



CLUB OMNISPORTS DE LA VALLÉE DE L'ARC

ALPHA Provence Sports

6, Rue des Minimés - 13530 TRETTS

Courriel : alphaprovincesports@gmail.com

Site : www.alphaprovincesports.fr

ACTIVITÉ RANDONNÉE (Adultes) - Saison 2025/2026

CRÉNEAUX

Jeudi : de 13h à 18h environ.

Dans les joyaux de Provence :
(Sainte-Victoire, Sainte-Baume, Calanques, Garlaban, les sentiers du 13, du 83, du 84...).

ATTENTION ! RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Au plus tard la veille de la randonnée choisie.
Après de Brigitte Cazères par mail : brigitte.cazeres@free.fr
Ou par téléphone (sms de préférence) : 06.20.53.01.69.

Essai offert aux nouveaux pratiquants.

LIEU ET HEURE DE RENDEZ-VOUS :

Covoiturage à organiser.

RV en fonction du lieu de la randonnée.
Une fiche de présentation est envoyée par mail aux adhérents avant chaque sortie.



Les chiens sont admis, sauf si passages difficiles (en cas de doute voir l'accompagnateur).
Les propriétaires devront les tenir en laisse en cas de problèmes (village, ferme, troupeaux...) et veiller à ce qu'ils n'entraient pas la marche des randonneurs.

Programme du Jeudi 11 Septembre 2025 au Jeudi 25 Juin 2026.

A partir du 1er juin, les randonnées peuvent être effectuées le matin selon arrêté préfectoral.





CLUB OMNISPORTS DE LA VALLÉE DE L'ARC

ALPHA Provence Sports

6, Rue des Minimés - 13530 TRETTS

Courriel : alphaprovincesports@gmail.com

Site : www.alphaprovincesports.fr

PUBLIC:

Sorties familiales ouvertes à tous, en demi-journées.

PIÈCES A FOURNIR :

Pour les nouveaux inscrits, un certificat médical d'aptitude à la randonnée est à transmettre au club à l'inscription, de même que pour les personnes de 70 ans et plus.

Pour les personnes de moins de 70 ans ayant produit un certificat médical l'an passé, il faudra remplir le questionnaire QS SPORT (en ligne sur notre site) et le conserver.

Vous devrez nous retourner exclusivement l'attestation (également en ligne sur notre site).

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions du questionnaire médical, un nouveau certificat médical est à produire au club.

MATÉRIEL :

Bonnes chaussures, bon sac à dos, casquette, lunettes, gourde, K-way éventuel, **bâtons**
Prévoir un en-cas et votre bonne humeur !

Cotisation : 140 € incluant 10 randos + assurance annuelle

10 randos supplémentaires : 90 €



**Inscription et règlement sur site www.alphaprovincesports.fr - section Randonnée - suivre le lien Asso-Connect.
Achats des randos supplémentaires sur le site Alpha – section Randonnée -**

Responsable de la section Randonnée : Brigitte Cazères - 06 20 53 01 69 - brigitte.cazeres@free.fr -