

Les randonnées sont réservées aux membres adhérents, à jour de leur cotisation. Les personnes venant pour la première fois ont la possibilité de participer à un essai gratuit mais dès la deuxième sortie, l'adhésion devient obligatoire et la cotisation annuelle doit être versée dans sa totalité.

Chaque adhérent ou participant à l'essai est tenu :

- **De fournir obligatoirement un certificat médical** d'aptitude à la pratique de la randonnée pédestre, daté de moins de trois mois. Les personnes qui viennent pour la 1^{ère} fois ne pourront participer à la randonnée **que si ce certificat est fourni**
- De remplir le bulletin d'inscription qui sera accompagné du règlement par chèque (de préférence)
- D'être correctement équipé pour la pratique de la randonnée en particulier d'être chaussé de chaussures à tige montante et semelle crantée. Les organisateurs se réservent le droit de refuser toute personne insuffisamment équipée

Renseignements :

RANDO BELLEGARDAISE : 295 Rue Paul Cézanne 30127 BELLEGARDE
Tél : 04 66 37 46 43 ou 06 62 68 45 75 (Françoise Desplaces – Présidente)
Tél : 06 87 18 12 28 (Georgette Rouvray – Secrétaire)

Cotisation annuelle :

- Adultes : 42 €

Cette cotisation comprend l'adhésion à la RANDO BELLEGARDAISE, l'assurance individuelle et la licence à la FFRP

Les responsables se réservent le droit d'annuler ou de modifier une randonnée en raison de conditions météorologiques défavorables ou de l'état du terrain.

Par raison de sécurité, nos amies les bêtes ne sont pas acceptées.

RANDO BELLEGARDAISE



Association Loi de 1901 adhérente à:
FF Randonnée

RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE SEPTEMBRE A DECEMBRE 2016 :

Date	Heure départ	Lieu et département	Distance A/R	Kms rando	Durée	Dénivelé	Responsables	Commentaires
02/09	19 H	ASSEMBLEE GENERALE SALLE DES CIGALES						
04/09	10 H	PARTICIPATION RANDO BELLEGARDAISE AU FORUM DES ASSOCIATIONS DE BELLEGARDE						
11/09	8 H 30	ARAMON (30)	50	14	4 H	150	Daniel Philibert (04 66 01 68 51) Josée / Jeannette	RANDO découverte – Infos ultérieures sur difficultés
18/09	7 H	LES CORNICHES DE L'HORTUS (34)	146	17	6 H	620	Daniel G. (06 52 63 11 15) Bernard JDT / Annie	Infos ultérieures sur difficultés
24/09 Samedi	6 H	REVENS (30)	330	20	7 H	800	Pascal (06 17 77 09 57 ou 04 66 01 07 61)	RANDO + non reconnue
25/09	8 H	BELVEZET (Aigaliers-Foussargues) (30)	104	16	5 H	250	F. Laffitte (06 11 34 10 72) Marc / Françoise D.	Infos ultérieures sur difficultés
09/10	7 H 30	MONT BOUQUET (30)	130	18	6 H 30	500	Yvan (07 81 49 68 83) Patrice / Françoise L.	Infos ultérieures sur difficultés
16/10	7 H 30	SOUVIGNARGUES (30) JOURNEE DEPARTEMENTALE FFR	84	20	?	?	Pascal (06 17 77 09 57 ou 04 66 01 07 61)	En attente du programme de la FFR, les informations données seront susceptibles de modification
	8 H			12	?	?	Françoise D. (06 62 68 45 75)	
23/10	7 H	MONT VENTOUX Sud et Nord (84)	190	15	6 H	910	Bernard JDT (06 86 43 38 32) Daniel G. / Annie	Rando + reconnue .Infos ultérieures sur difficultés
	8 H 30	BOULBON – Croix et Chapelle St Julien – Le Moulin (13)	50	12	4 H	300	Francoise D (06 62 68 45 75) Georgette / Sylvie / Jeannette	Infos ultérieures sur difficultés
06/11 2 Randos	7 H 30	BEAUMES DE VENISE – Les Dentelles de Montmirail (84)	136	20	6 H 30	800	Georgette (06 87 18 12 28) Françoise L. / Josée / Patrice	Rando déjà reconnue. 2 niveaux de difficultés et de marche proposés
				14		600		
13/11 2 Randos	7 H	SERRE DE BARRE – NAVES (07)	216	20	6 H	900	Pascal (06 17 77 09 57 ou 04 66 01 07 61)	RANDO + non reconnue
	8 H 30	MOULEZAN – Massif de Lens (30)	100	14	4 H	200	Daniel Philibert (04 66 01 68 51) Sylvie/ Jeannette/ Josée	RANDOdécouverte – Infos ultérieures sur difficultés
20/11	10 H	22 ^{ème} Foulée des Clairettes à Bellegarde – Marche nordique 7 Kms 760						Inscriptions auprès de F. Desplaces
27/11	8 H	LA DENT DU SERRET (30)	140	17	6 H	420	Yvan (07 81 49 68 83) Patrice / Jeannette	Infos ultérieures sur difficulté
04/12	8 H 30	EYRAGUES – Château de Lagoy (13)	68	15	4 H	165	Georgette (06 87 18 12 28) Marc / F. Laffitte	Infos ultérieures sur difficultés

11/12	8 H	LE LONG DE LA COTE BLEUE Port des Tamaris – La Couronne (13)	130	20	6 H	200	Georges (06 62 68 45 75) Daniel G / Patrick Lafoy	Infos ultérieures sur difficultés
16/12	19 H	APERITIF DE FIN D'ANNEE						
18/12 2 Randos	7 H 30	CAMP DE CESAR (30)	108	22	7 H	800	Pascal (06 17 77 09 57 ou 04 66 01 07 61)	RANDO + non reconnue
	8 H 30	ROCHEFORT – Le cadran solaire (30)	76	14,5	4 H 30	350	Georgette (026 87 18 12 28) Daniel P. /Jeannette /Françoise L	Infos ultérieures sur difficultés

Les infos sur les randos sont estimatives. Pour plus de précisions, n’hésitez pas à contacter l’animateur.

Rendez-vous sur le parking de Carrefour Market 10 mn avant l’heure de départ.

Participation aux frais de covoiturage : 0,10 € x nombre total de kilomètres. Ce total est divisé par le nombre d’occupants dans le véhicule (hors chauffeur selon le choix de celui-ci)

MARCHE NORDIQUE : tous les mardis à 18 H ; tous les mercredis à 8 H 30 et samedis à 8 H 30 (horaires été) – Tout changement d’horaire vous sera communiqué par les organisateurs. Lieu de rendez-vous : Parking du Lac des Moulins.

Pour la formation à la marche nordique : contact Patrick LAFOY (06 77 22 39 14)

Autres contacts RANDO BELLEGARDAISE : Présidente Françoise DESPLACES (06 62 68 45 75) – Secrétaire Georgette ROUVRAY (06 87 18 12 28)