

CHARTRE RANDONNEURS, GROUPE & JOELETTE



Une aventure humaine...

Contact :

Site web : www.trekors.com/ mail: [montagnetrekors@gmail.com/](mailto:montagnetrekors@gmail.com) Tel : 06 84 44 71 66



La Corse, montagne dans la mer, patrimoine naturel et culturel exceptionnel, à découvrir entre les tours génoises du littoral et les belles forêts de l'étage montagnard, profitez également des eaux chaudes des thermes et de la mer et des eaux fraîches, des lacs et des vasques de nos rivières!

RANDONNEES, TREKS & CHASSES AUX TRESORS ...

Découvrir, partager, échanger dans un site naturel, patrimonial exceptionnel...

Vivre notre passion et la faire ressentir: qu'est ce que la montagne pour nous aujourd'hui?

On l'espère encore un peu comme celle d'hier avec des sommets et crêtes sculpturaux, des personnes exceptionnelles qui l'ont sillonnées et qui ont à cœur de faire partager quelques brèves de vie, une vie faite d'effort et de cœur.

Partir en groupe de randonnée avec des personnes de tout horizon c'est s'engager dans une dynamique collective où chacun contribue à apporter son expérience et sa bienveillance.

C'est être attentif à celui qui est devant et/ou derrière soi.

En joëlette également

Il faut une équipe de 2 à 5 personnes pour se relayer sur le pilotage: une personne à l'avant qui choisit l'itinéraire et tracte l'engin à la montée, l'équilibre à la descente, une personne à l'arrière qui équilibre à la montée et sur le plat et freine et guide à la descente, une 3e personne avec une corde sur les hanches à l'avant en cas de montée plus pentue c'est la mule, et encore 2 personnes sur les côtés en cas de montée très raide ou marches.

Votre accompagnateur est là pour vous montrer comment piloter au mieux et organiser les rotations : n'hésitez pas à changer de rôle.

L'invention de la Joëlette revient à un accompagnateur en montagne, Joël Claudel, qui voulait pouvoir continuer à emmener en balade Stéphane, son neveu myopathe. Cet appareil de transport ne comporte qu'une seule roue et ceci lui permet de se faufiler dans les sentiers même les plus étroits. Le siège, à adapter en fonction du handicap, est placé au dessus de la roue, le poids est donc au dessus de celle ci. Des brancards à l'avant et à l'arrière permettent de faire rouler l'engin et de le porter si nécessaire. Mais il s'agit surtout de l'équilibrer, avec un peu de vitesse nombre d'obstacles passent sans porter, c'est seulement un jeu d'appuis au sol qui équilibrent le tout.

Une suspension, un système pour régler la hauteur des brancards en fonction de la pente et donc l'assiette pour le confort du passager, et un frein complètent l'équipement.

Des accompagnateurs en montagne confirmés ou en formation se joignent souvent aux équipes pour donner un coup de main ainsi que des bénévoles des associations de montagne locales: FFRP, CAP, Corsica Roc, FFME....

Chaque sortie est une véritable aventure humaine riche en rencontres et en partage.

Votre accompagnateur en montagne est là pour vous guider sur les chemins et il vous guidera dans l'apprentissage du pilotage afin d'économiser l'effort en utilisant vos appuis.

Il est là pour choisir un itinéraire adapté au mieux au groupe, au confort du passager joëlette et aux conditions météorologiques. C'est lui qui décidera de suivre un programme préétabliou non : pour la sécurité et le plaisir de tous.

L'idée est de rendre la montagne accessible à tous où chacun a sa part de responsabilité vis à vis de soi même : vous devez donc être équipés (contre le chaud, le froid, la pluie, la neige ou la grêle) et avoir de quoi boire ou manger, de vous soigner si vous avez des traitements ou des petits bobos), vis à vis des autres (nous partons en groupe et nous nous adaptons au rythme de celui-ci, chacun peut donner un coup de main pour passer une marche ou un ruisseau à n'importe quel membre du groupe ou apprendre à piloter une joëlette) et vis à vis de l'accompagnateur (merci de lui signaler tout problème d'ordre médical, physique ou autre).

En terme d'équipement, prévoyez chacun individuellement votre pique nique, des chaussures tige haute, un manteau

Contact :

Site web : www.trekors.com/ *mail:* [montagnetrekors@gmail.com/](mailto:montagnetrekors@gmail.com) *Tel :* 06 84 44 71 66



Voici une liste d'équipement à emporter sur votre dos (pour 1 jour) :

1 sac à dos 20 à 30l + sur sac de pluie pr le sac à dos, veste et pantalon imperméable type gore tex, bonnet, gants, vêtement chaud type polaire ou doudoune

petite pharmacie comprenant vos médicaments éventuels, orthèses, pansements, compeed, élastoplaste, mouchoirs, papier toilette et petit sac plastique pour vos déchets, couverture de survie, lampe frontale, crème solaire et stick à lèvres, 2 gourdes d'1l d'eau (pleines!)

1 pique nique et des barres de céréales/fruits secs/sucres + 1 boîte plastique type Tupperware, 1 couteau, 1 cuillère, 1 fourchette, 1 verre ou 1 tasse + 1 thermos d'eau chaude si besoin

1 petit sac plastique pour vos déchets, votre carte vitale + chèque ou espèces (attention il n'y a pas de distributeur dans les villages de montagne et pas de poubelle dans les montagnes)

Et sur vous votre équipement pour la randonnée est constitué de : chaussures tige haute recommandées, pantalon, Tshirt, lunettes de soleil et chapeau

Alors n'hésitez plus, rejoignez- nous !



**Plus d'infos, des questions...
adressez nous un email à :
montagnetrekors@gmail.com
ou appelez le : 06 84 44 71 66**



TREKORS Randonnées

Contact :

Site web : www.trekors.com/ mail: [montagnetrekors@gmail.com/](mailto:montagnetrekors@gmail.com) Tel : 06 84 44 71 66

