

GRAND PARCOURS RANDONNEE – A VERS SUR LOT (46)

Le «**GRAND PARCOURS RANDONNEE**» organisé par le Club Alpin de Figeac et le Comité Régional Occitanie des Clubs Alpains et de montagne, est l'occasion de **vous faire découvrir à la fois des activités de pleine nature**, adaptées à tous, mais également, **le territoire des Causses du Quercy**, chargé d'histoire, dans le Lot.

Cet évènement est l'occasion de **vous initier aux activités sportives proposées par les clubs de la Fédération Française des Clubs Alpains et de montagne (FFCAM)**.

Sur ces 2 jours, **diverses randonnées et activités, ouvertes à tous**, vous seront proposées, sur des **circuits de niveaux de difficultés différents, à la journée ou à la demi-journée**.

L'encadrement, la sécurité et l'animation seront assurés par des instructeurs et initiateurs de la Fédération des Clubs Alpains.

INSCRIPTION POUR LE PACKAGE DU WEEK-END

RÉSERVATION OBLIGATOIRE (nombre de place limité au centre d'hébergement)

Le tarif comprend : * L'accès aux différentes randonnées et activités

* Le repas du samedi soir

* La nuitée du samedi et le petit déjeuner

INSCRIPTION OBLIGATOIRE POUR LES PACKAGES AVANT LE JEUDI 14 SEPTEMBRE 2017

MATERIELS NECESSAIRES

Sac à dos, fond de sac (thermos, eau, barres céréales etc...)

Pique-niques du samedi midi et du dimanche midi (non fourni)

Chaussures de randonnée, vêtements chauds et de pluie

Vêtements de rechange

MATERIELS TECHNIQUES

Bâtons de marche nordique (prêt possible sur place)

VTT (personnel)

BULLETIN D'INSCRIPTION : une fiche par participant

Bulletin à retourner accompagné du règlement par chèque (*) au :
Comité Régional Occitanie des Clubs Alpains
3 rue de l'Orient 31000 TOULOUSE

(*) Chèque libellé à l'ordre du Comité Régional Occitanie des Clubs Alpains et de Montagne
Possibilité d'inscription et de règlement en ligne sur le site : <http://www.ffcam-mipy.fr/>

Nom :Prénom :

Si adhérent du Club Alpin, votre numéro de carte:

H / F Date de Naissance :/...../.....

Adresse :

Code Postal :Commune :

Adresse électronique :

Téléphone :

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom / Prénom :

Téléphone :

PRECISER SI VOUS FAITES PARTIE D'UN GROUPE ET LEQUEL

La manifestation est couverte par une assurance responsabilité civile spécifique aux activités de montagne.
Chaque participant vérifiera qu'il est couvert par une assurance de personne. Si ce n'est pas le cas nous vous engageons à en souscrire une. Pour les non adhérents elle est comprise dans le tarif.

TARIFS INSCRIPTION

	Activités le samedi (uniquement)	Activités le dimanche (uniquement)	Activités sur 2 jours (sans hébergement ni repas)	Activités sur 2 jours (avec hébergement dortoir et repas)	Repas uniquement (sans activité ni hébergement)
Adhérent CAF	5€ <input type="checkbox"/>	5€ <input type="checkbox"/>	8€ <input type="checkbox"/>	60€ <input type="checkbox"/>	15€ <input type="checkbox"/>
Non adhérent	10€ <input type="checkbox"/>	10€ <input type="checkbox"/>	13€ <input type="checkbox"/>	65€ <input type="checkbox"/>	15€ <input type="checkbox"/>
- de 15 ans adhérent caf	1€ <input type="checkbox"/>	1€ <input type="checkbox"/>	2€ <input type="checkbox"/>	54€ <input type="checkbox"/>	15€ <input type="checkbox"/>
- de 15 ans non adhérent	5€ <input type="checkbox"/>	5€ <input type="checkbox"/>	10€ <input type="checkbox"/>	62€ <input type="checkbox"/>	15€ <input type="checkbox"/>

Possibilité d'hébergement en camping-car ou tente sur place : 10€/ nuit, contactez l'organisateur.

MONTANT TOTAL :

Si adhérent Club Alpin :€

Si non adhérent Club Alpin :€

J'atteste sur l'honneur ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique des sports de montagne.

Fournir un certificat médical pour les 2 parcours de trails

SIGNATURE DU PARTICIPANT :

GRAND PARCOURS RANDONNEE

16 et 17 septembre 2017 – Vers sur Lot (46)

PROGRAMME DU WEEK-END

Samedi 16 septembre :

- 9h : Accueil et inscription des participants
- 9h30-12h : Circuits sur la matinée
- 13h30 : Inscription des participants pour l'après-midi
- 14h-17h : Circuits de l'après-midi
- 16h : Trails (5 et 10 km) (avec certificat médical)
- 20h : Apéritif et repas

Dimanche 17 septembre :

- 9h : Accueil et inscription des participants
- 9h30-12h : Circuits sur la matinée
- 13h30 : Inscription des participants pour l'après-midi
- 14h-17h : Circuits de l'après-midi
- 17h : Tirage de la tombola (de nombreux lots à gagner)

Lieu des inscriptions aux activités et des départs :

Domaine du Mas de Saboth à Vers dans le Lot (à 15 km de Cahors)

Clubs Alpins les plus proches de l'évènement :

- Caf de Figeac
- Caf du Périgord
- Caf de Rodez
- Caf de Millau
- Caf de Tarn et Garonne
- Caf d'Albi

Renseignements et Inscriptions :

<http://www.ffcamlmipy.fr/> - Tel : 09 63 07 95 37
Mail : audrey@ffcamlmipy.fr



Ne pas jeter sur la voie publique



GRAND PARCOURS RANDONNEE

16 & 17
sept.
2017



Autres activités :
MARCHE NORDIQUE, TRAIL



VELO DE MONTAGNE,
SLACKLINE



OUVERT à TOUS
PUBLICS

à VERS
(entre Cahors et
St Cirq-Lapopie)

L'aspir Club Alpin



ffcamlmipy.fr
09 63 07 95 37



Crédit Mutuel

Mas de Saboth
Le site d'énergie !!

