



Ce qu'il faut connaître de Lerchenberg Rando

Organisation générale

Les membres de Lerchenberg Rando disposent d'un programme leur fournissant les grandes lignes de chaque sortie.

Des informations plus précises : lieu et heure de départ du covoiturage et de la randonnée elle-même, descriptif de l'activité (longueur du trajet, dénivelé, durée...), date limite d'inscription (impérative pour les sorties avec restaurant) sont envoyées aux adhérents par lerchrando@googlegroups.com et paraissent sur le site web de l'association (www.lerchenbergrando.com).

D'une façon générale, quel que soit le type d'activité, il est préférable de s'inscrire.

Si la sortie se déroule en Allemagne ou en Suisse, il est conseillé de se munir de sa carte européenne d'assurance maladie et de sa carte d'identité...

Randonnées à la journée

Seules les randonnées à la journée paraissent dans les journaux locaux (Alsace et DNA), en principe, pour l'Alsace, le vendredi en page « Plein Air » - rubrique « Randonnées ».

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 400 m au grand maximum. Cependant, en fonction du profil de la randonnée, il se peut que ces limites soient légèrement dépassées.

Il est possible de ne participer qu'à la randonnée du matin ou à celle de l'après-midi (à préciser au moment de l'inscription afin que l'animateur puisse gérer au mieux ce cas de figure) et même de ne participer qu'au déjeuner.

Le déjeuner a le plus souvent lieu en auberge (repas tiré du sac néanmoins possible si accepté par l'hôte) à un prix abordable. Mais il peut aussi être tiré du sac.

Dans le courant de la matinée est toujours prévue une pause « collation » pour s'alimenter et s'hydrater, chacun selon ses besoins.

Sorties de ½ journée

Les sorties de ½ journée (9 à 10 km maximum) ne paraissent pas dans les journaux locaux mais les informations utiles sont fournies aux membres par lerchrando@googlegroups.com. Les adhérents non équipés des outils adéquats peuvent contacter l'animateur du jour pour obtenir tous renseignements et s'inscrire.

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.

Covoiturage participatif

Selon le secteur retenu pour la sortie, le départ du covoiturage s'effectue de l'un des quatre parkings ci-dessous :

- Parking gratuit au pied du campus universitaire à **Mulhouse** (angle rue des frères Lumière-rue Léo Lagrange),
- Cité de l'Habitat (rue de Thann) à **Lutterbach**,
- Parking du Trèfle (allée du Chemin Vert) à **Rixheim** (site déplacé),
- Parking Lieder Price près du Kaligone (155 rue de Richwiller) à **Kingersheim** (nouveau 2019).

Mais les participants peuvent aussi se rendre directement au départ de la randonnée s'ils le souhaitent.

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.

Au départ, l'animateur désigne le serre-file à l'ensemble des participants. C'est ce dernier en effet qui garantit la cohésion du groupe en communiquant avec l'animateur, notamment à l'occasion des regroupements qui sont faits régulièrement à chaque changement de direction.

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 le signale au serre-file.

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 d'une sortie. L'idéal serait, pour commencer, de faire équipe avec l'un ou l'autre des animateurs actuels. Ceux qui sont seuls notamment sont à la recherche de co-équipiers pour effectuer avec eux les reconnaissances des sorties « sur le terrain ».

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

Enfin, Lerchenberg Rando est assuré à la MAIF pour, entre autres, l'activité « randonnée pédestre ».

Téléphones portables des animateurs 2019

NOM Prénom	Tél de base	N° complémentaire
BANCELIN Jean-Claude	06 07 67 13 18	
CHARPIAT Martine	06 75 70 91 34	
DROLL Brigitte	07 50 12 22 03	
GRUNENWALD Jean-Pierre et Marguerite	06 77 27 71 72	
JERMANN Jeannette	06 86 10 92 99	
KEMPF Michel	07 80 40 86 21	
KNOFF Dany	06 88 51 16 84	
LEGUTKE Michèle	06 11 32 02 32	
LUYA Jean-Pierre	06 40 11 66 28	
MAAR Roger	06 19 42 13 08	
METZGER Hubert/Lucienne DECK	06 37 72 67 62	
MEYER Monique	06 16 32 82 82	
POLONI Jacques/Marie-Paule KOHLER	07 82 51 98 40	06 52 86 38 77
SALTZMANN Adrien/ FOURMENT Danièle	06 80 82 46 13	06 80 32 70 04
SCHNEIDER Joseph et Marie-Laurence	06 98 47 94 34	06 65 01 88 59
ZIEGLER Yves	06 17 67 74 91	
ZIMMERER Christiane	06 99 17 65 58	