



Stage de loisir sportif régional

RANDONNÉE autour du Canigou

PROGRAMME

• JOUR 1 - samedi 6 juillet

Rendez-vous au parking du refuge de Mariailles
GR 10 jusqu'au refuge des Cortalets
[portage du sac pour 2 jours et 1 nuit]

• JOUR 2 - dimanche 7 juillet

Au lever du jour, ascension du Canigou (facultatif)
GR 10 jusqu'au refuge de la Batère
[portage du sac de la dernière journée]

• JOUR 3 - lundi 8 juillet

Sentier de la «Ronde du Canigou»
jusqu'au refuge de St Guilhem
[portage du sac pour la journée]

• JOUR 4 - mardi 9 juillet

Retour au sentier de Mariailles
par le GRT 83
[portage du sac pour la journée]

Une voiture nous retrouvera le soir
pour le portage des bagages,
sauf pour le refuge des Cortalets
(pas d'accès direct en voiture)

DU SAMEDI 6 AU MARDI 9 JUILLET 2019

Un séjour en itinérance,
de refuge en refuge,
autour du sommet
emblématique de
la Catalogne

CARACTERISTIQUES DU STAGE DE LOISIRS

6H À 8H DE MARCHÉ, 500 À 1100 M DE DÉNIVELÉ,
10 À 17 KM PAR JOUR

- **Condition physique** : randonneur expérimenté
- **Équipement exigé** : chaussures montantes «rodées», sac à dos 30 litres, équipement de randonnée en montagne, trousse de toilettes «légères», sac à viande, change...
- **Hébergement** :
J1 refuge des Cortalets (dortoir)
J2 refuge de Batère (chambre de 4)
J3 refuge de Saint-Guilhem (dortoir)
- **Encadrement** : accompagnateurs de randonnées bénévoles FFEPCV et FFRP niveau 2

PARTICIPANTS
9 PERS MINIMUM
14 MAXIMUM

RENSEIGNEMENTS

RESPONSABLES DU STAGE :

DANY CHÉREAU • 06 18 94 95 45 • danychereau@yahoo.fr
CATHY ISLA • 06 88 70 39 76 • cathy.isla@gmail.com
ALICE MARIN • 06 64 27 29 48 • alice@famille-marin.fr

©Steve et Jef Copley

Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Occitanie

7 rue André Citroën • 31130 Balma • 05 34 25 77 90 • siegecoreg@epgvoccitanie.fr

Antenne à la Maison Régionale des Sports de Montpellier CS 37093 • 1039 rue Georges Méliès • 34967 Montpellier Cedex 2

www.sport-sante.fr/epgv-comite-regional-occitanie/accueil.html

CONDITIONS INSCRIPTIONS

- copie licence EPGV 2018/2019
- Certificat médical récent de non contre-indication à la pratique de la randonnée et au port du sac à dos
- Bulletin d'inscription à retourner avant le **28 février 2018** avec **un chèque de 150,00 €** à l'ordre du COREG EPGV Occitanie

Echéance en avril 2019 :

- Envoi :
- * du programme détaillé complet,
- * la liste des participants
- * contrat de stage de loisirs FFEPGV à compléter
- Paiement :
- * solde de 105€ à l'ordre du COREG EPGV Occitanie
- * Assurance annulation FFEPGV / Maif (pour ceux qui auront opté pour cell-ci) : 9.84€ chèque à l'ordre de Maif

COÛT (HORS VOYAGE) : 255,00€/PERSONNE

PRESTATIONS COMPRISES :

- Organisation et encadrement
- 1/2 pension du samedi soir au mardi matin
- portage des bagages en véhicule à Batère (J2) à St Guilhem (J3) et Mariailles (J4)

NON COMPRIS :

- Voyage A/R de votre domicile au lieu de rendez-vous
- pique-niques : chaque participant pourra commander aux refuges 1 panier repas (environ 10€) ou 1 sandwich (environ 7€)
- assurance annulation (3,86% du prix du séjour)
- boissons et dépenses personnelles

EN OPTION :

- 1/2 pension pour le vendredi soir au refuge de Mariailles (dortoir) 43€

INSCRIPTION • BULLETIN INDIVIDUEL

RANDONNÉE AUTOUR DU CANIGOU - 6 AU 9 JUILLET 2019

À renvoyer à : Cathy ISLA • 7 impasse du Pleu de l'Abéreu • 65710 Campan • avant le 28 février 2019

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Code postal : Ville :

N° téléphone fixe : N° téléphone portable :

E-mail :

Numéro de licence EPGV:..... Département.....

- m'inscris au stage de loisirs sportifs « randonnées autour du Canigou »
- souhaite prendre l'assurance annulation (3,86% du prix du séjour) OUI NON
- joins un chèque de 150,00 € à l'ordre de Coreg EPGV Occitanie

A, le

L'inscription à un stage de loisir sportif est un engagement à respecter l'organisation et à participer aux activités. En cas de non-respect de ces règles, la responsabilité des organisateurs ne saurait être engagée.

SIGNATURE (obligatoire)

