

Association Lo Bartas Année 2023-2024

L'association Lo Bartas propose :

- une *randonnée tous les dimanches* à la journée toute l'année . Elles sont classées selon les difficultés (longueur, dénivelée, passages techniques,...) de Force 2 à Force 5. L'animateur classe la randonnée en fonction de la longueur et du dénivelé (En général: Force 2=de 15 à 20km, Force 3= de 20 à 25km, Force 4= de 25 à 30km, Force 5= plus de 30km)
- *une randonnée tous les mardis* après-midi. Le programme indique la longueur et le dénivelé de la randonnée.
- *une randonnée tous les jeudis* à la journée. Le programme indique la longueur et le dénivelé de la randonnée.
- des *séjours de 2 à 15 jours* en étoile ou en itinérant en montagne ou ailleurs
- de la *marche nordique tous les samedis matin*
- ***Une nouvelle activité est proposée cette année : la marche aquatique***
- d'autres activités comme le *WE club*, les "*pintades du Bartas*", la *galette des rois*,...

Tous les programmes sont sur notre site internet page « Activités »

Covoiturage: Pour toutes ces activités un covoiturage est organisé pour rejoindre le lieu de départ. Le montant du covoiturage est indiqué par l'animateur en application du tarif fixé par le Conseil d'administration. Il convient de prévoir une paire de chaussures de rechange pour éviter de salir la voiture du covoitureur!

Le départ se fait en général du parking de La Grave à l'heure indiquée sur le programme. Les participants doivent avoir un équipement adapté à l'activité et respecter les consignes des animateurs.

Pour la prochaine année sportive 2023-2024 qui commence au 1er septembre, le tarif de l'adhésion est fixé à 45€ comprenant la licence FFRandonnée, l'assurance individuelle accident et l'adhésion au club.

Avant d'adhérer, ***l'association vous recommande fortement de venir faire un essai de randonnée*** pour tester votre niveau et apprécier l'ambiance du club. Il suffit de se présenter au départ de la randonnée à l'heure indiquée sur le programme. Il est conseillé de commencer par une randonnée facile.

Un bulletin d'adhésion est disponible en téléchargement sur la page d'accueil de notre site internet.

Pour adhérer il faut donc remplir ce **bulletin d'adhésion** et nous l'envoyer accompagné **d'un chèque** correspondant au montant de l'adhésion et d'un **certificat médical (obligatoire)** de non contre-indication de la pratique de la randonnée pédestre. Adresse postale : Lo Bartas, 4 Rue Guilhem Estève, 12100 millau.

NOUVEAU : A partir de cette année la licence de la FFRandonnée est dématérialisée. Elle sera envoyée par mail (Vous devez donc indiquer une adresse mail sur le bulletin d'adhésion)

Pour de plus amples renseignements vous pouvez nous écrire à l'aide de la page contact du site ou bien venir nous rencontrer à notre permanence (au 4, rue Guilhem Estève à Millau) dès le début du mois de septembre (et jusqu'au 31 décembre) tous les vendredis entre 18h00 et 19h00.