



Formation « Réussir sa Randonnée »

Le Randonneur Club des Monts de Flandre s'associe à l'opération "Réussir sa randonnée" en proposant 3 modules thématiques complémentaires sur une journée.

Celle-ci aura lieu le samedi 4 juin 2016 au House Club de la salle Legrand Grubbe à Bailleul. Une autre journée sera programmée le 10 septembre 2016.

1. Module « Randonner avec une carte » 10h00-12h30

- Apprendre à lire une carte IGN au 1/25 000
- Retrouver sur la carte les éléments du paysage
- Estimer les distances et les temps de marche
- Estimer le relief, anticiper la pente et la dénivelée
- Estimer votre position grâce au quadrillage UTM (Universal Transverse Mercator)

2. Module « S'orienter en randonnée » 13h00-15h30

- De savoir utiliser une boussole à plaquette
- Découvrir la « rose des vents »
- D'orienter la carte avec la boussole
- Déterminer l'azimut d'une direction
- Découvrir les fonctions basiques d'un GPS ou smartphone

3. Module « Préparer sa randonnée » 16h00-18h30

- Comment et sur quoi s'informer ?
- Quelles réglementations respecter ?
- Comment se préparer ?
- Comment s'équiper ?
- Quoi anticiper ?

Les modules du dispositif « Réussir sa rando » sont mis en œuvre par les clubs de la FFRandonnée. **Ils sont accessibles à tous les randonneurs débutants ou confirmés, qu'ils soient adhérents ou non à la Fédération Française de la Randonnée.**

Contact : RCMF-Bailleul – Stéphane CNOCQUAERT

Email : contact@rcmf-bailleul.com – Port : 06 51 61 14 56



Bulletin d'inscription

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone : Email :

Licencié FFRandonnée : NON OUI si OUI, N° de Licence :

Je m'inscris aux modules suivants :

Randonner avec une carte 4 juin 2016 10 septembre 2016

S'orienter en randonnée 4 juin 2016 10 septembre 2016

Préparer sa randonnée 4 juin 2016 10 septembre 2016

Non licenciés FFRandonnée : 10€ par module ou les 3 modules 25€. Licenciés FFRandonnée: 7€ par module ou les 3 modules 17€. A renvoyer avec votre règlement à l'ordre du RCMF-Bailleul à Stéphane CNOCQUAERT 307, chemin du Rossignol 59270 METEREN avant le 1^{er} juin pour la journée du 4 juin et avant le 8 septembre pour la journée du 10 septembre 2016.