

## 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?

## 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 2022-2023



BALADES FAMILIALES  
RANDOS SPORTIVES

\* Principalement le dimanche En  
séjour (été – week-end)

Contacts : Responsable section :  
Ernest Di Gregorio : [edigreio@orange.fr](mailto:edigreio@orange.fr)  
Tél : 06 01 75 10 27

Administratif  
Roland Bac : [roland.bac@outlook.fr](mailto:roland.bac@outlook.fr)

## TARIF 2022-2023

TARIF ANNUEL : 47.00 €

Licence Prémium 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) : 30.00 €

### Tarifs spéciaux

Postiers :

60 % du montant total

[Offre sport LA POSTE](#)

<http://www.portail-malin.com>

Fonctionnaire d'Etat en activité ou retraités,

40 € à déduire sous conditions (SRIAS)

[http://www.srias.paca.gouv.fr/Nos-](http://www.srias.paca.gouv.fr/Nos-partenaires/ASPTT-2022-2023)

[partenaires/ASPTT-2022-2023](http://www.srias.paca.gouv.fr/Nos-partenaires/ASPTT-2022-2023)

Bulletin salaire, pension, solde récent obligatoire.

Mineurs : livret de famille

**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.

