



Capdenac Rando 12 - Résidence Capèle

68 Avenue Albert Thomas

12700 Capdenac-Gare

Tel : 06 87 45 95 63

Courriel : marcheccac12700gmail.com

Site internet : ccacapdenacrando12.fr

∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞

5 randonnées par semaine (sauf, jours fériés, mois de juillet et août), **départ du Parc Capèle** à **14 H 00** (heure d'été) et **13 H 30** (heure d'hiver):

Lundi : petite randonnée de 7 à 8 kms environ (facile)
et randonnée de 10 kms environ.

Mercredi : petite randonnée de 7 à 8 kms environ (facile)
et randonnée de 12 kms environ.

Vendredi : randonnée de 13 à 15 kms environ (pour marcheurs confirmés).

∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞∞

Pour les nouveaux adhérents : dossier complet à fournir au plus tôt pour être assuré (possibilité de participer à 2 ou 3 randonnées à l'essai avant d'adhérer au club).

- la demande d'adhésion : (document sur le site : DOCUMENTS=>FORMULAIRES => Demande d'adhésion 2024-2025).

- un certificat médical d'aptitude à la randonnée.

- un chèque de **22 €** (à établir à l'ordre de Capdenac Rando 12).

Pour les renouvellements : dossier complet à fournir avant le 15 octobre 2024.

- la demande d'adhésion : (document sur le site : DOCUMENTS=>FORMULAIRES => Demande d'adhésion 2024-2025).

- si certificat médical de moins de 3 ans et après avoir répondu « NON » à toutes les questions du « Questionnaire de Santé », fournir l'« Attestation de réponse au Questionnaire de Santé » (documents sur le site : DOCUMENTS=>FORMULAIRES => Attestation de santé), sinon fournir un certificat médical.

- un chèque de **22 €** (à établir à l'ordre de Capdenac Rando 12).

L'adhésion ne sera prise en compte que si le dossier est complet (à remettre à un membre du bureau **avant le 15 octobre 2024**).

IMPORTANT : Les personnes n'ayant pas adhéré la saison 2023-2024 ne sont pas assurées. Il est donc vivement conseillé de fournir le dossier complet le plus rapidement possible, le club se réservant le droit de refuser toute personne non assurée.