

Bulletin d'inscription « LA VAL D'AIGUES »

Dimanche 13 octobre 2019

LE RÈGLEMENT : j'ai la Vélo ATTITUDE !

- Randonnée ouverte à toute personne en bonne santé, licenciée ou non
- Ouvert à partir de 7h30, repas servi à l'arrivée jusqu'à 14h30
- **Port du casque obligatoire**
- Autorisation parentale signée obligatoire pour les mineurs
- Respecter les propriétés privées en utilisant les itinéraires balisés
- Choisir un parcours adapté à ses capacités
- Rester courtois(e) et discret(e) avec les autres usagers
- Respecter le code de la route
- Maîtriser sa vitesse, adapter son comportement au terrain
- Respecter la nature et l'environnement
- Inscription par écrit, sur le site du club (<http://cct.nexgate.ch/>) et internet de préférence : www.velo101.com

LES CIRCUITS :

V.T.T.	ROUTE (Nouveauté 2019)
- 18 km : boucles accessibles à tous, 250 de dénivelé	- 50 km : parcours accessible à tous, 590m dénivelé
- 25 km : boucles accessibles à tous, 400m de dénivelé	- 80 km : parcours sportif entraîné 1160m dénivelé
- 35 km : parcours sportifs, accessibles aux pratiquants réguliers, 750 m dénivelé	- 100 km : parcours pour sportif confirmé 1300m dénivelé
- 45 km : parcours physique pour personnes entraînées, 1200 m de dénivelé	Route, Limité à 100 personnes par circuits.

Ravitaillements : un à plusieurs ravitaillements selon le parcours choisi ; copieux et énergétique : sandwiches, fruits secs et frais, chocolat, fromage, eau, boissons.

Repas : plat-fromage-dessert-boisson compris ; supplément de 2€ si inscription sur place.

BULLETIN D'INSCRIPTION

- Licencié FFCT : 7€
- moins de 18 ans : gratuit
- Non licencié : 10€
- Non licencié : j'atteste avoir l'aptitude physique pour effectuer la randonnée

+2€ le jour de l'inscription si repas

Nom : Prénom : Age :

Club N° : Licence FFCT :

Code Postal : Ville :

Téléphone : Mail :

Parcours choisi V.T.T.: VERT 18km – BLEU 25 km – ROUGE 35 km - NOIR 45 km -

Parcours choisi ROUTE: BLEU 50 km – ROUGE 80 km - NOIR 100 km -

Autorisation parentale :

Je soussigné(e), (Nom & prénom)autorise mon fils ou ma fille

(Nom & prénom)à participer à la randonnée VTT.

Signature :

Inscription à retourner avec le bulletin ou sur papier libre, avec votre règlement à l'ordre du Cyclo Club Tourain , à : Cyclo Club Tourain , GARCIA Jean-Philippe, chemin 20 août 1944, 84240 La Tour d'Aigues ; inscription par internet sur : www.velo101.com ; inscription sur place possible (+ 2€ si repas) ; site du club (<http://cct.nexgate.ch/>)