

## PIECES A FOURNIR

- ✓ **Bulletin inscription** (à télécharger sur le site)
- ✓ **Certificat médical ou Questionnaire Santé**
- ✓ **SRIAS : Justificatif appartenance au ministère concerné : bulletin de salaire**
- ✓ **Envoyer dossier à**

**ASPTT DRAGUIGNAN**  
**Section Rando**  
**380 chemin des Incapis**  
**83300 Draguignan**

## EQUIPEMENT

- ✓ **Chaussures de marche obligatoire**
- ✓ **Sac à dos**
- ✓ **Bâtons de marche**
- ✓ **Si nuitée en refuge, voir liste non exhaustive sur notre site**

Consignes et règles de sécurité consultables sur le site ASPTT Draguignan

## ASPTT OMNISPORTS CLUB OUVERT A TOUS

**Convivialité, Citoyenneté, Compétence,  
Respect des personnes, Solidarité**

**Espace Georges Sénéquier**  
**380 chemin des Incapis**  
**83300 DRAGUIGNAN**  
**Téléphone : 04 89 53 18 71**

**Site : [www.draguignan.asptt.com](http://www.draguignan.asptt.com)**

Association Sportive Loi 1901  
Agrément DDJS VAR N°12565 du 12 juillet 1949  
SIRET : 407 622 610 00012 – APE : 9312 Z



## SECTION RANDONNÉE PÉDESTRE

### SAISON 2021-2022



### OUVERT A TOUS

- ✓ **Randos sportives**
- ✓ **Balades en famille**
- \* **Principalement le dimanche**
- \* **En séjour (été - week end)**

**Contacts :**

**Resp.section :**

**Ernest Di Gregorio : [edigre10@orange.fr](mailto:edigre10@orange.fr)**

**Administratif**

**Roland Bac : [roland.bac@outlook.f](mailto:roland.bac@outlook.f)**

## TARIFS 2021-2022

**TARIF ANNUEL : 42.00 €**

**Licence Premium comprise**

**Applicable pour les activités sportives loisirs hors fédération délégataires ou affinitaires, activités pratiquées dans les salles ASPTT, activités pratiquées à titre privé. Consulter document sur site Asptt Draguignan.**

**Enfants mineurs**

**(accompagnés d'un des parents)**

**30.00 €**

**Postiers :**

**Offre sport LA POSTE :**

**[www.portail-malin](http://www.portail-malin)**

**Aide SRIAS :**

**fonctionnaires en activité**

**ou retraités, enfants à charge -18ans.**

**40.00 € à déduire sous conditions.**

**Bulletin salaire, pension, solde récent obligatoire**

**Co-Voiturage : 0,05 Euro / km**

## LES BALADES FAMILIALES

**Elles sont ouvertes à tous, y compris aux enfants à partir de 10 ans accompagnés.**

**Un minimum d'entraînement est requis.**

**Elles se pratiquent en toutes saisons, sur des terrains comprenant très peu de difficultés**

**\*SENTIERS DU LITTORAL**

**\*SENTIERS DE PLAINE ou de COLLINES Provençales (les Maures, l'Estérel etc.).**

**\*PLATEAUX et SOMMETS panoramiques de Haute Provence (pays du Verdon, val d'Allos).**

**\*BALADES faciles en raquettes, l'hiver, en week-end ou à la journée.**

## LES RANDOS SPORTIVES

**\*RANDONNEES ALPINES :**

**Elles nécessitent une BONNE CONDITION PHYSIQUE**

**L'été, en week-end et sur plusieurs jours où les distances parcourues et les dénivelées sont importantes.**

**\*RANDONNEES RAQUETTES :**

**L'hiver, en week-end exigeant des efforts soutenus en raison des itinéraires (sommets, parcours en crête, pentes raides, etc.).**

**\*RANDONNEES :**

**Toute l'année, à la journée, dans les proches reliefs de montagne.**



**Site : [www.draguignan.asptt.com](http://www.draguignan.asptt.com)**