

Samedi 30 avril 2022

Activité spéléologie et randonnée à Bruniquel



Samedi 30 avril 2022

La section sport de l'ASCET 82 et le CLAS vous proposent de passer une journée à Bruniquel à la découverte du monde souterrain, par de la spéléologie facile dans une grotte à proximité du village et en effectuant une randonnée donnant à voir les deux boucles de l'Aveyron en amont et en aval du château.

Ces activités d'une durée d'environ 2 heures chacune se feront simultanément, avant et après le déjeuner, par groupes de 12 personnes maximum. Le groupe spéléo sera encadré par un professionnel possesseur d'un brevet d'État. La randonnée de 8 km et de 250 m de dénivelé sur un très joli sentier du causse, sera guidée par la section sport.

Le point d'accueil et le pique-nique de midi organisé par l'ASCET, se fera au village de Bruniquel.



Organisation de la journée :

Rendez-vous à 09h00 sur la place face à l'office de tourisme du village de Bruniquel avec un café d'accueil. 09h45, départ à pied de la randonnée pour un groupe et liaison en véhicules (5 mn) vers le parking proche de la grotte pour le début de la spéléo à 10h00 pour le 2ème groupe; 12h15 apéro + déjeuner des 2 groupes à Bruniquel; 13h30 changement d'activité, départ rando et liaison vers la grotte ; fin d'activité à l'office du tourisme.

Contre indication à l'activité :

- entorse récente cheville ou genoux (- de 3 mois) ;
- épilepsie (ou autre pathologie type malaise vagal...)

Consignes :

- activité spéléo accessible uniquement aux enfants de 10 ans et + ;
- pour les asthmatiques ou allergiques, faire suivre les traitements ... ;
- chaussures de randonnée (grotte et marche) ;
- vieux pantalon type jogging ou tenue de sport pour la spéléo ;
- bouteille d'eau par personne ;
- bâtons de marche conseillés pour la rando ;
- matériel de spéléo fourni par l'organisateur.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION FIXÉE AU MARDI 26 AVRIL 2022 - 16H00

Places limitées à 24 personnes.

Pour tous renseignements ainsi que pour les inscriptions, s'adresser à Sylvie MATEOS (05-63-22-24-84) ou Rose-lise HERBAY (05-63-22-85-26) .

Rappel* :

Les personnes extérieures doivent impérativement adhérer à l'association pour participer à cette activité, soit en prenant une carte journalière au prix de 5 €/personne soit en prenant une carte à l'année au prix de 16 €/personne afin de pouvoir revenir sur d'autres manifestations que nous organisons en 2022.



BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner à Sylvie MATEOS et Rose-Lise HERBAY

Spéléo/randonnée à Bruniquel

Samedi 30 avril 2022

Nom :

Prénom :

Service :

Portable:

Mail personnel :.....

	Prix de l'activité	Adhésions 2022	Total
Adhérents ASCET 82			
adultes, pique-nique : x 15 € =	-- €
enfants + de 10 ans et adolescents de moins de 18 ans x 5 € =	--	
Extérieurs ASCET 82			
adultes, pique-nique : x 15 € =	<input type="checkbox"/> Carte journalière : 5 € € *
enfants + de 10 ans et adolescents de moins de 18 ans x 5 € =	<input type="checkbox"/> Carte annuelle : 16 €	

* : Pour les extérieurs, merci de faire deux règlements différents (un pour l'adhésion et l'autre pour l'activité).

Activité réglable par espèces, chèques-vacances, chèques libellés à l'ordre de : ASCET 82 et à retourner à ASCET 82, Section SPORTS, 2 quai de Verdun – 82 000 Montauban