

Les Maures et les îles d'Or

4 jours / 3 nuits - Niveau Facile

Du 26 au 29 octobre 2024



VOTRE VOYAGE EN ACCOMPAGNÉ

Loin de l'agitation de l'été, découverte, sous l'un des climats les plus doux de France, la côte méditerranéenne et ses plus proches îles : les îles du Levant.

Le massif des Maures : les pieds dans la Méditerranée, il culmine à 780 m d'altitude et s'étend de Toulon à Saint-Raphaël. Terrain principalement métamorphique, il présente des reliefs profonds, recouvert d'épaisses forêts de chênes liège et de pins maritimes. C'est aussi un grand jardin, regorgeant de plantes rares et de mimosas et des derniers sentiers côtiers encore un peu sauvages.

L'île de Port-Cros : c'est un Parc national où la flore et la faune marines sont préservées et où les lumières les plus saisissantes de Provence rivalisent de pureté. Une sensation d'être au " bout du monde ". Autrefois la bien nommée " le Marquisat des îles d'or ", elle abrita au cours des âges aussi bien les pêcheurs, les navigateurs, les pirates et les moines. Ce fût un point stratégique des côtes méditerranéennes, comme l'attestent encore la présence de nombreuses forteresses. La faune et la flore s'inscrivent dans la continuité du Massif des Maures, toutefois les falaises abritent plus d'oiseaux migrateurs.

L'île de Porquerolles : le joyau des îles d'or, l'île des sens, une île qui a gardé les charmes de la côte d'azur. Avec son petit village et sa place bordée de platanes et d'eucalyptus, ses sentiers ombragés sous les pins maritimes et ses parfums. L'histoire de l'île est indissociable de François-Joseph Fournier, qui, fortune faite en Amérique du sud, s'offrit l'île et y installa de grands domaines agricoles, toujours existants et respectueux de ce superbe environnement méditerranéen.

La presqu'île de Giens : elle cache des trésors insoupçonnés à quelques kilomètres seulement de la ville. Avec ses criques sauvages dominées par des pins géants, ses petits ports abritant encore les " pointus " bariolés des pêcheurs et des falaises colorées. Ce serait vraiment dommage de passer à côté sans en faire le tour !

Vous apprécierez

- Îles préservées de Port-Cros et Porquerolles
- Lumière et chaleur du sud sur fond de mer bleu turquoise
- Un hôtel sympathique, au calme et à proximité de la mer

Programme

JOUR 1 : PARIS - LE LAVANDOU

Train Paris – Hyères . Accueil par votre guide et transfert privé pour votre hôtel au Lavandou . Installation pour 3 nuits en hôtel *** .
Présentation du séjour autour d'un verre, avant de dîner en ville .
Hébergement / repas : Demi-pension

JOUR 2 : ÎLE DE PORT-CROS

Journée de découverte de l'île de Port-Cros. Accès à l'île en bateau depuis le port du Lavandou. Randonnée dans le premier parc national terrestre et marin d'Europe où l'environnement reste préservé et où les vues sur une nature sauvage et montagneuse sont ravissantes. La journée se termine au minuscule port de l'île pour attendre le bateau qui nous ramènera sur le continent.
Distance parcourue : 10 à 12 km - Heure d'activité : 4 à 5h - Dénivelé positif : de 250 à 350 m - Dénivelé négatif : de 250 à 350 m
Hébergement / repas : Demi-pension et pique-nique le midi

JOUR 3 : ÎLE DE PORQUEROLLES

Départ en bateau depuis Le Lavandou pour une journée de découverte de l'île de Porquerolles, une île bien préservée où l'homme a réussi à vivre en harmonie avec la nature qui l'entoure en la respectant. Randonnée vers la côte sud et vers son grand phare, les pointes du Langoustier et vers la plage d'Argent la plus connue. Retour sur le continent en fin de journée.
Distance parcourue : 13 à 15km - Heure d'activité : 4 à 5 h - Dénivelé positif : de 300 à 350 m - Dénivelé négatif : de 300 à 350 m
Hébergement / repas : Demi-pension et pique-nique le midi .

JOUR 4 : PRESQU'ÎLE DE GIENS

Journée de découverte de la presqu'île de Giens rattachée au continent par 2 cordons de 4 km de longueur - le double tombolo -. C'est l'une des curiosités naturelles les plus remarquables de toute la Méditerranée. Après un transfert en bus d'environ 45 minutes, randonnée sur la pointe occidentale de Giens : la plage de l'Aygade faite de sable et de galets, le Pain de Sucre, la pointe de Chevaliers, la pointe Escampobariou et le village de Giens en plein centre de la presqu'île. Transfert à la gare de Hyères après votre randonnée.
Distance parcourue : 10 km - Heure d'activité : de 4 à 5 h - Dénivelé positif : 300 m - Dénivelé négatif : 300 m
Hébergement / repas : Demi-pension et pique-nique le midi .

Fin du programme et des prestations. Les jours 2 et 3 peuvent être intervertis selon les horaires de bateau.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

Hébergement - repas

Hébergement :

Vous serez logés en chambre de 2 personnes. Vous pouvez choisir, sous réserve de disponibilité, une chambre individuelle.
L'hôtel au Lavandou est un petit hôtel classé ***, situé dans un quartier résidentiel paisible, à 200 m des plages et 100 m des commerces et du front de mer. Cette ancienne bâtisse provençale de 1890 est entourée d'un joli jardin exotique où vous pourrez vous reposer.

Repas :

Petits-déjeuners à l'hôtel ; dîners dans un restaurant partenaire sur le front de mer à 5 minutes à pied ; pique-niques tirés du sac à midi.

Le prix comprend (de l'accueil à la dispersion)

- L'hébergement pour 3 nuits en demi-pension
- Les repas tels que décrits dans le jour par jour du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 4
- L'encadrement par un guide Chamina voyages
- Les transferts terrestres et maritimes prévus
- Les taxes de séjour
- L'assurance annulation
- Les frais d'inscription offerts

Le prix ne comprend pas

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites éventuelles
- Le ralliement sur place
- Le supplément single à 150€

Accès

Quelle que soit votre destination, que vous la rejoignez par voie aérienne ou terrestre, nous incluons le coût de l'absorption des émissions carbone induites par les trajets dans tous nos séjours.

Dans la mesure du possible, nous vous encourageons à utiliser les transports en commun pour réduire l'impact de votre séjour. Nous sommes en mesure de vous proposer la réservation de vos billets de train et de bus pour vos séjours en France et dans les pays frontaliers (Benelux, Espagne, Italie, Allemagne, Autriche, Italie, Suisse, Londres)

Pour vos préacheminements en véhicule personnel, pensez également au covoiturage avec www.blablacar.fr par exemple.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN

TGV directs sur Hyères ou via Toulon, puis accès par bus régulier, ligne 878 du réseau Zou , arrêt au Lavandou "Square des Héros", l'hôtel se trouve à 50 mètres.

Horaires des lignes de bus départementales sur le site du Conseil Général du Var site internet ZOU

<https://zou.maregionsud.fr/> tarif estimé billet aller : 3 euros

Service plus :

Chamina Voyages réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garantis, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité. Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée, contactez-nous : transport@chamina-voyages.com.

SI VOUS VENEZ EN VOITURE

L'hôtel au Lavandou se trouve tout près du centre ville. Places gratuites de parking mais non gardées dans la rue de l'hôtel et les rues adjacentes.

Si vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour

Si vous souhaitez réserver une nuit supplémentaire dans l'hébergement de votre séjour, nous consulter pour obtenir les coordonnées.

Niveau

Étapes de 10 à 15 km par jour, 4 à 5 h de marche, sans difficultés techniques sur sentiers côtiers et pistes forestières. Dénivellations de 250 à 350 m par jour à la montée en moyenne, une seule journée un peu plus conséquente avec une dénivellation de 600 m. Terrain pouvant être caillouteux notamment sur les sentiers côtiers, mais aussi sablonneux, niveau globalement accessible car les étapes ne sont pas très longues.

Encadrement

Accompagnateur de l'équipe Chamina Voyages diplômé selon la législation en vigueur

Groupe

De 10 à 15 participants

En cas de problème de dernière minute

Il vous sera envoyé, une vingtaine de jours avant le départ, une convocation sur laquelle figurent les coordonnées de l'hébergement du 1er soir ainsi que les numéros d'urgence.

Environnement

En dehors de l'île de Port-Cros, le Parc National de Port-Cros gère l'île voisine de Porquerolles, la presqu'île de Giens, le Cap Lardier. Il participe en tant que conseiller technique et scientifique à la gestion des Salins d'Hyères, zone humide riche en oiseaux. Il administre le Conservatoire botanique national méditerranéen de Porquerolles, chargé de la conservation de la flore sauvage. Il anime la partie française du Sanctuaire Pelagos pour la protection des mammifères marins en Méditerranée. Le parc présente le patrimoine naturel à travers la faune, la flore et les paysages mais aussi l'histoire et le patrimoine architectural. Il propose des itinéraires de randonnée et des animations. Venez découvrir cet espace naturel protégé, véritable réserve marine et ornithologique.

Le Parc National de Port-Cros, premier parc national marin en Europe, a été créé en décembre 1963. Il s'étend sur 700 ha de superficie terrestre, avec les îlots de Bagaud, du Rascas et de la Gabinière et 1300 ha en mer. Espace témoin, il rassemble un grand nombre des espèces terrestres et marines caractéristiques de la Méditerranée occidentale.

Lieu d'une protection forte, le parc national s'attache, par une gestion attentive, à y conserver le patrimoine naturel, historique et paysager exceptionnel, tout en maintenant une ouverture raisonnée à l'accès du public.

Depuis 1998, le Parc national de Port-Cros est titulaire du "Diplôme européen", décerné par le Conseil de l'Europe et depuis 2001 il est inscrit, seul site français à ce jour, parmi les "aires spécialement protégées d'importance méditerranéenne".

En décembre 1963, le premier parc national marin d'Europe est créé sur l'île voisine de Port-Cros.

En 1971, l'Etat confie au Parc National de Port-Cros, dont le siège administratif est à Hyères, la gestion et la mise en valeur des 1000 hectares de l'ancien Domaine Fournier qu'il vient d'acquérir sur l'île de Porquerolles. Il en devient propriétaire par dotation de l'Etat en 1985.

En 1988, l'île de Porquerolles ainsi qu'un périmètre marin de 500 m autour de l'île et des îlots devient un site classé et en 1996 ce périmètre est repris pour créer un site pilote du Réseau Natura 2000.

Le 6 mai 2012, le décret n°2012-649, en application de la loi d'avril 2006, a reconfiguré en profondeur l'espace du parc national qui est aujourd'hui constitué de :

deux « coeurs », espaces de protection et d'accueil du public, constitués de l'île de Port-Cros et des espaces naturels propriété de l'Etat de l'île Porquerolles ainsi que leur frange marine jusqu'à une distance de 600 m, une « aire potentielle d'adhésion », espace de projet de développement durable à élaborer avec en partenariat avec les 11 communes qui le composent, une « aire maritime adjacente » réplique en mer de l'aire d'adhésion, qui couvre l'espace marin au droit de ces 11 communes et étendue jusqu'à 3 milles marins au sud des île,

La presqu'île de Giens est reliée au continent par un double tombolo constitué de deux cordons dunaires enserrant les salins et l'étang des Pesquiers. Ils se sont formés par l'accumulation des alluvions charriés par le Gapeau et le Maraven jusqu'à la mer. Cette formation, quasi unique au monde, n'a de réplique qu'aux Etats-unis, en Italie et au Japon.

L'ensemble du site de la presqu'île est recouvert de forêt littorale surplombant de hautes falaises maritimes. Le Pin d'Alep, très présent, cotoie un maquis quasi impénétrable constitué notamment de pistachier-lentisque, de phylaire, et de salsepareille. Ces territoires, propriétés du Conservatoire du Littoral, sont l'objet d'une gestion concertée entre la commune de Hyères les Palmiers et le Parc National de Port-Cros. Le parc a établi pour chacun des espaces concernés un programme d'aménagement, qui précise les actions à conduire pour sauvegarder le patrimoine biologique et paysager, tout en assurant une ouverture raisonnable au public.

Les Salins d'Hyères sont répartis sur deux sites : les Vieux Salins (350 ha) exploités dès le Xème siècle, et le salin des Pesquiers (550 ha) exploité à partir de 1848. Paysage de contact entre la terre et l'eau, ils présentent une diversité remarquable de milieux : sansouire, dunes littorales, roselières, fourrés à tamaris. Ils sont fréquentés par plus de 270 espèces d'oiseaux, sédentaires ou migratrices.

Ces territoires, propriétés du Conservatoire du Littoral depuis 2001, ont tout d'abord fait l'objet d'une gestion concertée entre le propriétaire, la commune de Hyères-les-Palmiers et le Parc national de Port-Cros. En 2004, la communauté d'agglomération Toulon-Provence-Méditerranée en a repris la gestion avec l'appui scientifique et technique du Parc. Les premiers travaux ont porté sur la restauration des équipements hydrauliques non plus pour fabriquer du sel mais pour favoriser le maintien des biotopes, de la faune et de la flore liés à la présence du sel.

Les massifs forestiers des Maures et des îles d'Or sont très sensibles aux feux de forêts et la flore méditerranéenne qui s'y trouve est très fragile. Il est important de bien suivre les pistes et les sentiers et de respecter les recommandations de la charte du Promeneur en Forêt de l'Office National des Forêts. Elle régleme cette zone : feux interdits et interdiction de fumer en forêt du 15 mars au 15 octobre ; en plus des dates d'interdiction préfectorales réglemant l'accès entre le 15 juin et le 15 septembre, le massif peut être interdit d'accès ponctuellement en fonction des conditions de sécheresse. Respect des animaux (ils sont chez eux) et des plantes que l'on ne cueille pas (une fleur arrachée ne repousse pas !), on rapporte tous ses détritux dans les containers prévus à cet effet.

Source pn Port Cros

Climat

Méditerranéen. Doux en hiver, idéal au printemps et à l'automne pour sa douceur, sa lumière et sa nature en fleur. L'été, le massif est fermé en raison des risques d'incendie. L'itinéraire se déroule entre le niveau de la mer et 450 m d'altitude sur les collines des Maures dominant la mer.

ÉTHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE



Tourisme responsable et durable

AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Chamina Voyages est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur www.tourisme-responsable.org

Des espaces naturels protégés :

Depuis ses débuts, Chamina Voyages travaille en étroite collaboration avec les parcs naturels régionaux et nationaux de France et d'Europe pour l'élaboration de ses séjours. Au total, ce sont plus de 240 de nos séjours qui sont répartis sur environ 75 parcs naturels, soit plus de 40 % de notre production.

Nos partenariats avec les parcs nous permettent de mettre en place des séjours contribuant à faire connaître ces espaces

protégés tout en respectant leur fragilité, grâce à un choix minutieux des randonnées nous permettant de vous proposer les plus beaux itinéraires, tout en évitant la sur-fréquentation. Nous nous appuyons également sur leur système de labélisation pour nos choix d'hébergements et de prestataires respectueux de leur environnement et proposant des produits locaux. Nos séjours font également parfois l'objet d'une labélisation par les Parcs, comme certaines de nos randonnées sur le Parc des Volcans d'Auvergne, un gage de qualité supplémentaire pour nos randonneurs.

Recommandations pour un séjour responsable :

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet

: <https://www.chamina-voyages.com/agence/nos-engagements-un-tourisme-responsable>

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici :

<http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur>. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

Recommandations pour un séjour responsable

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet : <http://www.chamina-voyages.com/nos-engagements.html>.

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici : <http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur>. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PRÉPARER POUR LE DÉPART

Pour commencer du bon pied, pourquoi ne pas faire goûter une spécialité de votre région à vos compagnons de route... La convivialité est le gage d'un séjour réussi !

Vêtements

Pour la randonnée :

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type " carline " ou " capilène " (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - Tee-shirts

- 3 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et / ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude toujours les avoir au fond du sac

Pour l'étape :

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules " Quies " ou bouchons d'oreilles " Ear "

- affaires de toilette minimum + maillot et serviette de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

Matériel divers

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante (type " gore tex " ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut " casser " les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 L minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 L ne seront pas du luxe en période estivale et / ou dans des régions sèches et chaudes

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques
- papier hygiénique, mouchoirs en papier
- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et / ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 lampe de poche ou lampe frontale
- 1 paire de sandales légère

Bagages

- 1 sac à dos de 35 à 40 L aéré et réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...
- 1 sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange pour la semaine à confier aux transporteurs. Attention ! 1 seul sac par personnes ne dépassant pas 10 kg. Tout surplus pourra être refusé.

Assurance

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance - rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 euros
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un événement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 euros par personne
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Bibliographie

- Le Maurin des Maures - Jean AICARD - Éditions Marcel PETIT
- Le Rire du Maurin - Jean AICARD - Éditions Marcel PETIT
- L'illustre Maurin - Jean AICARD - Éditions Marcel PETIT
- Provence Vagabonde - Maurice PEZET - Éditions EDISUD
- Le Temps des Châtaignes - Jeanne COLLIGNON - Éditions EDISUD
- Le Liège - Margaret TONDELIE - Éditions EDISUD

-Carte Michelin 84

-Carte IGN série verte au 1/100 000 n°68.

-Carte Didier Richard au 1/50 000 " Massif des Maures "

CHAMINA VOYAGES

S.A.S Chamina Sylva au capital de 270 000 euros - Siège social : 43 place de Jaude 63000 Clermont-Ferrand. Tél. : 04 73 900 500
 - Fax : 04 73 41 00 42 - RCS 389 249 426 - Code APE 7911Z - Immatriculation Atout France (79/81 rue de Clichy, 75009 PARIS)
 n°IM063100042 - Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA - 14, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans Cedex 9 - Contrat n°146 161 560 - Garantie financière : Groupama Assurance Credit & Caution (RCS Paris B 380 810 283), 3 place Marcel Paul 92000 Nanterre - Agrément IATA numéro 20253671.

BON D'INSCRIPTION SPORT 2024

Destination : **Dates :**

NOM : **Prénom :**

Adresse personnelle :

Code postal : **Ville :**

TEL : **MAIL :**

TEL professionnel : **MAIL :**

Avez-vous participé à des séjours sports **oui** **non**

Lesquels et en quelle année ?

Allergie ou régime alimentaire particulier à préciser :

Participant(s) au séjour y compris l'agent Inserm

NOM	Prénom	Date de naissance	Age	Lien de parenté
				Agent Inserm

Souhaitez-vous une chambre individuelle ? **oui** **non**

Merci de noter que cette option est possible selon les disponibilités des hébergements.

Le supplément est à votre charge.

Je m'engage à me conformer aux règles de vie, horaires et usages en vigueur dans ce séjour et aux conditions de l'association ou de l'agence avec laquelle il est organisé.

Fait à

le

Signature

MODALITES D INSCRIPTION

COMPOSITION DU DOSSIER :

- Merci de compléter et signer le formulaire d'inscription
- De joindre un chèque d'acompte de 100 € **par personne inscrite**, à l'ordre du CAES Inserm, 1 chèque par famille.
- Un certificat médical attestant de votre aptitude physique à participer à cette activité sportive.

Votre fiche agent 2024 doit être à jour

VOTRE INSCRIPTION A UNE ACTIVITE NE POURRA ETRE PRISE EN CONSIDERATION QUE SI VOTRE DOSSIER EST COMPLET ET NOUS PARVIENT A LA DATE LIMITE DE RECEPTION DE VOTRE INSCRIPTION.

ARRHES ET REGLEMENT :

- Dès l'acceptation de votre dossier le chèque d'arrhes sera mis à l'encaissement. Possibilité de paiement échelonné. En faire la demande dès l'inscription

Subvention raliement :

Le CAES subventionne le raliement en train (billet 2e classe), avion ou voiture sur présentation de justificatifs (taux de subvention standard 10 – 60%).

Vous devez justifier le choix de l'avion par un cout inférieur au train il en est de même pour les billets de train en 1ere. Pensez à faire des copies écran des tarifs pour le même trajet et aux mêmes dates, et à les joindre à votre demande.

Les raliements en voiture sont subventionnés sur la base de l'indemnité kilométrique de 0,10€/km.