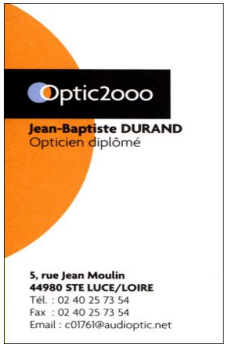

LES PIEDS RIEURS
SAINTE LUCE SUR LOIRE - 44

22e Lucigambette

Dimanche 14 mai 2023

Randonnez sur les chemins de Carquefou

pour les petites gambettes ...
une marche ludique de 5 km

26, 16, 10 km en marche allure libre
12 km en marche nordique

Galette - saucisse à l'arrivée
(servie à partir de 11h)

Accueil au complexe sportif du Souchais à CARQUEFOU
coord. GPS : 47.304244 / -1.501495

Renseignements et inscriptions sur www.pieds-rieurs.fr

CARQUEFOU
VILLE VIVANTE, ESPRIT VRAI

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Loire-Atlantique

DECATHLON
Nantes Paridis

Ne pas jeter sur la voie publique

22e Lucigambette - Règlement de la randonnée

L'acceptation de la carte d'inscription engage le marcheur à:

- Marcher et non courir ;
- Observer strictement les règles du code de la route éditées par les articles R412-34 et suivants ;
- Respecter les instructions données par les organisateurs ;
- Respecter la nature sur son passage et ne pas jeter de détritus (*des poubelles sont prévues à cet effet*) ;
- Être dans un état de santé qui lui permette d'effectuer la distance pour laquelle il s'est inscrit - l'acceptation de la carte d'inscription vaut déclaration de bonne santé - les organisateurs (Les Pieds Rieurs) ne sauraient être tenus responsables en cas d'accident ;
- Être porteur d'une autorisation parentale s'il a moins de 18 ans et être accompagné par un adulte s'il a moins de 15 ans ;
- Présenter sa carte d'inscription aux points de contrôle et de ravitaillement.

Les circuits seront balisés. Des serre-files fermeront les marches.
Des secouristes, brevetés PSC1, assureront les premiers secours sur la manifestation.

À PARTIR DE 13H30 - SÉCURITÉ ET RAVITAILLEMENT SUR LES CIRCUITS - NE SERONT PLUS ASSURÉS

LES ANIMAUX, DONT LES CHIENS, NE SONT PAS ADMIS SAUF CHIEN-GUIDE POUR PERSONNE AVEUGLE OU MAL-VOYANTE

Heures de départs depuis le complexe sportif du Souchais	Tarifs
Départ **libre de 8h00 à 8h15** *pour la marche de* **26 km**	**7 euros**
Départ **libre de 8h30 à 9h30** *pour la marche de* **16 km**	**6 euros**
Départ **groupé à 9h30** *pour la marche nordique de* **12 km**	**6 euros**
Départ **libre de 9h45 à 10h30** *pour la marche de* **10 km**	**6 euros**
Départ **groupé à 10h00** *pour la marche ludique de* **5 km** *(poussette déconseillée)*	**3 euros**

Autorisation parentale pour les mineurs

Je soussigné : .....Téléphone : .....

Adresse : .....
déclare avoir pris connaissance du règlement et des consignes de sécurité de la randonnée pédestre « **22e Lucigambette** » organisée par l'association « **Les Pieds Rieurs** » de Sainte Luce sur Loire, dimanche 14 mai 2023, et posséder une assurance responsabilité civile chef de famille.

J'autorise mon enfant (*prénom, nom*) : .....Né(e) le: .....

J'atteste que mon enfant est apte physiquement à participer à cette randonnée et autorise à ce que lui soient prodigués les premiers soins en cas d'accident.

Fait à : .....le 2023

Signature

Comment régler votre participation à la marche de votre choix

Chers participants, pour vous inscrire et régler votre participation, nous vous proposons **3 solutions** :

1 — Un paiement **en ligne par « helloasso »** via notre site internet **www.pieds-rieurs.fr**
Opération à faire **avant le jeudi 11 mai 2023 minuit.**

2— Un paiement **par chèque** accompagné du **bulletin d'inscription** à adresser **avant le 8 mai 2023**
chez **Moïse CARCAUD 18 rue Paul GAUGUIN - 44980 Sainte Luce sur Loire**
Chèque à l'ordre des « Pieds Rieurs » 44980 Ste Luce sur Loire

3 — Un paiement **sur place** avant le départ avec un **tarif majoré de 1 €**

Pas de remboursement de l'inscription ni demande d'inscription par téléphone ou courriel

Les cartes de route ne seront pas envoyées, elles seront disponibles sur place avant le départ.

Pour les groupes veuillez indiquer les noms des participants ainsi que les coordonnées (tel, mail) du responsable.

Toute participation donne droit au **café d'accueil**, au **ravitaillement** sur le circuit,
à la **galette-saucisse** à l'arrivée et à un **cadeau** offert par notre partenaire **Décathlon Paridis**.

Préservons l'environnement ... *Les gobelets jetables sont exclus des points de ravitaillement .*
Apportez votre gobelet personnel ou achetez le sur place au prix de 0,50€.

Nom	Prénom	Association ou adresse + téléphone	Distance choisie

LA LUCIGAMBETTE
LES PIEDS RIEURS - SAINTE LUCE SUR LOIRE (44)