



# Rand'Allier

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Allier

Rand'Allier n° 12



## Édito

*Christophe Pauget*

Rand'Allier revient après... quatre ans d'absence... Ce n'est pas tant les choses à dire qui ont manqué, mais plutôt le temps pour les dire !

En quatre ans, de l'eau a coulé sous les ponts et l'activité du Comité n'a jamais faibli : deux nouveaux GR validés par la Fédé et en attente d'homologation définitive, des sentiers à baliser pour les intercommunalités, un topoguide (Marcillat), des randofiches (Lapalisse), la numérisation des itinéraires qui pointe le bout de son nez et j'en passe. Notre Comité a passé la barre des 1 000 licenciés et fédère 25 associations.

On ne peut que remercier nos bénévoles et en profiter pour lancer un appel aux bonnes volontés, car si nous trouvons sans trop de peine des gens prêts à travailler sur le terrain, il nous manque des « administratifs ». C'est certes moins « glamour », mais tout aussi indispensable au bon fonctionnement du Comité !

Il nous reste à vous souhaiter un beau printemps, propice à la rando. Profitez des paysages, des spécialités locales, faites-vous plaisir !

Rendez-vous à la rentrée pour le numéro 13.

## Dans ce numéro :

Formation des baliseurs 2

Formation des animateurs 2

Santé - Sécurité en rando : les vipères 3

Actu : l'Échappée Verte 3

Étudier un itinéraire 4

Les sentiers à l'heure du numérique 4

## La Vie du Comité

L'Assemblée Générale annuelle du Comité s'est tenue le samedi 22 février à Varennes-sur-Allier.

Vingt-deux associations étaient présentes sur vingt-cinq. Le renouvellement d'un quart des membres a permis d'élire (ou de réélire) Sylvie Baucheron, Gérard Berger, Alain-Robert Dorlet, Michel Gabard, Mireille Soret, Valérie Zastawny-Martin. Nous présenterons dans le prochain Rand'Allier le nouvel organigramme 2014 du Comité.

En 2013, le Comité comptait vingt-quatre associations affiliées regroupant 1 025 licenciés (pour la première fois le seuil des 1 000 a été franchi) et 25 randocarteurs. Notre Comité est toujours le premier de la Région Auvergne, tant en nombre d'associations qu'en nombre de licenciés.

Pour 2015, si une légère baisse du nombre de licenciés est prévisible à ce jour, nous

enregistrons avec satisfaction la venue d'une nouvelle association, « Les Galoches de Tronçais », dont le siège se trouve à Couleuvre, un secteur du département où nous manquons de structures. Si vous habitez dans cette région, n'hésitez pas à vous y licencier !



Nombreuse assistance à l'AG 2014

## En bref



Afin d'apporter un avantage aux licenciés, les associations organisatrices de Randonnées Grand Public sont invitées à proposer un tarif d'inscription réduit sur présentation de la licence FFRandonnée de l'année. Pour les organisateurs, c'est aussi une espérance d'une fréquentation plus importante.

Depuis quelques années, le Comité Départemental accentue ses efforts sur la formation des baliseurs. Avec chaque année entre 15 et 20 nouveaux baliseurs, nous sommes arrivés à une équipe de 118 baliseurs pour l'année 2014.

Nous avons donc pu améliorer de façon significative le balisage de nos GR et GRP. Constatant la compétence de notre équipe, les collectivités nous confient de plus en plus le balisage de leurs itinéraires PR. Enfin, notre expertise est reconnue par le Conseil Général de l'Allier qui nous demande chaque année une évaluation d'une cinquantaine de PR. Ainsi, par ce travail régulier, nous pouvons estimer



que sur une grande partie du territoire bourbonnais, les itinéraires de randonnée pédestre sont correctement balisés, à la satisfaction des randonneurs.

Bien entendu, il faut poursuivre les efforts : le balisage nécessite un entretien régulier, de nouveaux itinéraires GR vont être homologués (plus de 200 km supplémentaires à baliser cette année), de nouvelles collectivités veulent faire baliser leurs PR. Il est donc indispensable et urgent d'augmenter le nombre de baliseurs constituant l'équipe départementale pour faire face à ces nouvelles tâches mais aussi pour remplacer certains baliseurs estimant « avoir été atteints par la limite d'âge ».

#### Le stage de baliseur :

Pré-requis : être âgé de 18 ans au moins.

Description des activités : le baliseur a la responsabilité d'un itinéraire ou d'un tronçon d'itinéraire. Il le balise, entretient ce balisage et les sentiers qui le composent (entretien léger). Il assure une veille pour maintenir la qua-

lité des itinéraires. Il peut aussi être chargé d'un suivi de balisage pour une collectivité locale (sous la responsabilité du Comité), d'une vérification d'un itinéraire à la demande du Conseil Général (toujours sous la responsabilité du Comité).

Contenu de la formation :

- ◆ Connaissance de la Fédération ;
- ◆ Lecture de carte ;
- ◆ L'environnement législatif ;
- ◆ Connaissance de la charte du balisage ;
- ◆ Techniques de balisage ;
- ◆ Responsabilité, sécurité.



**Vous êtes tous concernés par le maintien d'un bon balisage de nos itinéraires, alors n'hésitez plus, inscrivez-vous au stage de baliseur des 27 et 28 septembre 2014 (à Bellenaves). En plus, il est gratuit pour les licenciés de l'Allier ! Date limite d'inscription : 1<sup>er</sup> juin 2014. Le formulaire d'inscription est disponible sur le site du Comité ou en écrivant à JC Roilette - 12 chemin des Grétias - 03190 Vallon-en-Sully - [licences-balisage@ffrandonnee-allier.fr](mailto:licences-balisage@ffrandonnee-allier.fr)**

Toutes les associations devraient avoir la sagesse de faire encadrer leurs sorties par des animateurs formés à l'accompagnement de la randonnée et aux soins de premiers secours. Et les associations fédérées plus que les autres, car elles doivent donner l'exemple des bonnes pratiques. Pour les y encourager, notre Comité les aide financièrement (voir ci-dessous).

Les prochains stages dans l'Allier :

- ◆ **Module de base, orientation et sécurité** : 10 et 11 mai à Bellenaves ;
- ◆ **Animateur Rando Santé** : 21 et 22 juin au CREPS de Vichy ;
- ◆ **Animateur Marche Nordique** : 27, 28 et 29 juin au CREPS de Vichy ;
- ◆ **Animateur Randonnée 1er niveau (SA1)** : les 13 et 14 septembre à La Chabanne.

**Renseignements, inscriptions et autres dates de stages en Auvergne sur le site du Comité.**

**Le Comité verse des aides aux associations qui inscrivent leurs licenciés aux formations** : 30 € pour le Module de base, le SA1 et RandoSanté, 70 € pour l'Animateur Marche Nordique, 200 € pour le Brevet Fédéral Animateur (SA2). Financement d'un maximum de 5 stages par club et par an. Pour en bénéficier, l'association doit compléter le formulaire de demande et le retourner, accompagné des justificatifs (attestation de suivi, copie du diplôme, etc.) au trésorier du Comité.

L'été approche et lors de randonnées, il nous arrive parfois de rencontrer un serpent sur notre chemin. Pour un néophyte, l'identification d'un reptile n'est pas toujours aisée : orvet, couleuvre ou vipère ? Dangereux ou pas ? Sans rentrer dans les détails, il semble nécessaire d'apporter quelques précisions sur ces animaux.

L'orvet (*Anguis fragilis*) fait partie de la famille des Anguïdés et Scincidés et ressemble à un long lézard sans pattes, totalement inoffensif.



L'orvet, inoffensif

La famille des Colubridés (couleuvres) comprend 22 espèces sur notre continent.

Le genre *Vipera* compte 43 espèces dans le monde, dont 8 en Europe et 4 en France : la vipère d'Orsini (*Vipera Ursinii*) principalement en Provence et le massif du Mont Ventoux, la vipère des Pyrénées (*Vipera Seonaei*) au pays basque, la vipère péliade (*Vipera Berus*) plutôt dans la moitié nord du pays et la vipère aspic (*Vipera Aspis*) plutôt dans la moitié sud de la France. Dans l'Allier, les deux dernières espèces cohabitent.

Il ne faut pas se fier à la coloration ou aux dessins sur le corps du reptile pour le reconnaître : la couleuvre vipérine, notamment, parfaitement inoffensive ressemble par sa robe à la vipère péliade. Il faut un examen plus poussé (forme, disposition des écailles sur la tête) pour le distinguer. Par exemple la tête de la vipère aspic de forme triangulaire, est nettement distincte du cou.

Cependant quelques éléments com-



Vipère aspic

muns se rencontrent sur nos 4 espèces autochtones de vipères :

- ◆ une longueur maximum de 80 cm,
- ◆ une pupille de l'œil toujours verticale (toujours ronde chez les couleuvres)
- ◆ une extrémité caudale qui se termine brutalement (la queue des couleuvres est longue et effilée).



Vipère péliade

Autre particularité dans l'eau : si vous avez l'occasion de voir un serpent nager, faites-lui peur et observez : une couleuvre plonge et nage sous l'eau alors qu'une vipère restera toujours la tête hors de l'eau.

Contrairement à une idée reçue, certaines couleuvres européennes sont venimeuses, comme par exemple la couleuvre de Montpellier (*Malpolon monspessulanus*) dans le sud de la France : elles sont dites opisthoglyphes, c'est-à-dire qu'elles possèdent des crochets reliés à des glandes venimeuses mais situés au fond de leur bouche. Elles ne présentent pratique-

ment pas de danger pour l'homme en cas de morsure car il faudrait qu'elles réussissent à avaler un doigt suffisamment loin dans leur gueule pour inoculer le venin.

Le système venimeux des vipères (solénoglyphe) est plus évolué il comporte deux grandes dents venimeuses antérieures et canaliculées. Ces crochets, grands et pointus sont basculants et reliés aux glandes qui produisent le venin et ils fonctionnent lors de la morsure comme des aiguilles médicales d'injection. Quand la vipère ferme la bouche, les crochets venimeux se replient en arrière comme la lame d'un canif et sont protégés par des replis muqueux. Lors de l'ouverture de la bouche, ils peuvent être projetés en avant par tout un système osseux et musculaire afin de devenir fonctionnels.

La prévention : De simples règles de bon sens avant tout :

- ◆ faire attention où l'on met les pieds,
- ◆ bien repérer l'endroit où l'on veut s'asseoir (attention sous un tapis de feuilles),
- ◆ porter des chaussures qui couvrent bien la cheville, un pantalon ou des chaussettes hautes suffisamment épaisses. Pour l'escalade ponctuelle parfois en randonnée, les mains doivent être protégées par des gants de cuir.

Les reptiles sont totalement sourds mais sensibles aux vibrations du sol, pour les éloigner, « tapez du pied » en traversant des zones à risques. Ils s'enfuiront bien avant que vous ne les ayez remarqués.

**Prochain article les conséquences physiologiques d'une envenimation mais surtout la conduite à tenir, les premiers gestes à prodiguer et ceux à éviter.**

**Dimanche 29 Juin 2014**, participez nombreux à « **L'Échappée Verte** » à Château-sur-Allier (Embraud).

Cette manifestation est organisée par le Conseil Général avec la participation de plusieurs Comité Départementaux, dont le nôtre. Plusieurs itinéraires sont proposées : randonnée pédestre : 9 et 21 km sur une partie du GR300, VTT : 9, 21 et 40 km et équestre : 25 km.

Les départs auront lieu à partir de 8h30 pour pédestre et

VTT et 9h pour équestre. Des ravitaillements sont prévus sur les parcours. Le repas sera tiré du sac. Un repas froid est proposé au prix de 10 € sur réservation à la Ferme d'Embraud.

Nous en profiterons pour participer à l'inauguration sur le GR300 du premier élément signalétique monumental, créé par le lycée Jean Monnet d'Yzeure (à 12h au Veurdre).

La lecture attentive d'une carte permet de calculer les trois principaux paramètres essentiels à l'organisation d'une randonnée ou d'une étape : distance, dénivelée et durée. Maîtriser ces trois facteurs est essentiel pour la réussite de la randonnée. Cette maîtrise s'acquiert par la pratique de la carte mais aussi lors des stages de formation Module de base (MdB) et Stage animateur 1<sup>er</sup> niveau (SA1).

Mais l'informatique nous offre aussi des auxiliaires utiles comme les logiciels de cartographie. S'il ne peut être question ici de détailler leur utilisation, nous allons en faire une brève présentation.

- ♦ Carto Explorateur \* (éditeur Bayo) : 2 CD Rom par département – en vente magasins de sport – environ 35€ ;
- ♦ Géorando \* distribué par IGN : existe en 2 formules ;
- ♦ Géorando Maxi Liberté, à installer sur le disque dur de l'ordinateur (35€ le logiciel), il faut ensuite acheter des dalles IGN au 1:25 000 de la région qui intéresse (1€ la dalle couvrant 10 x 10 km<sup>2</sup>) – quelques cartes gratuites à l'achat ;
- ♦ Géorando Maxi Découverte couvrant une région. Ex : Auvergne pour 03-15-43-63 et 42 – 59 €. N'existe que pour certaines régions ;
- ♦ Land 7 (éditeur Compe GPS) – compatible Mac – 100 € ;
- ♦ Openrunner : logiciel uniquement sur Internet et qui ne s'installe pas sur le disque dur. Il faut s'inscrire mais c'est gratuit.

Après avoir affiché le lieu de départ (taper le nom de la commune), ces logiciels permettent de tracer une route sur une carte au 1:25 000. La trace du circuit se fait point par point (waypoints) en cliquant à chaque changement de direction et en suivant les voies que l'on veut emprunter. En cas d'erreur, il est possible de déplacer un point. Une fois le circuit tracé, il faut l'enregistrer et, selon le logiciel, le convertir en trace. La longueur de l'itinéraire s'affiche. Différents outils sont disponibles pour changer le sens, la couleur de la ligne et son épaisseur, etc... D'autres fonctions vont pouvoir donner le profil, afficher les waypoints, le

carroyage. Avec le relevé des distances, il sera possible alors de préparer un tableau de marche prenant en compte la



dénivelée et le rythme de marche.

L'itinéraire enregistré sera alors imprimé dans un document remis aux randonneurs (attention au respect des droits IGN). L'échange d'itinéraires numérisés est possible ainsi que le transfert vers un GPS de randonnée. Au cours de la randonnée, il sera alors possible de suivre le parcours préparé afin d'éviter de s'égarer.

La préparation de la randonnée se complète aussi par l'utilisation de Géoportail de l'IGN qui donne des vues par satellite avec différentes couches comme les noms des villages, le cadastre, etc...

Nous réfléchissons à la réalisation de « guides » d'utilisation des principaux logiciels pour les randonneurs intéressés. Faites-nous part de vos commentaires et remarques.

**Mais les meilleurs logiciels ne dispensent pas de savoir lire et utiliser une carte : les stages gardent toute leur utilité ! Nécessité aussi de reconnaître au préalable, chaque fois que possible, l'itinéraire. Les chemins disparus, vendus, impraticables ne sont pas encore « détectés » par le logiciel.**

## Les sentiers à l'heure du numérique

Luc Chaumont

La FFRandonnée a engagé un important programme national de numérisation des itinéraires de randonnée, le Programme Numérique Fédéral (PNF). Sentiers de Grande Randonnée (GR et GRP, près de 85 000 km) et de Promenade et Randonnée (PR, environ 110 000 km) sont concernés. Le but est d'obtenir des tracés numériques fiables et d'enregistrer toutes les informations techniques et pratiques sur ces chemins et leur environnement. *In fine*, cela permettra de gérer et d'éditer topoguides et randofiches plus efficacement et plus rapidement. Sur le terrain, des équipes de « collecteurs », équipées de GPS et de grilles de notation, parcourront les GR, GRP et PR et transféreront les données recueillies dans le Système d'Information Géographique (SIG) fédéral. Ces données, après contrôle et validation, alimenteront une énorme base de données dont il deviendra aisé d'extraire le contenu pour publication. Notre Comité a rejoint le PNF en 2013 et met en œuvre son plan local de numérisation. Nous vous présenterons de façon plus détaillée le travail de nos équipes dans un prochain numéro de Rand'Allier.



Deux collecteurs en activité

## En bref

**Rand'Allier est aussi votre publication : responsables d'associations, randonneurs, envoyez vos contributions.**

**Comité de rédaction :** Christophe Pauget, Michel Bianchi, Jean-Claude Roilette, Martine Blanchet, Luc Chaumont.

**Siège social :** Centre Éric Tabarly à Cusset

**Imprimerie :** Typocentre - Montluçon