



**Il reste
des places**

Séjour RANDONNEE à Luz Saint Sauveur (65) du 13 au 17 mai 2026

La date limite d'inscription à cette sortie ASCE est dépassée. A ce jour nous n'avons reçu que 8 inscriptions sur les 15 places disponibles.

Nous prolongeons la possibilité de s'inscrire mais, dans le cas où le nombre de demandes serait supérieur aux 7 disponibles, un tirage au sort sera effectué entre ces nouvelles inscriptions.

Priorité sera donnée aux adhérents qui s'engagent à effectuer les randonnées programmées des jeudi, vendredi et samedi.

La formule proposée aux adhérents adultes est un hébergement en gestion libre, soit 4 nuitées, dans le gîte le Piolet situé dans Luz St Sauveur.

La vallée de Luz offre avec ses paysages spectaculaires et ses nombreux sentiers balisés, un véritable paradis pour les amateurs de marche en pleine nature.

Les participants seront à jour de leurs adhésions 2026.

Tarif par personne après déduction de la participation ASCE 86 : 35 €

Nouvelle date limite d'inscription : lundi 20 avril 2026

Renseignements :

Laurent GUIOT

- ASCE 86
- Tél. : 06.09.65.78.36
- Courriel : amlguiot@sfr.fr

Inscriptions :

Mickaël COURREGES

- DREAL Nouvelle-Aquitaine / SRNH / DHPC-VCA
15 rue Arthur Ranc - 86020 Poitiers
- Tél. : 07.63.86.77.97
- Courriel : mickael.courreges@developpement-durable.gouv.fr

ASCE 86 - Coupon d'inscription au séjour randonnée du 13 au 17 mai 2026

à retourner dûment rempli et signé au plus tard le 20 avril 2026 à **Mickaël COURREGES**

Avertissement

Ces randonnées de montagne empruntent des sentiers aux profils pentus, accidentés et présentent des dénivelées importantes.

Chaque participant veillera à avoir une condition physique adaptée et devra remettre :

- soit le questionnaire de santé fourni par l'ASCE 86 dûment rempli et signé. Vous le trouverez ci-dessous en page 3.
- soit une copie d'une licence sportive en cours de validité.

Nom : _ _ _ _ _ Prénom : _ _ _ _ _

Adhérent n° : _ _ _ _ _ Tél. n° : _ _ _ _ _

Situation : ☐ Actif - administration / service : _ _ _ _ _
☐ Retraité
☐ Extérieur

Participants			
Nom	Prénom	Age	Lien familial des ayants-droit
35 € X _ _ _		Total :	

Le chèque sera libellé à l'ordre de l'ASCE 86.

Les inscriptions ne seront validées qu'à la réception de tous les documents demandés :

- l'adhésion 2026,
- le coupon d'inscription signé accompagné du règlement du séjour,
- le questionnaire de santé dûment rempli et signé, ou une copie d'une licence sportive en cours de validité.

L'inscription vous engage. Tout désistement devra être signalé au plus tard le jeudi 30 avril 2026. Aucun remboursement ne sera effectué après cette date sauf en cas d'annulation du séjour, en cas de force majeure ou sur production d'un certificat médical.

En cas de non participation, l'ASCE se réserve le droit de demander le remboursement du surcoût de l'inscription pris en charge.

Les participants, adhérents et ayants-droit, s'engagent à respecter les consignes, notamment celles relatives à la sécurité et à la cohésion du groupe, à avoir une condition physique adaptée à la randonnée en montagne.

Date :

Signature (*obligatoire*)

Le questionnaire de santé ci-dessous est demandé pour la participation au séjour randonnée en montagne organisé par l'ASCE 86.

Il est identique à celui fourni par la fédération française de randonnée pédestre à l'occasion du renouvellement de la licence.

Nom : _ _ _ _ _ Prénom : _ _ _ _ _

Questionnaire de santé

Ce questionnaire de santé vous permet d'évaluer la nécessité d'une consultation médicale pour poursuivre votre activité.

Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5) Êtes-vous enceinte ?	☐	☐
6) Fumez-vous régulièrement (tabac, cannabis, autres drogues) ?	☐	☐
7) Consommez-vous régulièrement de l'alcool ?	☐	☐
8) Souffrez-vous d'une maladie chronique ?	☐	☐
9) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
À ce jour		
10) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...)	☐	☐
11) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Nous vous conseillons de consulter votre médecin en lui présentant ce questionnaire rempli pour avoir son avis sur la poursuite de votre pratique.

Date

signature