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 14/03/2023

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 **15ème édition** de la Rando pour tous® :

MERCREDI 26 AVRIL 2023

AU LAC DE PALADRU (38 850)

RDV SUR LA PLAGE

HORAIRES

09h30 - 10h00 : Accueil au stand CDSA / CDHI
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 13 avril 2023** 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 !!!

DÉROULEMENT

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
  Ravitaillement à la fin du marais

- **PARCOURS MOYEN B** : **4,8 km** (130m dénivelé)
  Réservé aux joëlettes et marcheurs
  Départ 10h15 / 10h45 / 11h15
  *Passage par la **cabane de chasse** + ravitaillement*

- **GRAND PARCOURS C** : **8 km** (240m dénivelé)
  Réservé aux joëlettes et bons marcheurs
  Départ unique à 10h00
  *Passage par la **cabane de chasse** + ravitaillement*

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

Sur le site :

- Stand Sport Santé du Département
- Jeux collectifs et artistiques animés par les lycéens.

RÉSERVATION 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 DÉPART RANDONNÉE

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

En raison de la création du musée du Lac de Paladru et de la construction de logements, les **zones de parking** ont été modifiées.

Un **plan** vous sera envoyé en amont et les parkings seront fléchés le jour J.

*Pour organiser au mieux le stationnement, merci de renseigner dans la fiche d'inscription le **type de véhicule** et si vous stationnerez à la journée (par exemple pour les cars).*

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