



## LES RANDONNEURS de L'ORGE

Si vous souhaitez vous inscrire à notre association pour la saison **2023-2024** veuillez nous communiquer les renseignements ci-dessous :

Nous vous informons que nous marchons tous les dimanches (18 kms environ), ainsi qu'une journée de la semaine, le mardi en général.

Le 1<sup>er</sup> dimanche et la 3<sup>ème</sup> semaine de chaque mois, la randonnée fera 15 kms maximum.

Le calendrier des sorties est consultable sur notre site.

Vos contacts :

Présidente :	Danielle MAHON	06 86 90 95 48
Vice-Présidente :	Liliane LAMOTTE	06 23 11 37 36
Trésorière :	Marie-Christine MAITRE	06 71 77 32 47
Secrétaire :	Chantal HARRÉ	06 77 16 55 12

Messagerie du bureau : lesrandorge91@gmail.com

Nous sommes affiliés à la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Nous vous demandons de fournir un **certificat médical** (datant de **moins de 3 mois au jour de la prise de la licence**), **obligatoire, dès l'inscription**, certifiant que vous êtes apte à pratiquer la randonnée pédestre.

La **cotisation** s'élève à **35 €** pour l'année (saison 2023-2024)

M<sup>me</sup> Marie-Christine MAITRE  
33, rue Pierre Curie  
91240 ST MICHEL/ORGE

Possibilité de bénéficier d'un abonnement à Passion Rando : 4 numéros/an (+**10€**).

✂ .....

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : ..... / ..... / .....

Adresse : .....

Tél (fixe) : ..... Tél(port) : .....

Email : .....

Si abonnement au magazine Passion Rando, cocher la case :

**Dans ce cas Joindre 1 seul chèque de 45€ (35 € + 10 €)**

Fonctionnement de notre association :

Nos randonnées sont toujours organisées pour une journée complète.

Vous devez donc vous munir :

- De très bonnes chaussures de randonnée
- D'un sac à dos comprenant au moins :
  - 1- Un pique-nique.
  - 2- Au minimum 1L d'eau.
  - 3- 1 vêtement chaud et une cape pour la pluie.
  - 4- Éventuellement, un thermos de café ou eau chaude pour la pause de la matinée.
  - 5- Une petite trousse pharmacie "premiers secours"
  - 6- Papiers d'identité (et carte vitale etc.)
- D'une paire de chaussures de rechange pour le retour en voiture.

Les circuits sont préparés par les adhérents, sur la base du volontariat.

Chaque organisateur prévoit librement l'horaire de départ, le lieu et le nombre de kms.

Chaque semaine, les adhérents sont informés, environ 3 jours avant la randonnée, du lieu, etc. ...par affichage au niveau de la boulangerie de la gare de St Michel sur Orge

Les informations sont également disponibles sur le site du club, les modalités d'inscription vous seront communiquées dès votre adhésion.

**Lien du Site : <https://www.lesrandorge.fr>**

Sauf précision contraire, les rendez-vous sont fixés :

- Le dimanche : Parking Géant-Casino (Coté Station Essence).
- En semaine : Parking de la piscine.
- Parfois, à la gare RER (en cas de transport ferroviaire).

Vous serez les bienvenus pour un essai de 2 sorties avant inscription, sans certificat médical mais en remplissant un formulaire dégageant la responsabilité du club : "passeport pour 2 sorties d'essai "

**Attestation pour les pratiquants majeurs**

*Je soussigné M/Mme .....*

*Atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir*

- Répondu NON à toutes les questions, je fournis cette attestation à mon club lors de mon renouvellement de licence.
- Répondu OUI à une ou plusieurs question(s), je fournis un certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive lors de mon renouvellement de licence.

*Date et signature*

Le : ..... / ..... / .....