



## ASSOCIATION DES RETRAITÉS NESTLÉ RANDONNÉES ALPINES 2021

début Avril 2021

Chères amies, chers amis randonneurs,

Après une longue attente le moment est venu pour chercher vos bâtons et graisser vos souliers : la saison de Randonnées Alpines va bientôt commencer. C'est effectivement la « Présaison » (un nouveauté ajouté au programme), qui commence déjà le 13 Avril avec le premier « Tour de Chauffe » organisé par François Chastellain, suivi par la 2<sup>ème</sup> « Tour de Chauffe » et la Course d'Orientation » menée par Urs et François. Après toutes ces préparations nous aurons des bonnes jambes et pouvons commencer la « Saison Officielle » à partir de 4 Mai.

Le Covid est toujours avec nous, mais nous nous engageons de faire tout possible pour faciliter le déroulement de la saison comme prévu. Bonne nouvelle : la vaccination est ouverte pour tous les 65+, donc vous pouvez réduire le risque de manière significative en prenant le vaccin.

Notre approche sera en principe comme l'année passée : suivre les règles d'hygiène générale, la porte des masques dans des espaces confinés, la garde de distance (aussi pendant la marche !), et si nécessaire la division en sub-groupes tant qu'il y a une limite obligatoire au nombre des personnes dans un rassemblement. En plus il y aura 2 mots clés pour cette saison pour-que nos courses puissent se faire sans danger pour la santé des participants :

### **DISCIPLINE et FLEXIBILITÉ**

#### **Discipline**

Les chef(fe)s de course ont assumé la responsabilité supplémentaire de mener leurs courses dans le respect des mesures Covid imposé par la Confédération. Ce sont eux qui décident comment appliquer ces règles dans leur course, que ce soit un départ décalé des sub-groupes de max.15 personnes, un transport adapté, ou d'autres mesures prises pour vous protéger. C'est donc à vous de vous confirmer aux règles de jeu pour la course à laquelle vous êtes inscrit !

#### **Flexibilité**

Nous avons bien appris pendant l'année passée que la situation évolue constamment, et que c'est impossible de faire un « planning fixe » - 2 semaines ressemblent parfois à une éternité dans laquelle la situation peut changer complètement ! Ceci ne sera pas différent pour cette saison, et je vous prie de ne pas être frustré si il y'aura des changements au dernier moment. On doit s'adapter en continu à la situation et vous pouvez rester convaincus que les chef(fe)s de course feront tout pour-que nos sorties puissent avoir lieu dans les meilleures conditions.

Voici encore quelques rappels pour votre préparation :

- Le programme annuel se trouve sur notre site, ainsi que des informations utiles pour votre préparation : <https://arninfo.ch/activity/randonnees-alpines/>
- Lisez la description de la course avant de vous inscrire ! Les difficultés et l'effort demandés y sont détaillés avec précision. Si vous avez le moindre doute, n'hésitez pas à appeler le chef de course qui vous expliquera volontiers tous les détails du parcours.
- Lisez attentivement les documents « Organisation de nos courses » et « Liste de matériel » si vous participez aux randonnées. Chaque chef de course part du principe que vous connaissez le contenu de ces documents. Vous pouvez les consulter sur notre site sous l'onglet « Directives ». Voici encore une fois le lien direct vers le document « Organisation de nos courses » : <https://arninfo.ch/wp-content/uploads/2020/02/RA2020Org.courses.pdf>
- Contrôlez votre équipement avant de partir : les semelles de vos chaussures, bâtons et pharmacie personnelle !

N'oubliez pas de réserver déjà les dates de 5-11 Septembre dans votre agenda pour la Clubistique, qui nous amènera cette année en Suisse Central. L'organisation de cet événement est dans les mains compétentes de Peter Schönenberg – plus d'informations à suivre.

Pour finir je me réjouis de vous retrouver bientôt aux sentiers de la montagne, et je vous souhaite, aussi au nom de toutes les chef(fe)s de course qui font un travail magnifique pour votre plaisir, une très bonne saison 2021 !

Campo van Beek