



19^e Rassemblement Vélo de Montagne » FIGEAC LOT DU 25 au 29 AOUT 2010

**CLUB ALPIN FRANÇAIS
DE FIGEAC**

Participants au rassemblement (responsable du groupe ou de la famille à inscrire sur la 1^{ère} ligne)

Nom	Prénom	N° licence CAF ou autre fédération
		____ / ____ / ____ - ____ / ____
		____ / ____ / ____ - ____ / ____
		____ / ____ / ____ - ____ / ____
		____ / ____ / ____ - ____ / ____

Coordonnées du responsable du groupe ou de la famille (1^{ère} ligne du tableau) :

Adresse :	
Numéro(s) de téléphone :	
Adresse courriel	
Club Alpin de: ou autre fédération :	

	$\frac{1}{2}$ pension seule	Repas du soir seul	Camping (80 places maxi au total)	Camping + repas du soir	Camping en $\frac{1}{2}$ pension	Formule gîte en $\frac{1}{2}$ pension 91 places maxi	Total
	21 euros/ jour /personne	16 euros/ jour /personne	7 euros / jour /personne > 12 ans	23 euros / jour /personne	28 euros / jour /personne	35 euros / jour personne	
Mercredi 25 août	X21	X16	X7	x 23	x 28	x 35	
Jeudi 26 août	X21	X16	X7	x 23	x 28	x 35	
Vendredi 27 août	X21	X16	X7	x 23	x 28	x 35	
Samedi 28 août	X21	X16	X7	x 23	x 28	x 35	
Montant du chèque à l'ordre du CAF FIGEAC							

Pour les non licenciés la souscription de licence temporaire FFCAM est **obligatoire** au tarif de 6 euros pour 2 jours

Pour les campeurs ou autres autonomes possibilité de prendre les repas au centre

Pour les familles en autonomie complète un forfait de participation de 20 euros est demandé

Les participants mineurs bénéficient d'un tarif préférentiel à 30 € pour la formule complète

Fiche d'inscription accompagnée obligatoirement d'un **chèque** et d'une **photocopie des licences** 2009/2010 à renvoyer à
Evelyne et André MASSON
La Croix de Louis Maury
46100 Lissac et Mouret
Tél. 05.65.34.00.28 ou 06 84 52 19 76

Contact :
rassemblement-vdm-2010@club-alpin-francais-figeac.fr

Clôture des inscriptions : 7 août 2010

Informations complémentaires

1/ Les inscriptions

ne seront prises en compte qu'accompagnées

- du règlement par chèque du séjour.
- de la photocopie de la licence ou à défaut du règlement de l'assurance temporaire

2/ Le VTT

- une vraie tenue avec cuissard ou short spécifique est fortement conseillée, voire plusieurs,
- un vrai VTT **en bon état de fonctionnement**,
- un petit sac à dos qui permettra d'emporter :
 - o de l'eau en quantité, sac à eau ou bidons (un bidon ne suffit pas sur le causse en août),
 - o de quoi s'alimenter,
 - o un coupe vent,
 - o du matériel minimum de réparation dont 2 chambres à air (le causse peut être épineux et les cailloux tranchants); 1 patte de dérailleur de rechange, des bandes anti-crevaillon qui ne sont pas un luxe si vous n'avez pas de tubless,
 - o une petite pharmacie perso,
- un GPS si vous en avez un sinon au moins une boussole,
- **UN CASQUE C'EST OBLIGATOIRE**,
- Des gants, c'est fortement conseillé,
- Des lunettes, c'est un élément de sécurité,
- Un appareil photos,
- Votre bonne humeur.

3/ Les repas

Le petit-déjeuner est servi sous forme de buffet pour sportifs avec :

- Les boissons traditionnelles, lait, thé, café,
- Jus de fruits,
- Céréales,
- Pain, beurre, confitures,
- Fruits.

Le pique-nique du midi est à la charge des participants

Le repas du soir :

- buffet de hors d'œuvre,
- plat principal servi à table ; le plat est conçu pour alimenter des sportifs,
- plateau de fromages,
- buffet de desserts,
- vin et/ou jus de fruits,
- café, tisane,

4 Les circuits

Pour tous les goûts, mais ce sera du vrai VTT et nous vous ferons découvrir le Lot, ses charmes et ses mystères. En temps utile, vous aurez à votre disposition toutes les fiches des circuits au programme

Rendez-vous le jeudi à 8h00 pour les premiers départs