



Le mot de la Présidente : Je ne vais pas me laisser contaminer par la « tristitude » ambiante, mais j'avoue : établir un programme de loisirs pour des groupes sans savoir si demain ou après demain il pourra être respecté ainsi que les engagements pris avec les partenaires relève de la haute voltige au niveau du calme ! Restons lucides : il ne s'agit que de loisirs....

Je voudrais remercier les aides organisateurs (et ce n'est pas péjoratif) qui sont venus prêter main forte aux animateurs habituels et soulager leur tâche dans l'élaboration de ce programme.

Une fois de plus, vous avez le choix des départements, de randonnées à dénivelée ou non, de sites avec du patrimoine pour les promeneurs (qui hésitent encore à sortir bien que les conditions sanitaires demandées soient appliquées). Le culturel prendra des vacances en décembre pour mieux repartir au cours du 1er trimestre 2021.

Ne restez pas enfermés, les liens sociaux sont nécessaires et maintiennent le moral au beau fixe ! Alors, sortez et profitez des copains, copines le temps d'un dimanche en compagnie d'Amitiés-Loisirs.

Je vous souhaite, ainsi que tous les membres du Conseil d'Administration de très bonnes fêtes de fin d'année. Bonheur et bonne humeur vont de pair. Soyez heureux! *Colette.*

Consignes sanitaires : *Le port du masque est obligatoire sur le lieu de rendez-vous, dans le bus durant tout le trajet, à la descente des groupes et jusqu'au départ de la randonnée!*

Alerte Covid 19

COVID-19

DIMANCHE 1^{ER} NOVEMBRE

BEAUMONT-de-LOMAGNE (82)

Bastide du Tarn et Garonne fondée en 1276, capitale de l'ail blanc, Beaumont-de-Lomagne a un passé qui ne fut pas sans gloire ! Elle garde la mémoire grâce à ses vieux édifices : l'église, semi-forteresse dont la masse imposante domine la ville, la grande halle à l'importante charpente ainsi que quinze hôtels



particuliers dont la majorité date de la période allant du XVII^{ème} au XIX^{ème} siècle. Depuis le XIX^{ème}, l'élevage du cheval de race « trotteur français » est une tradition en Lomagne : 16 réunions hippiques par an

à l'hippodrome de Beaumont. « Circuit des trotteurs » est le nom donné au PR que nous emprunterons tous aujourd'hui près de la base de loisirs.

Pour les promeneurs : journée et repas libres à Beaumont-de-Lomagne. A découvrir : l'église et la halle ainsi que de nombreux hôtels particuliers.

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 24,700 km - dénivelée +/- 316m

↳ Niveau 2 : distance 17,800km - dénivelée +147 m/ - 255 m

↳ Niveau 3 : distance 12,800 km - dénivelée +/-95m

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 8h00 - Départ 8h15

Prix : adhérents 17,00€ - Non adhérents 20,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13



Pour bien randonner, il faut être bien équipé !!

Chaussures à tige haute avec semelle amortissante et crantée. Sac à dos, bâtons de marche recommandés, eau (1 litre au minimum), pique-nique, vêtements de pluie, vêtements chauds. Ne pas oublier le couvre-chef, les lunettes de soleil et la crème solaire.

Mettre des chaussures de ville après la randonnée.

DIMANCHE 8 NOVEMBRE Sortie culturelle

MONTMAURIN – CIADOUX (31)

Le Matin : visite guidée de la Villa Gallo Romaine à Montmaurin et plus précisément sur le site archéologique de la **Villa Lassalle** qui date du **I^{er} siècle**. De quoi faire une jolie balade commentée et se prendre pour un notable romain !

Le Midi : repas au restaurant ou pique nique (le préciser à l'inscription).

L'Après-midi : à Ciadoux : 11^{ème} salon « Autours des Livres »

Rendez-vous : Métro Station Argoulets
à 8h00 - Départ 8h15

Prix : Adhérent 24€ - non adhérent 27€ - Ces prix comprennent le bus et les visites, le restaurant est en plus et à régler sur place.

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

(préciser si restaurant ou pique nique)



Ou

DIMANCHE 8 NOVEMBRE Randonnée

De MONTGAILLARD-SUR-SAVE à CIADOUX (31)



Créés en 2016 par une volonté des communes de Charlas, Ciadoux, Lespugue, Montgaillard-sur-Save et Saint-Lary-Boujean, 5 parcours ont été balisés par les bénévoles du CDRP31. Ces PR (promenades, randonnées) permettent au public de découvrir les paysages vallonnés de cette partie du Comminges autour de la vallée de la Save où les points de vue sur la chaîne pyrénéenne sont nombreux. L'itinéraire alterne entre crêtes, vallons, bois et découverte du patrimoine bâti.

Randonneurs et promeneurs se rejoindront à la salle des fêtes de Ciadoux où se tient la 11^{ème} édition du salon « Autour des livres ». Auteurs, lectures, dédicaces, conférences et animations, tous se donnent rendez-vous pour cette rencontre annuelle.

Pour les promeneurs : journée et repas libres à Ciadoux pour participer à la 11^{ème} édition du salon « Autour des livres ».

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 17,700 km - dénivelée +310/- 300m

↳ Niveau 2 : distance 13,800 km - dénivelée +/-230 m

↳ Niveau 3 : distance 9 km - dénivelée +/-165m

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 8h00 - Départ 8h15

Prix : adhérents 17,00€ - Non adhérents 20,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

DIMANCHE 15 NOVEMBRE

VAOUR (81)

Le village de Vaour doit son origine aux Templiers dont les restes d'une commanderie subsistent au sud.

L'Ordre du Temple est devenu mythique au fil des siècles, de nombreuses légendes entourent cet ordre. Dans le Tarn, les templiers se sont installés près de



Vaour vers 1140. Ils y ont construit une commanderie, qui a fini par être la plus grande de la région aux alentours de 1160. De nombreux bâtiments la composaient et elle faisait plus de 1100 m² au total.

Nous randonnerons dans le pays de Vaour, entre Quercy et Albigeois, et alternerons des voies celtiques et romaines dans un paysage de Causse avec des dolmens et de nombreuses fontaines. Nous pourrons apprécier le panorama et découvrir plusieurs jolis villages au bâti remarquable.

Pour les randonneurs

↳ Niveau 1 : distance : 20 km - dénivelé : +490 m/-330 m

↳ Niveau 2 : distance : 16 km - dénivelé : +350 m/-340 m

↳ Niveau 3 : distance : 10 km - dénivelé : +260 m/-105 m

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 8h - Départ 8h15

Prix : adhérents 17,00€ - Non adhérents 20,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

SAMEDI 21 NOVEMBRE

Réunion pour la *survie* d'Amitiés-Loisirs (voir page 4)

DIMANCHE 22 NOVEMBRE 2020**ASTAFFORT - LECTOURE (32)**

Après la fontaine du Cassé, les fermes de Tuilerie, le château de la Busquette, le château de Lacassagne et la source de Picat, ce parcours vous emmène vers la ville de Lectoure labellisée «plus beau détour de France». En effet, elle se pare d'une ceinture de



remparts d'où émergent de belles maisons en pierres, jardins, fontaines, ruelles, anciens hôtels particuliers, thermes et monuments imposants.

Pour les promeneurs : Journée et repas libres à Lectoure.

Rencontre avec les métiers d'Art. Venez découvrir et admirer le travail d'une cinquantaine d'artistes et d'artisans d'Art. Une occasion unique de comprendre comment travaillent les artistes et de mieux cerner leur démarche. De la photographie à la sculpture en passant par la tapisserie d'ameublement, la rénovation de peintures, le travail du bois, la poterie, la création de chapeaux, l'enduit à la chaux... A ne pas manquer !

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 23km – dénivelé + 530/- 450

↳ Niveau 2 : distance 15km – dénivelé + 360/- 310

↳ Niveau 3 : distance 9km – dénivelé + 240/- 240

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 7h30 Départ 7h45

Prix : adhésions 20€ – non adhésions 23€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

DIMANCHE 29 NOVEMBRE**MERCUS-GARRABET (09)**

Belle randonnée, beaux paysages avec du relief, dénivelés présents, belles contrées, avec Arnave village pittoresque, sa rivière, sa fontaine d'eau fraîche et au-dessus la chapelle de St Paul et sa **Pierre noire** aux propriétés médicinales.

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 17 km – dénivelée +/-1037 m

↳ Niveau 2 : distance 14 km - dénivelée +/-730m

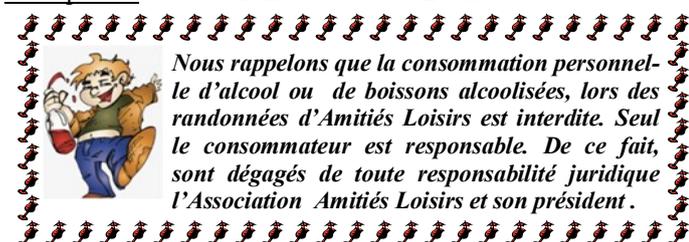
↳ Niveau 3 : distance 7 km – dénivelée + 295/351m

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 7h15 - Départ 7h30

Prix : adhérents 20,00€ - Non adhérents 23,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

**DIMANCHE 6 DECEMBRE****De MONTGAILLARD à SAINT-CLAR (82)**

Nous emprunterons le PR10, chemin qui reliait Lavit à Saint-Clar, deux centres commerciaux très importants du Moyen Age jusqu'à la fin du XXème siècle. Le marché de Lavit était spécialisé dans les bestiaux, celui de Saint-Clar dans le commerce de grains et de poteries.



A Saint-Clar, le marché de Noël nous attend sous la halle-hôtel de ville située au centre de la place de la Mairie, une place entourée de maisons à arcades (ou *garlandes*), situation typique des bastides du Sud-Ouest de la France.

Pour les promeneurs : journée et repas libres à Saint-Clar où le **marché de Noël**, ses animations et ses nombreux artisans leur donneront sûrement des idées cadeaux.

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 19,725 km - dénivelée +359/- 442m

↳ Niveau 2 : distance 14 km - dénivelée +202/- 295 m

↳ Niveau 3 : distance 9,810 km – dénivelée +137/-195m

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 8h00 - Départ 8h15

Prix : adhérents 20,00€ - Non adhérents 23,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

DIMANCHE 13 DECEMBRE**SIDOBRE (81)**

Ah le chaos ! Que pouvons-nous en dire ? Est-ce le désordre général ? Et bien non ! C'est une «rivière de boules de granit formées par l'érosion, qui ont dévalé la pente et se sont retrouvées dans le creux formé par un ruisseau» (source internet).



En ce dimanche 13 décembre, venez chercher les Trois Fromages, le Roc de l'Oie... A la fin du parcours, vous pourrez aussi admirer Peyro Clabado. Ce rocher de 780 tonnes tient sur un socle d'un mètre carré. Pendant ce temps, les promeneurs pourront découvrir ou redécouvrir la ville de Castres et son musée Goya. A vos agendas !

Pour les randonneurs :

↳ Niveau 1 : distance 19 km – dénivelée + 700/- 580 m

↳ Niveau 2 : distance 14 km - dénivelée + 330/- 320 m

↳ Niveau 3 : distance 10 km – dénivelée + 210/- 200 m

Pour les promeneurs : journée et repas libres à Castres -

Possibilité de visite du musée Goya pour 5 € (ouvert à partir de 10 h)

Rendez-vous : Métro Station Argoulets

à 7h30 - Départ 7h45

Prix : adhérents 20,00€ - Non adhérents 23,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13

SAMEDI 19 DECEMBRE
ASSEMBLEE GENERALE ANNUELLE
(masque obligatoire tout au long de la réunion)

Vous recevrez la documentation nécessaire à l'organisation de cette journée par voie postale quinze jours minimum avant.

Rendez-vous à 14h, salle polyvalente de la Maison des Associations (ancienne caserne Niel) – 3 Place Guy Hersant - métro ligne B station Empalot (pas de parking).

Venez nombreux et apportez les procurations des copains/copines qui ne peuvent être présents. En fin de réunion, nous partagerons le pot de l'amitié.

DIMANCHE 20 DECEMBRE

TOULOUSE autrement « la tête dans les étoiles ».

Mis à l'honneur dans « Toulouse Métropole à pied » ce parcours sillonne le sud-est de Toulouse par les bords du canal du Midi, les hauteurs de Montaudran, la Grande Plaine et le parc des Argoulets tout en privilégiant une thématique scientifique. Ainsi, vous passerez à proximité du quai des Savoirs, du jardin des Plantes, de la piste des Géants, de la cité de l'Espace et de l'observatoire astronomique de Jolimont.



Pour les randonneurs :

↳ 1 seul niveau : distance 16,500 km - dénivelée +/-130 m

Possibilité de s'arrêter en cours de randonnée (arrêts de bus et station de métro sur le parcours).

Rendez-vous : Gare SNCF Matabiau
à 9h15 - Départ 9h30

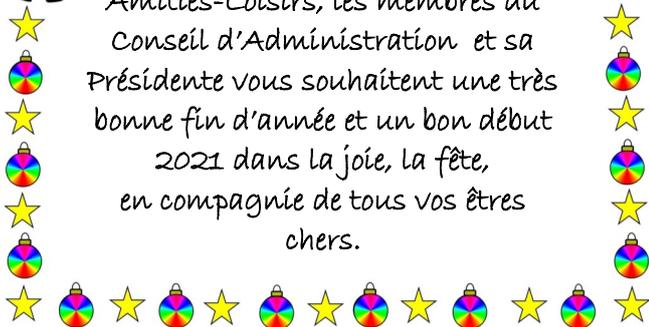
Prix : adhérents 2,00€ - Non adhérents 3,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13



Joyeux Noël et Bonne Année

Amitiés-Loisirs, les membres du
Conseil d'Administration et sa
Présidente vous souhaitent une très
bonne fin d'année et un bon début
2021 dans la joie, la fête,
en compagnie de tous vos êtres
chers.



DIMANCHE 3 JANVIER

De BLAGNAC à TOULOUSE au fil de la Garonne

Garonne – comme l'appellent les sympathisants du fleuve – possède un caractère capricieux : malgré les aménagements, elle reste relativement sauvage, avec des paysages naturels abritant des espèces protégées. Vous pourrez la suivre de Blagnac à Toulouse, au fil des sentiers, des quais jusqu'au pont Saint-Michel.

Pour les randonneurs :

↳ Grand circuit : distance 16 km - dénivelée +90/-80m

↳ Petit circuit : distance 11km - dénivelée +45/- 35m

Rendez-vous : Tram Station Palais de Justice
à 9h15 - Départ 9h30

Prix : adhérents 2,00€ - Non adhérents 3,00€

Inscriptions : Colette 06 87 49 26 13



Amitiés-Loisirs sera « en perdition » si aucune âme charitable ne vient renforcer le Conseil d'Administration qui s'étirole au fil du temps. Nous serons pratiquement au minimum prévu par les statuts après l'Assemblée Générale si aucune personne ne vient rejoindre celles et ceux qui se battent pour vous, pour vous apporter un maximum de plaisir. Seuls, nous n'y arriverons plus !

Que faudrait-il ?

- Que chaque poste soit en binôme : trésorier, secrétaire, président.
- Que l'organisation des sorties culturelles soit de nouveau prise en main par des volontaires
- Que la recherche des randonnées, leur organisation jusqu'à l'encadrement des sorties soient partagées avec le plus grand nombre, formé ou non, afin que ce lourd travail devienne plus « léger » pour celui qui veut s'y Investir.

Et que sais-je encore !

Depuis plusieurs années, l'association est **solidaire de ses adhérents**. Comment ? En prenant en charge les dépassements de frais dus au manque de participation dominicale. Vous ne vous en rendez peut-être pas compte, mais les déficits successifs viennent principalement de là.

Il est temps d'inverser la tendance et d'être **solidaire de cette association** qui fêtera, je l'espère, ses 35 ans en 2021 et qui a toujours été présente à vos côtés au gré des présidences successives.

Il serait grandement dommage qu'elle disparaisse, non pas par manque de finances mais par manque de **dynamisme** de ses adhérents !

Alors, venez investir un peu de votre temps, partager vos idées, débattre de l'avenir d'Amitiés-Loisirs, de ce qui va, de ce qui ne va pas..., bref ! Participez !

Aussi, je vous propose de nous retrouver pour échanger sur tous les sujets que vous voudrez abordés le **samedi 21 novembre à 14h15 au 7 Rue des Amidonniers**. Merci de votre présence. **Colette**

(Pour des raisons sanitaires, merci de me signaler votre participation).

Week-end dans le Narbonnais les 19 et 20 septembre 2020

Nous voici rassemblés en cette matinée du 19 septembre, avec une météo peu encourageante, à la gare routière de Toulouse. Les randonneurs vont descendre à 9 heures à Peyriac-de-Mer, tandis que *Pascale* nous attend à Narbonne, et va nous guider durant notre petit séjour, ainsi que Jean-Luc, devant le grand marché qui date de 1901, édifié par l'architecte André Gabel. Nous apprenons ainsi que le nom de la ville vient de Narbo, qui signifiait "delta des eaux", durant l'antiquité, chez les Ibères, qui peuplaient la région. Nous longeons le Canal de la Robine, avec son Pont des Marchands. Nous avons droit à un premier exposé historique, qui nous apprend qu'une première colonie romaine s'est installée en ces lieux en 118 AJC, fondée par Domitius Aenobarbus.

Voici maintenant au Palais de l'Evêché datant de 1232, sur la place de l'Hôtel de Ville, avec plusieurs styles superposés et des tours à bases romaines, avec le Passage de l'Ancre, très médiéval. Le cloître de la cathédrale, de style gothique datant de 1347, nous amène vers l'entrée de l'édifice, avec ses grandes orgues et, çà et là, des gargouilles. Nous terminons par la cour Saint Eutrope, avec son cloître aux arches inachevées. Après ces premières visites, nous avons droit au pique-nique « gastronomique » aimablement offert par *Pascale*, dans un petit jardin.

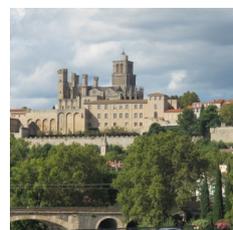
Après ce sympathique repas, nous voilà repartis pour le sentier du cimetière, avec son dénivelé et, à intervalles réguliers, des stèles aux noms de marins disparus en mer gravés, datant du XIX^e siècle, avant de faire une petite halte tout en haut à la Chapelle Notre-Dame des Auziels.

Nous visitons ensuite le Musée des Salins de Gruissan avec, d'abord, l'atelier de poteries multiformes et multicolores, puis suivons les salins : plages d'un blanc immaculé. La visite est bien commentée : parcs à huîtres et sel pharmaceutique. Le domaine compte 450 hectares, avec vue sur Port-La-Nouvelle. Nous avons droit, en prime, à un petit ramassage de sel (l'eau de mer en compte 60 grammes par litre). L'ensemble compte 70 bassins. C'est *Dorian* qui nous a fait un exposé très technique sur la fabrication du sel (auquel le vent participe lui aussi, ainsi que les plantes "alocides"...)



Ainsi se termine notre première journée, bien agréable. Nous gagnons ensuite l'Hôtel Ibis, puis le restaurant "Courte-Paille" où nous attend un excellent repas, dans une ambiance détendue.

Le lendemain débute par la traversée d'une région plate et verte, sous un ciel un peu nuageux, mais avec le soleil. Après avoir débarqué les courageux randonneurs, nous filons vers Bize-Minervois pour visiter "*Ouliba*", où nous attend *Virginie*. Il s'agit d'une cave coopérative qui compte 800 adhérents. *Virginie* poursuit avec un exposé sur la production des olives (cueillette à la main puis maturité en noircissant.) Elle nous apprend également que c'est la France qui est la première productrice au monde, qu'un olivier peut vivre 2000 ans, et que cinq variétés sont cultivées sur le domaine ; le nettoyage après récolte s'effectue à mi-octobre, suivi du pressage. Nous assistons ensuite à une projection sur l'histoire de l'olive, sur les processus de pressage et de l'obtention de l'huile, sur sa préparation, sur sa symbolique à travers les âges à travers diverses représentations puis, pour terminer, à une dégustation. Cette dernière après-midi, nous allons la passer à naviguer. Et nous nous retrouvons à Fonsérane La Coche d'Eau, près de Béziers. Après une belle promenade à pied près du canal des neuf écluses, nous attendons la péniche. Et c'est *Rodolfo*, qui nous donnera les abondantes explications durant notre navigation. Et nous allons vers le pont-pont canal sur cette voie d'eau bordée de magnifiques cyprès sur les deux côtés, avec un chemin de halage. Le pont est supporté par cinq arches, il enjambe l'Orb nous le passons et apercevons Béziers au loin avec sa cathédrale Saint-Nazaire et son clocher haut de 48 mètres.



Nous approchons lentement de la pente d'eau de Fonsérane, appelée aussi "ascenseur à bateaux", et nous assistons au remplissage pour le passage de notre embarcation, ("éclusage"), à l'ouverture des deux portails que nous franchissons en toute facilité. *Mustapha*, notre chauffeur, nous explique que les platanes centenaires qui bordent le canal empêchent en grande partie l'évaporation. La traversée des neuf étapes s'effectue successivement, tandis que l'éclusier attache le câble à un piquet métallique, et le détache ensuite, ce qui permet d'avancer jusqu'à l'étape suivante.

Et nous terminons peu avant 18 heures cette merveilleuse navigation pour regagner notre bus afin de retourner sur Toulouse et terminer ce merveilleux week-end qui nous a tant régallés. **Robert**

« *Merci* pour ce WE, après ce confinement et tout le reste cela nous a fait du bien de passer deux très agréables journées.

Merci à *Pascale* qui nous a concocté des visites et surtout une intendance autant gastronomique que culturelle.

Merci à notre chauffeur qui dans ce petit mini-bus nous a conduits allègrement et avec bonne humeur pendant tout le séjour. Tout était là, le beau temps la bonne humeur j'espère que tu referas cette expérience. Attendons avec impatience le compte rendu de *Robert* qui est aussi érudit en histoire que *Jean Luc* notre guide, ils nous ont énormément intéressés par leurs diverses explications. *Merci encore* » **Christiane**

Les randonneurs. Très peu (4 seulement !) le séjour associatif s'est transformé en « rando entre potes ». Agréablement surpris par la beauté de Peyriac-de-Mer où les vestiges du commerce du sel sont encore visibles, la traversée de vignobles où -chut ! ne le répétez pas - nous nous sommes gavés de belles grappes de raisin oubliées ... jusqu'au port « la Nautique », nous avons suivi le bord de mer. Le dimanche, sur les hauteurs de Bize-Minervois nous avons cheminé dans la pinède avant de rejoindre nos amis touristes et *Mohamed* notre sympathique chauffeur, attablés devant un excellent dessert. La croisière des 9 écluses de Fonsérane est à recommander et un joli point final à ce week-end au grand air ! **Colette**



LES SECTIONS

La Section Voyages:	Colette	06 87 49 26 13
La Section Sorties Culturelles :.....	Voir sur programme la personne à joindre pour l'inscription	
La Section Randonnées :	Colette – Marie Noëlle	06 87 49 26 13 - 06 17 71 52 53 (en soirée)
La Section Amitiés	Colette	06 87 49 26 13

(Pour les adhérents (es) hospitalisés (es))

TRES IMPORTANT

Pour toutes les activités, il est impératif de téléphoner pour retenir sa place.

Afin de prévenir en cas de difficulté : un numéro de téléphone est mis en service 30 minutes avant le départ des randonnées en bus : 06 87 49 26 13 (téléphone associatif) - Cette ligne restera ouverte jusqu'au retour à Toulouse.

CLASSEMENT DES RANDONNEES

- Niveau 1 : entre 18 et 20 km, dénivelé de 450 à 800m positif (cumulé) : marcheurs entraînés
- Niveau 2 : entre 14 et 16 km, dénivelé jusqu'à 450m positif (cumulé) : bons marcheurs
- Niveau 3 : entre 8 et 12 km, dénivelé faible ou inférieur à 250m positif (cumulé)

Directeur de la Publication et de la Rédaction Colette TESSIER 06 87 49 26 13
Imprimé par nos soins - CPPAP - Dépôt légal 324796 - SIRET 47785489700014

BULLETIN BIMESTRIEL

Toute personne participant aux diverses activités peut réaliser des articles. Ceux-ci doivent nous parvenir au minimum **un mois** avant la parution du **Bulletin**, avec Nom, Prénom et signature. La publication aura lieu dans l'ordre de réception et en fonction de la place disponible. Tout courrier doit être adressé à :

Maison des Associations Service de la Vie Associative
Amitiés-Loisirs Boîte n° 179 3 Place Guy Hersant BP 74184 - 31031 TOULOUSE CEDEX 4

PERMANENCES D'AMITIES-LOISIRS

Maison des Associations Service vie associative 3 Place Guy Hersant Toulouse ☎05 36 25 28 30
Métro ligne B station Empalot/Saint-Agne SNCF
Lundi - Vendredi de 14h à 16h (hors vacances scolaires)

- RENOUVELLEMENT D'ADHESION du 01/09/2020 au 31/08/2021 12,50€**
 1^{ère} DEMANDE D'ADHESION du 01/09/2020 au 31/08/2021 25,00 €
 ABONNEMENT du 01/09/2019 au 31/08/2020 10,00 € (Non adhérent)

Chèque libellé à l'ordre d'AMITIES-LOISIRS et à adresser : **Maison des Associations Service de la Vie Associative - Amitiés-Loisirs Boîte n° 179 - 3 Place Guy Hersant BP 74184 31031 TOULOUSE CEDEX 4**

Nom : Prénom : Date de Naissance

Adresse :

Code postal : Ville : Téléphone :

Mobile : Email :

- DEMANDE DE LICENCE : 1^{ère} licence FFRandonnée IRA (+ le certificat médical) ou renouvellement (32€)**
(Chèque à l'ordre d'Amitiés-Loisirs)

➤ **Statuts et règlement intérieur** : Je déclare avoir pris connaissance des statuts et du règlement intérieur de l'association Amitiés-Loisirs que j'ai pu lire à mon inscription..

➤ **Autorisation de prises de vue et/ou photographies /adresse mail :**

J'autorise l'association Amitiés-Loisirs à utiliser et diffuser à titre gratuit sur son site web www.asso.amities-loisirs.com des photographies de groupes où je figure, réalisées lors des activités du club :

OUI NON (rayer la mention inutile)

J'autorise l'association Amitiés-Loisirs à donner mon adresse mail à la FFRandonnée pour bénéficier des avantages et informations : OUI NON (rayer la mention inutile)

➤ **Pour l'envoi de la carte d'adhésion (et de la licence) joindre une enveloppe timbrée.**

➤ Personne à prévenir en cas d'accident : Nom Téléphone

A le

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »