



COMITÉ DÉPARTEMENTAL SPORT ADAPTÉ

Tél. : 04 76 26 63 82 / 06 33 54 79 55

Courriel : gaelle.cdsa38@gmail.com



COMITÉ DÉPARTEMENTAL HANDISPORT

Tél. : 04 38 02 00 41 / 06 32 50 92 87

Courriel : cd38@handisport.org

Eybens, le 08/03/2022

Aux responsables sportifs

Madame, Monsieur,

La **Fédération Française Randonnée Isère**, les Comités Handisport et Sport Adapté de l'Isère, le Pays Voironnais et les villages du lac de Paladru organisent la **14^{ème} édition** de la Rando pour tous[®] :



MERCREDI 13 AVRIL 2022

AU LAC DE PALADRU (38 850)

RDV SUR LA PLAGE

HORAIRES

- 09h30 - 10h00 : Rassemblement sur la plage de Paladru
- 10h00 - 11h30** : Départ de toutes les boucles de randonnées
- 12h00 - 13h30 : Arrivée des participants et repas (tirés du sac)
- 14h00 - 16h00 : Nombreuses animations

Cette randonnée est adaptée et commune à tous pour créer des liens, de véritables échanges, observer le milieu naturel et partager des connaissances.

Merci de **respecter les horaires de départ** que vous aurez choisis et de vous **présenter au moins 1/2h avant** l'heure de départ, svp, pour anticiper le temps des inscriptions!

INSCRIPTIONS

Elles doivent s'effectuer à l'aide de la fiche jointe. Les inscriptions doivent être renvoyées par courrier ou mail **avant le 6 avril 2022** à l'un des 2 comités Handisport ou Sport adapté.



IL VOUS SERA DEMANDÉ :

- Une **participation financière de 2€** (participants **et** accompagnateurs) à régler sur place. Merci de prévoir l'appoint.
- Un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre (ou à la pratique des activités physiques et sportives) est obligatoire, pour ceux qui ne sont pas licenciés

Prévoir gourdes et vêtements adaptés à la météo !!!

DEROULEMENT

3 CIRCUITS DE RANDONNEE :

- **PETIT PARCOURS A : 4,6 km** en aller/retour vers le marais puis jusqu'à la plage de Montferrat (62m dénivelé)
Accessible à tous : marchands, mal-marchands, fauteuil manuel, fauteuil électrique, poussette...
Départ 10h30 / 11h / 11h30
- **PARCOURS MOYEN B : 4,8 km** (130m dénivelé)
Réservé aux joëlettes et marcheurs
Départ 10h15 / 10h45 / 11h15
- **GRAND PARCOURS C : 8 km** (240m dénivelé)
Réservé aux joëlettes et bons marcheurs
Départ unique 10h00
Passage par la **cabane de chasse**

DE NOMBREUSES ANIMATIONS (SOUS RÉSERVE) : tout au long de la journée !

Sur les circuits :

- Animateurs-guides nature autour de l'espace naturel du marais
- Cabane de chasse : observation depuis le mirador, Exposition d'animaux
- Lamas ?

Sur le site :

- Stand Sport Santé du Département
- Jeux collectifs (Boccia-pétanque, Mölkky,...) et artistiques animés par les lycéens.

RESERVATION JOELETTES

L'organisation disposera de **joëlettes** encadrées par des **personnes formées**.

Seront prioritaires : les premières inscriptions et les personnes qui n'en auront pas bénéficié les années précédentes.

Merci d'anticiper le temps d'inscription et d'installation de vos usagers sur la joëlette.

Les structures disposant de leur propre joëlette seront responsables de leur matériel et de l'équipage. Nous vous rappelons les recommandations en vigueur :

Constitution de l'équipe :

Trois accompagnateurs (au minimum) sont nécessaires, pour une personne à mobilité réduite. Il faut impérativement que l'accompagnateur arrière ait été formé à la pratique de la joëlette et qu'il soit physiquement en mesure d'assurer l'équilibre.

L'ensemble des parcours peuvent être empruntés en joëlette.

STATIONNEMENT ET DEPART RANDONNEE



Il vous sera demandé de ne pas stationner sur le parking de la plage (= **dépose-minute uniquement**) mais sur les parkings indiqués.

A noter:

En raison de la création du musée du Lac de Paladru, les zones de parking pourront être modifiées.

*Les minibus seront stationnés sur le **parking en herbe** avant la plage (comme habituellement), et il y aura également des **places dispersées** (école, mairie, vers le club d'aviron...).*

Nous vous tiendrons informés si nous avons un espace disponible sur le parking du musée.

DISPOSITIF SECOURS

Un poste de secours sera présent le jour de la manifestation et assuré par les secouristes professionnels.

Dans l'attente de vos inscriptions, veuillez recevoir, Madame, Monsieur, nos salutations sportives.

Elodie Vincens
CD Handisport Isère

Gaëlle Chaffardon
CD Sport Adapté Isère