



Association de randonnée pédestre

## Trotte-cailloux Flaugnac

Tél : 05 65 24 77 70 / 06 30 35 52 41

Mail [trotte-cailloux46@gmail.com](mailto:trotte-cailloux46@gmail.com)

Site Web: <http://trotte-cailloux.e-monsite.com/>

### Fonctionnement

#### **Bureau :**

Président : *Patrick Lévêque*

Secrétaire : *Pierre Delelis*

Trésorière : *Claude Hamonet*

Vice présidente : *Danielle Sahuc*

Secrétaire adjoint : *Maité Clavières*

Trésorière adjointe : *Marie-Christine Foussat*

#### **Conseil d'Administration :**

*Patrick Lévêque*

*Maité Clavières*

*Chistiane Burc*

*Gérard Lenne*

*Didier Hébert*

.....

Rôle du CA

Décider des grandes orientations du club, statuer sur les activités du club et établir le calendrier des activités.

#### **Membres :**

L'association compte 45 membres au 01 janvier 2017

#### **Commission Voyage :**

*Patrick Lévêque, Danielle Sahuc, Maité Clavières, Claude Hamonet, Marie-Christine Foussat, Gérard Lenne, Alain Dominici*

Mission : Proposer un voyage au CA, en établir le contenu et organiser in finé celui-ci.

#### **Commission randonnées estivales :**

*Pierre Delelis, Michèle Deilhes, Maité Clavières.*

Mission : établir un calendrier de randos estivales destinées aux membres de TC ainsi qu'aux estivants, proposer les fiches topos des circuits avec identification de producteurs pour étape gourmande, identifier 1 animateur et 2 accompagnateurs par rando, ..

#### **Commission communication :**

*Patrick Lévêque, Gérard Lenne, Didier Hébert, Pierre Delelis*

Mission : définir le contenu du site WEB de Trotte-cailloux, sa mise à jour permanente au fil de l'actualité de TC.

Proposer au CA des actions de communication et les mettre en œuvre après acceptation, ..

### Activités

#### **Randonnées :**

Un calendrier est établi pour le trimestre avec une périodicité d'une randonnée par semaine, alternativement les Vendredi, Samedi et Dimanche. Elles sont classées (normales entre 5 et 10km) soutenues (>10km). Suivant le niveau et la période si le pique nique est requis il est précisé. Elles sont pratiquées dans un rayon de 100km maximum. Les randonnées de proximité, dans le Quercy, sont privilégiées.

Au rendez vous de Flaugnac, le covoiturage est préconisé, une participation est demandée aux passagers à raison de 7c / km (arrondi à €) au-delà de 25km entre Flaugnac et le départ de la rando. Le montant de la participation, si elle est requise, est précisé sur le calendrier trimestriel.

#### **Randonnées douces :**

En partenariat avec l'association du foyer rural de St Paul de Loubressac, des randonnées dites douces de 5 km max sont proposées chaque jeudi matin. Le RDV est sur la place de St Paul et le choix du parcours est décidé dans l'instant

#### **Sorties Week-End**

Elles proposent une sortie sur au moins 2 jours avec un caractère plus sportif et un hébergement plus spartiate (style relais ou refuge).

Le terrain de jeu privilégié, les reliefs du massif central et des Pyrénées.

La participation au WE est ajustée pour chaque sortie et fait l'objet d'une communication spécifique.

La sortie peut être proposée et organisée par un membre, sous réserve de l'approbation du CA

#### **Voyage annuel :**

Dans un souci de convivialité, mixant la randonnée, la culture et la découverte de régions, un voyage est organisé sur 3 ou 4 jours. Cette sortie est ouverte aux membres de TC et peut être étendue aux membres de leur famille (conditions).

Le programme et coût sont proposés par la commission voyage au CA.

#### **Manifestation de fin de saison (fin juin) :**

Afin de clore la saison une manifestation est mise en place par le CA. Elle se doit d'être ouverte aux conjoints et aux extérieurs pratiquants ou futurs pratiquants

Ex : restaurant, journée avec petite rando et barbecue ... ..etc.