

Randonnée régionale Pédestre et VTT Rocamadour Vallée de l'Alzou WE du 09 au 11 juin 2023



Entre causses, canyon et moulins, autour de la cité emblématique médiévale de Rocamadour.



Nous vous accueillons au
Camping Les Campagnes
<https://www.campinglescampagnes-rocamadour.com/>
Vous pourrez découvrir la cité de Rocamadour
à 800 m, chemin piéton sécurisé



Programme

Vendredi 09 juin

Accueil régional avec quelques dégustations
à partir de 17 h et repas sur place.



Samedi 10 juin : départ du camping.

* Randonnée pédestre sur la journée
D'environ 22 km entre falaises, cité, ruisseau et causeuse
Possibilité de rapatriement à 11 km
Ou * Randonnée VTT d'environ 40 km



Pause pique-nique tiré du sac
avec tous les randonneurs pédestres et VTT.



Retour au camping et détente :
Soirée et repas *avec animation musicale*
La nuit est à vous, piste de danse pour les amateurs.

Dimanche 11 juin :

*Visite des grottes pittoresques de Lacave accès en petit train
et visite à pied.*

Ou Randonnée VTT 20 km .

12h30 :

Repas au restaurant panoramique Le Belvédère ,
vous pourrez ensuite
profiter de l'après-midi et retourner dans vos foyers.

ASCET..... n° adhérent..... NOM..... PRENOM.....

N° de telephone

Mail

Vos choix :

Samedi 10 juin	VTT 40 km personne(s) Préciser Electrique - Musculaire	Pédestre 22 km personnes Pédestre 11 km personnes
	Dimanche 11 juin	VTT 20 km.... personnes Visite Grottes de Lacave personnes

**** amener vos draps et serviettes**

Tarifs des prestations	** Mobil Home/pers	Camping-car/pers	Nb personnes	Total €
Forfait vendredi au dimanche/pers	120 €	100 €		
Forfait samedi au dimanche/pers	80 €	70 €		

IMPORTANT :

-Le fait de s'inscrire au week-end implique que les participants à la manifestation abandonnent leur droit à l'image au bénéfice de l'organisation. Toutefois, si un participant refuse, il le mentionnera par écrit sur le bulletin d'inscription, mais il ne peut s'opposer à des photos de groupe sur lesquelles il apparaît. Ces images pourront être utilisées sur tous supports.

-Un certificat médical est obligatoire et doit être fourni à l'ASCE avec la fiche d'inscription.

Signature du président :

Total :

(chèque à l'ordre Ascet46 et visa de l'Asce
d'origine d'origine obligatoire)

Contact boîte Ascet46 : ascet.ddt46@i-carre.net

Renseignements auprès de :

linda.tripard@lot.gouv.fr 0565236053

anne-marie.tronco@lot.gouv.fr 0565236079

**Inscription
jusqu'au 12 mai**

Toute correspondance est à adresser à : Anne-Marie Tronco, présidente de l'association.

Mail : ascet.ddt46@i-carre.net ☎ 05 65 23 60 79 ou 0664871888

Cité Administrative 127, quai Cavaignac 46009 CAHORS CEDEX 9