



FICHE INDIVIDUELLE D'INSCRIPTION
ACTIVITÉS SPORTIVES
SAISON 2020-2021

IDENTIFICATION

Reçu le :

NOM :

PRENOM.....

ADRESSE.....

.....Code Postal.....VILLE:.....

Date de Naissance:.....

Adresse MAIL:.....

Tél fixe :

Tél portable:

Bénévole OGR : OUI - NON si oui, activités :

Personne à prévenir en cas d'accident : Tél :

Il n'est PAS possible de venir à une randonnée sans y être inscrit. La carte d'activité vous sera demandée à tout moment.

Un seul choix possible parmi les 3 niveaux de randonnées et les jours proposés

Possibilité de vous inscrire à la marche nordique et à une rando.

Le nombre de participants est **limité** pour chaque groupe dans le respect de la sécurité et de la convivialité.

Petite rando : 2 x 40 – Moyenne rando : 2 x 60 – Grande rando : 60 – Marche nordique : 50

Activités	Distance	Dénivelé max	Vitesse	Jour
<input type="checkbox"/> Petite randonnée	6 km max	150 m	3 km/h	Jeudi
<input type="checkbox"/> Chantal ou	<input type="checkbox"/> Bernard (un seul choix possible)		<input type="checkbox"/> Choix indifférent	
<input type="checkbox"/> Moyenne randonnée	10 km max	350 m	3 km/h	Lundi ou mardi
<input type="checkbox"/> Lundi ou	<input type="checkbox"/> Mardi (un seul choix possible)		<input type="checkbox"/> Choix indifférent	
<input type="checkbox"/> Grande randonnée	14 km max	500 m	3 à 4 km/h	Mardi
<input type="checkbox"/> Marche Nordique	de 7,5 à 15 km max	de 0 à 500 m	5 à 6 km/h	Lundi et mercredi
<input type="checkbox"/> Gym détente				Jeudi
<input type="checkbox"/> Qi Gong	Gymnastique traditionnelle chinoise			Vendredi

Tarifs : se reporter à la fiche modalités d'inscription

Signature obligatoire