



BULLETIN D'ADHESION POUR L'ANNEE 2025

Je soussigné(e)

Nom **Prénom**

Date et lieu de naissance

Adresse

.....

Téléphone **@mail**

Demande à adhérer à l'ASMM, association fédérée à la F.F.R.P. sous le n° 02604.

J'ai noté que la loi n° 84-610 du 16 Juillet 1984 fait obligation aux associations d'une fédération sportive d'assurer leur responsabilité civile et celle de leurs adhérents et de délivrer une licence à tous les membres randonneurs.

Je reconnais qu'outre cette garantie qui me sera acquise, il m'a été proposé plusieurs formules d'assurances facultatives pour couvrir mes propres accidents corporels et qu'il m'a été précisé les formalités à accomplir en cas d'accident.

Je déclare être en bonne condition physique, ne pas suivre de traitement médical pouvant m'interdire la randonnée en montagne, et m'engage à être convenablement équipé(e) pour les activités auxquelles je participerai.

Fait à Vallauris le

Signature

(Précédé de la mention "lu et approuvé")

Pour une première adhésion: Joindre **un certificat médical** de non-contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre en montagne.

Un animateur bénévole est présent lors de chaque sortie, il a le droit de refuser un adhérent si ce dernier se présente sans l'équipement indispensable (liste jointe). En cas de nécessité, l'animateur peut également modifier ou annuler la sortie.

Le coût annuel d'adhésion au club est de 22€00 auquel il faut ajouter le coût de la licence avec assurance IRA et éventuellement l'abonnement à la revue de la F.F.R.P. « Passion Randos », soit un total de :

- Adulte IRA	52.85€ sans l'abonnement	ou 70.85€ avec abonnement
- Adulte IMPN	62,85€ sans l'abonnement	ou 70,85€ avec abonnement

Les personnes déjà titulaires d'une licence FFRP à jour avec une assurance IRA (fournir une photocopie de celle-ci) ne règlent que le coût de l'adhésion soit 22€00.

Acceptez-vous de prendre votre voiture pour participer au covoiturage mis en place par le club :

- OUI / NON

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom, prénom

Adresse

Téléphone

Permanence le vendredi de 17h à 18h00 - Petite Salle Cinémonde

Av. de l'Hôpital 06220 VALLAURIS – tél 06 70 98 16 19

<http://asmrando.fr>

Tout courrier est à adresser à la Présidente :

Évelyne FISCH

Villa Les Oiseaux

563 Chemin du Cannel

06220 VALLAURIS



Equipement individuel à prévoir en toute saison

Equipement vestimentaire

En randonnée le principe des 3 couches est l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité :

- 1 tee-shirt en matière respirante (coton déconseillé)
- 1 veste chaude polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante
- 1 bonnet
- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 paire de gants chauds (l'hiver prévoir 1 paire de rechange)
- 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps
- 1 pantalon de marche (coton déconseillé)
- 1 surpantalon imperméable
- 1 paire de chaussettes de randonnée (prévoir 1 paire de rechange)

Matériel

- 1 sac à dos 30/35 litres muni d'une ceinture ventrale
- 1 paire de chaussures de randonnée imperméables et tenant bien la cheville
- 1 paire de guêtres (si neige)
- 1 grand sac plastique (sac poubelle de la taille du sac à dos)
- 1 paire de lunettes verres filtrants (catégorie 4 conseillée)
- Crème solaire et écran labial
- Trousse à pharmacie individuelle
- 1 sifflet

Pique Nique

- Eau en quantité suffisante
- Repas
- Barres énergétiques