

<https://guidel-rando.pepsup.com/>

NOM : Prénom : Sexe :

Date de naissance :/...../..... Nationalité :

Adresse : N° Rue ou lieu dit :

Code postal : Ville :

N° de téléphone fixe : N° de téléphone mobile :

Adresse mail :

Personne à prévenir en cas d'accident : Nom : Prénom : Tél :

Je souhaite pratiquer les activités suivantes (plusieurs réponses possibles) :

- **Randonnées pédestres :** Jeudi 20km ☐ 12km ☐ 10km ☐ 8km ☐ Dimanche ☐
- **Marche rapide tous les 15 jours :** Jeudi 20km ou 12km ☐
- **Longe-Côte-Marche Aquatique (LCMA) :** Mardi 10h ☐ Samedi 10h ☐
- **Groupe de chants variétés :** Mardi de 17h30 à 19h15 ☐
- **Groupe de chants de marins :** Vendredi à 17h ☐ 1^{er} et 3^{ème} du mois

- ✓ **Première adhésion :** je joins un Certificat d'Absence de Contre Indication datant de moins de six mois.
- ✓ **Renouvellement d'adhésion :** j'atteste avoir rempli le questionnaire de santé et l'attestation sur l'honneur.
Oui ☐
- ✓ Je m'engage à respecter les valeurs, les statuts, le règlement intérieur de l'association et le règlement intérieur du LCMA (si concerné), consultables sur le site www.guidelrando.fr.
- ✓ J'autorise la publication de photos sur lesquelles j'apparais dans les communications de Guidel Rando :
Si NON, je coche la case ☐

Cotisation annuelle de base (45,00€)

- Cotisation Guidel Rando	14,15 € <input type="checkbox"/>
- Licence FFRandonnée (y compris assurance IRA) obligatoire *(1)	30,85 € <input type="checkbox"/>
- Supplément de cotisation activité LCMA	20,00 € <input type="checkbox"/>
- Bons de réduction Super U (maximum 4 par adhérent)	5,00 € x = - € <input type="checkbox"/>

Cotisation particulière aux adhérents ayant souscrit une licence FFRandonnée dans une autre association (joindre copie de licence)

- Cotisation Guidel Rando	16,00 € <input type="checkbox"/>
- Supplément cotisation activité LCMA	20,00 € <input type="checkbox"/>

Conditions particulières aux administrateurs et animateurs LCMA (cumulables)

- Prise en charge de la part de cotisation	-29,00 € <input type="checkbox"/>
- Prise en charge du supplément de cotisation activité LCMA	-20,00 € <input type="checkbox"/>

Abonnement facultatif à la revue Passion Rando (4 N° par an) 10,00 € ☐

TOTAL€

- Je joins un chèque à l'ordre de Guidel Rando
- Je joins mon certificat médical pour toute nouvelle adhésion ou pour un renouvellement, j'atteste avoir rempli le questionnaire de santé et l'attestation sur l'honneur.
- J'expédie le tout à l'adresse suivante : GUIDEL RANDO – 15 Kerdeuzet – 56520 GUIDEL **MERCI.**
- Contact Guidel Rando : Le Président, Jean Perrin - Tél : 06 13 54 24 83 - Mail : contact@guidelrando.fr

Signature précédée de la mention "lu et approuvé" :

Fait àle

(1) LA LICENCE FÉDÉRALE

Les avantages de votre licence :

- une **assurance** adaptée et performante pour randonner dans les meilleures conditions de sécurité Formule **IRA** (Individuelle avec Responsabilité Civile et Accidents Corporels)
- une **assistance** 24 h /24 et 7 j /7 en France comme à l'étranger
- un accès aux **stages de formation** de lecture de carte, d'orientation, d'animateurs, de baliseurs, de dirigeants associatifs
- un accès aux **voyages de randonnées** organisés par les clubs, les comités de la Fédération ou les partenaires privilégiés
- des **tarifs préférentiels** :
 - au magazine Passion Rando (10€ pour 4 numéros)
 - à l'abonnement GR@access (à partir de 10€) qui vous permet d'organiser votre randonnée itinérante en ligne
 - pour toute commande sur le site de la boutique FFRandonnée
 - sur les manifestations de randonnée pédestre
- des avantages auprès des différents partenaires de la FFRandonnée.
- des conseils personnalisés au centre d'information FFRandonnée de 10 à 18 heures du lundi au vendredi au 64, rue du Dessous des Berges - 75013 PARIS ou au 01 44 89 93 93

(2) CERTIFICAT MÉDICAL

Règles en vigueur depuis avril 2023 pour la FFRandonnée.

«Un Certificat médical d'Absence de Contre-Indications à la pratique (CACI) pour la pratique des activités de marche et de randonnée et activités connexes (loisirs et/ou compétition), datant de moins de six mois est obligatoire pour toute première prise de licence et à chaque reprise de licence après une interruption de deux saisons sportives ou plus.»

Pour Guidel Rando, il doit préciser l'absence de contre-indication à la randonnée pédestre et/ou à la marche aquatique.

[Modèle de certificat médical à télécharger](#) et à faire remplir par votre médecin

Renouvellement annuel de la licence :

Le pratiquant doit attester avoir pris connaissance du questionnaire de santé fourni par la FFRandonnée. En cas de réponse positive à une ou plusieurs questions, la commission médicale fédérale conseille vivement de consulter un médecin sur la poursuite des activités concernées (loisirs et/ou compétition), mais **le certificat médical n'est plus exigé**. Ce questionnaire est **la propriété du licencié et ne doit pas être montré au club ou à ses animateurs**.