

Lors de vos sorties et pour le plaisir de tous, respectez les consignes suivantes:

MATERIEL

- Chaussures de randonnées obligatoires.
- Eau en quantité suffisante.
- Casquette ou chapeau, lunettes de soleil, vêtement de pluie; etc...
- Eventuellement barres énergétiques, fruits secs, etc...

COMPORTEMENT

- Se conformer aux indications des animateurs.
- Les heures de retour des promenades et des randonnées ne peuvent pas être fixées à l'avance (imprévu, allure du groupe...). Tout participant est tenu de prendre ses dispositions en conséquence, l'animateur ne modifiera pas son parcours pour un adhérent qui aurait une contrainte horaire.
- Rester dans l'itinéraire prescrit.
- En cas d'arrêt personnel, prévenir l'animateur et laisser son sac sur le bord du chemin.
- Respecter la nature: faune et flore.

METEO

- En cas d'alerte météo, les sorties sont annulées.

LIEU DE DEPART

- Siège de VISA 30 rue des Acacias ALES

PRESENTATION DE LA LICENCE FFRS OBLIGATOIRE AVANT LE DEPART

ACCOMPAGNATEURS

- | | |
|------------------------|-----|
| • Bernard CABANIE | BC |
| • Jean Claude GAILLARD | JCG |
| • Gérard GAY | GG |
| • Gérard RICCI | GR |
| • Joëlle TURK | JT |
| • Henri MAURIN | HM |
| • Michel NAVARRO | MN |
| • Bernadette GOBO | BG |
| • Jean-René MICHEL | JRM |
| • Patrick MONTUELLE | PM |