogation pourrait s'appliquer au cas où les 150 km AR seraient dépassés.

PROCEDURE :

Afin de préserver l'équilibre financier de l'association, NRJ préconise :

- **pour ceux qui sont imposables**, l'abandon des frais engagés sous forme de don à NRJ.
La réduction d'impôt sera celle en vigueur au code général des impôts (ARTICLE 200 du CGI)
- **Pour les non imposables**, ils peuvent demander le défraiement de leurs frais à NRJ. Le calcul du remboursement sera effectué suivant les mêmes modalités que l'abandon sous forme de don.
Un avis de non imposition sera à fournir.
- **Dans tous les cas**, l'intéressé devra renseigner une fiche de frais à se procurer auprès d'NRJ.
Celle-ci devra détailler chaque déplacement et fournir si besoin des justificatifs.
Les frais seront regroupés et totalisés sur les périodes suivantes :
 - du 1^{er} janvier au 31 août puis du 1^{er} septembre au 31 décembre.
- Cet article, sera révisable par le CA pour tenir compte du retour d'expérience.

Le président
Jean-Michel BONNAFOUS

Le secrétaire
Jean-Philippe LANDREAU