



FICHE D'INSCRIPTION
Année 2017

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

.....

E mail :

Tél fixe :

Tél portable :

Adhésion au club : 11 €

Licence FFR : 24,00 €

Règlement par chèque d'un montant de 35,00 € à l'ordre de Cazalrando à envoyer à l'adresse ci-dessous accompagné de la présente fiche.

- Certificat médical indispensable « aptitude à la marche » à fournir dès que possible.

(à conserver)

Le site www.cazalrando.com renferme de nombreuses informations pratiques ainsi que le programme trimestriel de nos différentes randonnées.

Mail : cazalrando@orange.fr

Adresse Cazalrando : Mairie 46250 - CAZALS

Quelques conseils pratiques

- Avant chaque départ, consulter la météo afin de vous équiper en conséquence (protection contre la pluie, le froid ou le soleil)
- Sac à dos avec boisson (minimum 0.5l) et vêtement chaud recommandé. Quelques barres de céréales ou fruits secs si nécessaire.
- Chaussures montantes, adaptées à la marche, à semelle crantée de préférence.
- Afin d'éviter les erreurs de parcours et d'assurer la sécurité du groupe, l'accompagnateur doit être informé de toute dispersion ou autres anomalies.

Nota: Les animaux de compagnie sont interdits, même tenus en laisse.

LA CHARTE DU RANDONNEUR

SOYONS DISCRETS

PRÉSERVONS NOS SITES

RESTONS SUR LES SENTIERS

RÉCUPERONS NOS DECHETS

RESPECTONS LES ESPACES PROTÉGÉS

PRIVILÉGIONS LE COVOITURAGE
ET LES TRANSPORTS EN COMMUN

INFO ESPACE NATUREL

NE FAISONS PAS DE FEU

REFERMONS LES CLÔTURES
ET LES BARRIÈRES

GARDONS LES CHIENS EN LAISSE

LAISSONS POUSSER LES FLEURS

NETTOYONS NOS SEMELLES

PARTAGEONS LES ESPACES