

## Bulletin d'inscription des randonnées en car, itinérante ou en étoile

Nom de la randonnée : \_\_\_\_\_

Nom            Prénom            Téléphone (obligatoire)            Adresse mail (obligatoire)

..... Adulte (s) à ..... € = ..... €

\* je n'ai pas de moyen de locomotion.

\* je dispose de ..... places **aller et retour**.

\* je résous moi-même mon déplacement avec = .....

**Personnes à prévenir en cas d'accident :**

Ci-joint chèque à l'ordre de l'ARPA            A ..... Le .....

\* Barrer toutes mentions inutiles

### ERREUR, OMISSIONS ...

Adhérents, si vous ne recevez pas le programme malgré votre adhésion le signaler :  
07 82 45 50 47 ou 06 30 21 02 35 et de préférence à [arpaprogramme@gmail.com](mailto:arpaprogramme@gmail.com)

### Pour contacter les animateurs organisant des RPJ ou des sorties en CAR

René NICAISE	382, route de Cavaillon	13670	Saint Andiol	06 12 93 61 20
Claudette PEZIERE	41, rue du Pavillon, l'Oseraie n° 73	30150	Roquemaure	06 12 72 91 63
Christine LAVORINI	46, boulevard Jules Ferry	84000	Avignon	06 68 02 02 96

**-Elaboration programme : [arpaprogramme@gmail.com](mailto:arpaprogramme@gmail.com) Tél. : 06 30 21 02 35**

**-Renseignements, gestion ARPA [arpavignon@gmail.com](mailto:arpavignon@gmail.com) Tél. : 07 82 45 50 47**

**-Inscriptions, courriers :**

ARPA - 257 Chemin des prairies - 84310 – Morières-lès-Avignon

**-Site internet : [ARPAvignon.fr](http://ARPAvignon.fr)**



# Association de randonnée pédestre avignonnaise

## FEVRIER 2025

◇ **Cotisation** : à l'ARPA il est exigé une cotisation par adulte et par enfant.

◇ **Type de sorties proposées** : le classement ci-après est donné à titre indicatif, chacun en fonction de sa condition physique et des difficultés annoncées devra faire son choix afin de ne pas retarder ou presser le groupe, l'animateur bénévole peut exclure au départ d'une sortie un adhérent connu qui a fait un mauvais choix.

**A** ≤ 12 km ; ≤ 300 m de montée.

**C** ≤ 22 km ; ≤ 1 200 m de montée.

**B** ≤ 18 km ; ≤ 750 m de montée.

**VF** Via ferrata.

◇ **Vous déclarez** :

- être en bonne condition physique et que votre certificat médical ne vous interdit pas la marche.
- avoir pris connaissance des difficultés des itinéraires décrits succinctement dans les tableaux.

◇ **Vous vous engagez** :

- en cas de défaillance à le déclarer tout de suite à l'animateur bénévole et à retourner au point de départ sauf s'il y a besoin de secours sans pour cela entraîner l'interruption de la randonnée.
- à être convenablement chaussé(e) sous peine d'exclusion (pas de nu-pied) et équipé(e) pour la marche, ne pas oublier boisson et casse-croûte du midi.
- à accepter de vous plier au rythme de la randonnée guidée bénévolement,
- à avoir votre propre pharmacie (l'animateur bénévole n'a pas une pharmacie commune).
  
- à avoir impérativement sur vous au cours de la randonnée : **votre licence, une pièce d'identité, votre carte vitale et quelques euros.**

◇ **Covoiturage** :

- A titre indicatif l'ARPA **suggère** une participation de **8 centimes maximum** par km.
- Site WhatsApp : voir les informations au bas du tableau

◇ **Météo pessimiste : Les adhérents doivent contacter l'animateur.**

◇ **L'animateur ne va pas obligatoirement aux parkings de covoiturage.**

◇ **Randonneurs à l'essai** : Ces personnes se présentent auprès de l'animateur et ne considèrent pas cela comme un acquis pour venir aux randonnées de façon répétitive.

## Randonnées de Plusieurs Jours (RPJ) ou en CAR

### **Elles sont exclusivement réservées aux adhérents**

**Nota** : toutes les randonnées : en car, itinérantes ou en étoiles programmées ne sont pas établies à un prix forfaitaire au départ d'Avignon et, en outre, elles ont été adoptées au cours de l'assemblée générale conformément aux statuts.

**Rappel** : dans les meilleurs délais envoi des acomptes, chèque au nom de l'ARPA, à l'animateur de la rando itinérante, en étoile, ou en car. Voir adresses et téléphones ci-dessus.

**L'inscription ne sera pas prise en compte si le bulletin ci-dessus, complété, n'est pas envoyé accompagné du règlement par chèque à l'ordre de l'ARPA.**

**En cas de désistement le remboursement ne sera effectué qu'à réception de la facture acquittée de l'hébergeur.**

### **HAUTE MAURIENNE du 25 janvier au 1<sup>er</sup> février 2025**

Hébergement au VVF de Val Cenis le Haut prix environ 90 € (supplément de 175 € pour une chambre individuelle).

Organisée par Gérard MARTIN et Sylvie SIEB.

Inscription avec le bulletin ci-dessus accompagné d'un chèque d'acompte de 150 €, à l'ordre de l'ARPA à adresser à Gérard MARTIN.

### **LES LACS ITALIENS du 17 au 23 mai 2025**

Organisé par Sud Evasion.

Préinscription par chèque à l'ordre de l'ARPA avant le 1 juin 2024 puis paiement au choix.

Renseignements et inscription auprès de Christine LAVORINI.

### **RPJ CHAMONIX DU 07 au 14 juin 2025**

Hébergement Centre MILEADE.

Prix 520 € environ ; supplément chambre Individuelle 150 €.

Compris : PASS découverte : Forfaits remontées mécaniques 6 jours (Chamonix+ Domaine les Houches+ St Gervais) Accès aux 3 sites d'excursions : Aiguille midi, train Montenvers, mer de glace, Tramway Mont-Blanc, Navettes bus Chamonix, Train St Gervais Vallorcine

Randonnées de Type A et B. Organisée par René Nicaise

Inscription avec bulletin ci-dessus, accompagné d'un chèque d'acompte de 200 €, à l'ordre de l'ARPA à envoyer à René NICAISE.

### **QUEYRAS du 28 juin au 5 juillet 2025**

Hébergement Village vacances "Les Esquirousses" à 5 km d'Arviex.

Randonnées type B uniquement. Limités à 40 personnes.

Prix 420 € (non négociable) en fonction du forfait, assurance rapatriement et annulation compris.

Chambre double, avec sanitaire complet, linge de toilette et draps compris.

Pique-nique fournis. Inscription obligatoire avec la fiche ARPA ci-dessus.

Inscription par chèques à l'ordre de l'A.R.P.A. à envoyer à Mme Claudette PEZIERE.

### **AUBRAC du 30 août au 6 septembre 2025**

Hébergement Centre CAP France.

Prix 580 € environ ; supplément chambre Individuelle 140 €.

Randonnées de Type A et B. Organisée par René Nicaise.

Inscription avec le bulletin ci-dessus, accompagné d'un chèque d'acompte de 200 €, à l'ordre de l'ARPA à envoyer à René NICAISE.

### **Randonnées du mardi après-midi :**

Le rythme de ces randonnées est adapté aux seniors.

Pour la sécurité du groupe les chiens ne sont admis qu'exceptionnellement et tenus en laisse tout au long de la randonnée.