

Tréguieux Langueux Athlétisme vous propose une journée initiation marche Nordique avec des ateliers le matin et une randonnée l'après-midi pour les adultes en situation de handicap mental et/ou psychique le :

Jeudi 16 octobre 2025 Au grand pré à LANGEUX

C'est une journée non compétitive, ou nous proposerons différentes marche sante.

/!\ Le CDSA se réserve le droit d'annuler cette journée si les conditions météorologiques ne permettent pas le bon déroulement des activités proposées.

Prévoir des chaussures adaptées à la marche, et une tenue chaude et étanche.

NOMBRE DE PARTICIPANTS LIMITE A 40 PERSONNES. Si vous avez des bâtons de marche nordique, vous pouvez les apporter.

ADMINISTRATIF :

Pour participer à la journée, il faut :

- **Etre licencié au Sport Adapté** pour la saison 2025/2026 : **certificat médical obligatoire**
- Remplir la fiche d'inscription pour le jeudi 9 OCTOBRE au plus tard

COUT D'INSCRIPTION :

Un forfait sur l'année vous est proposé afin de faciliter les organisations.

Cela reste avantageux pour les résidents.

Si vous préférez, payez à la journée, nous vous demanderons 3€ pour tous les participants

ORGANISATION :

10h30-11h00 : Accueil des participants + présentation de la journée

11h00-12h00 : Ateliers d'initiation à la marche nordique

12h00-13h00 : Pause déjeuner (**Merci de prévoir votre pique-nique**)

13h30 : Départ pour les randonnées

15h30-16h00 : Goûter

Merci de prévenir le CDSA 22 en cas de retard au 07.77.84.59.24. Sur la journée, nous proposerons 3 circuits « marche santé » différentes. Il faudra préciser sur la fiche d'inscription sur quel programme vous inscrivez vos sportifs.

La marche aura lieu l'après-midi où 3 circuits de marche vous seront proposés :

Marche Santé niveau 1 : Circuit **1,5km (accessible aux fauteuils roulants)**

Marche Santé niveau 2 : Circuit de 3 km.

Marche Santé niveau 3 : Circuit de 5 km.

Merci de cocher vos choix sur la fiche d'inscription.

**ACCES AU SITE : ESPACE CULTUREL DU GRAND PRE-26,
RUE DE LA ROCHE DURAND 22360 LANGUEUX**

Des fléchages bleus FFSA vous indiqueront la route

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Kévin LOZAC'H : Agent de développement de Trégueux Langueux Athlétisme

Tel : 06 34 12 23 99- Mail : kevin.lozach.tla@gmail.com

FICHE D'INSCRIPTION

Journée MARCHÉ SANTE – Jeudi 16 octobre 2025

A retourner accompagnée du règlement pour le **jeudi 7 octobre 2025**
au CDSA 22 – Maison Départementale des Sports – 18 rue Pierre de Coubertin –
22440 PLOUFRAGAN



Etablissement :

Adresse établissement :

Responsable de l'inscription :

Tel :/...../...../...../..... Mail :@.....

INFOS :

- **Frais d'inscription** : forfait suivant l'établissements (suivant le nombre de participants), 3€ de participation par personne si inscription individuelle (licences annuelles ET licences d'un jour)

- **Licence obligatoire** :

- **Licence d'1 jour** à 10€ – joindre 1 certificat médical (cf. modèle joint) et cocher la case ci-dessous pour les participants concernés

- **Licence annuelle** de septembre à septembre Nous contacter au moins 7 jours avant la manifestation.

Possibilité d'utiliser les 70€ des Pass Sport

Merci d'indiquer les personnes participant à cette journée :

	N° licence annuelle	Nom	Prénom	Sexe (H/F)	Date de naissance	Licence d'1 jour (cocher)	Cocher la MARCHÉ SANTE correspondante		
							Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
1					/ /				
2					/ /				
3					/ /				
4					/ /				
5					/ /				
6					/ /				

Nombre de personnes en fauteuil roulant (circuit 1) : Nombre d'accompagnateurs :

Règlement:

..... Participants X 3€ (frais d'inscription) = €

..... Participants X Compris dans le forfait annuel = €

..... licence d'un jour X 10€ = €

TOTAL = €

Règlement :

- ☐ Chèque
- ☐ Espèces
- ☐ Virement

Partie réservée au C.D.S.A. 22

DATE	N° FACT	Nombre de Participant	MONTANT	REGLEMENT	Observations