

# 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](http://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	<b>Route, Limité à 100 personnes par circuits.</b>

**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](http://www.velo101.com) ; inscription sur place possible ( + 2€ si repas ) ; site du club ( <http://cct.nexgate.ch/> )