



Week-end "Multiactivités" Ascension 2020 du mercredi 20 mai (après-midi) au dimanche 24 mai (au soir) à Vannes (Morbihan)



En Bretagne Sud le Golfe du Morbihan est une véritable petite mer intérieure. Un lieu où la mer, la terre, le ciel se mêlent en paysages changeants et insolites avec ses innombrables îles et îlots rocheux ou boisés. Au fond du golfe la ville de Vannes avec ses fortifications, ses portes et ses maisons à pans de bois.

➤ LIEU D'HEBERGEMENT A VANNES POUR TOUS

- Draps et couvertures **fournis**, linge de toilette **non fourni**.
- Petits déjeuners entre 7h30 et 9h00 pris au restaurant de l'hébergement.
- Apéritifs du soir à partir de 19h30 et dîners à 20h15 pris au même endroit.

Pour les 12 personnes hors car :

- Réservation faite du **mercredi soir** (dîner non compris) au **lundi matin** (petits déjeuners compris)

➤ TRANSPORT Car Couchettes avec MONDDIA FRANCE : 40 places, avec remorque pour les vélos et VTT.

**-DEPART : EN PLACE ASSISE LE MERCREDI 20 MAI VERS 15H00 AVENUE DE LA PORTE DES TERNES 75017 (A 10 MN A PIED DE LA PORTE MAILLOT).
RENDEZ-VOUS VERS 14H15 POUR LES PARTICIPANTS (ES) AVEC VELO.
PRENDRE AVEC VOUS VOTRE REPAS CAR NOUS DINERONS EN COURS DE ROUTE.
L'HEURE PRECISE SERA CONFIRMEE ULTERIEUREMENT.**

- RETOUR : EN COUCHETTE AU MEME ENDROIT LE LUNDI 25 MAI VERS 5H30-6H00.

➤ TRANSPORT Individuel : Voiture ou train (Gare SNCF de Vannes à environ 2 km, ligne de bus depuis la gare). Le nombre de places « extérieures » sera possible en fonction du remplissage du car, les demandes seront sur liste d'attente par priorité d'arrivée.

➤ PIQUES-NIQUES

- Prévoir impérativement au départ de Paris, le ravitaillement pour le MERCREDI SOIR ET JEUDI MIDI.
- Plusieurs commerces dans la ville.

➤ PRIX DU WEEK-END

Par personne : Car : **284 €** si inscription avant le 20 avril ou **300 €** après cette date

Transport individuel : **163 €** (peut être prévoir une housse pour le train)

Ce prix comprend :

- le transport en car,
- le séjour (hébergement + demi-pension),
- les frais d'organisation,
- Les apéritifs du soir et les animations...

Ce prix ne comprend pas :

- le dîner de mercredi soir.
- les 4 pique-niques du midi.
- le coût des activités locales encadrées par des professionnels.

ORGANISATRICES : Françoise RUETTE 06 48 11 58 30 Ghislaine BORDIER 06 76 57 94 22
Laurence NORDMANN 06 12 74 54 31

➤ **INSCRIPTION :**

En envoyant le **bulletin d'inscription ci-joint** dûment rempli par courrier accompagné **d'un chèque** correspondant au prix du week-end selon la formule choisie (car ou individuel), ainsi que **le chèque** (1 part activité) éventuel pour la réservation de l'activité avec encadrement professionnel local extérieur au CIHM.

Les dates retenues pour les conditions d'annulation sont en page 3.

Les personnes souhaitant avoir des renseignements peuvent toujours nous contacter.

➤ **ACTIVITES SUR LE SITE**

Avec encadrement bénévole interne au CIHM

Cyclotourisme : Encours de préparation

Randonnée pédestre : Encours de préparation

Avec encadrement professionnel breveté

- ✓ **Kayak** : Pour une découverte magique du golfe. Venez pratiquer cette activité qui vous fera découvrir la faune et la flore. Vous serez accompagné par un moniteur et il faut savoir nager. Le site se trouve à Port Kerners (à côté d'Arzon) Si nécessaire le car accompagnera et ramènera les participants.

Equipement : chaussures fermées, maillot/short de bain.

- ✓ **Parcours aventure** : Un voyage au milieu des cimes vous attend au cœur de la forêt de Penvins. Le parc possède 9 parcours évolutifs situés entre 1 et 15 mètres de hauteur et plus de 1000 mètres de tyrolienne.

La sécurité est optimisée grâce au système de ligne de vie continue. Le site se trouve à Penvins (à côté de SARZEAU).

Si nécessaire le car accompagnera et ramènera les participants.

Equipement : chaussures fermées, jogging (éviter le short), tee-shirt, sweat

Avec encadrement bénévole interne au CIHM

- ✓ **Voile** : Pour découvrir les paysages et les couleurs du golfe qui en font tout son charme, venez naviguer une journée entre ses îles. Le départ se fera du port de Vannes. Il y a 10 à 12 places de disponibles.

Equipement : tennnis avec de bons lacets et des semelles antidérapantes. Haut et pantalon K-way, polaire, gants, pull, bonnet, maillot de bain et médicament anti-mal de mer (si vous êtes sensible). Les équipements de sécurité (gilet de sauvetage et longe) seront remis à bord.

Le déjeuner sera pris à bord, prévoir d'apporter une contribution simple (salée ou sucrée).

Activités	Jour	Durée	Tarif
Kayak	Samedi	Après midi	32 €
Parcours Aventure	Vendredi	Après midi	22,80 €
Voile	Samedi	Toute la journée	30 € *

* Pour participation aux frais de location couvert par les voileux.

IMPORTANT : Ces activités sont dépendantes de la météo. Si la réservation par le prestataire est confirmée, le règlement est encaissé.

Prévoir en plus : Casquette, lunette de soleil avec cordon, serviette de bain, crème solaire, une tenue de rechange, un sac pour les affaires sèches et le pique-nique.

RETROUVAILLES

La réunion de retrouvailles avec vos souvenirs (photos, diaporamas) du week-end aura lieu
Le mercredi 17 Juin à partir de 19 heures au 15 rue Gay-Lussac Paris 5^{ème}

Venez avec vos plats préférés à nous faire déguster !



Week-end "Multiactivités" Ascension 2020 – Vannes BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom du participant(e) : Prénom :
 Téléphone domicile : Téléphone professionnel :
 Téléphone portable : E-mail (lisible) :
 N° de votre carte d'adhérent 2020 :

• **Personne à prévenir en cas d'accident**

Nom : Téléphone :

• **Conditions d'annulation**

Si vous devez annuler votre inscription, tout désistement doit être signalé par écrit et fait l'objet de frais d'annulation. :

- Avant le 30 avril: 15€.
- Du 30 avril et jusqu'au 11 mai : 50% du montant versé.
- Après le 11 mai : 100% du montant versé. Les frais d'annulation sont les mêmes, quel que soit le taux de remplissage du car.

Aucun report sur un autre week-end n'est possible. Les inscriptions sur liste d'attente ne font l'objet d'aucun frais d'annulation.

Si le CIHM annule ce week-end, quelle qu'en soit la raison (manque de participants, mauvaises conditions météo...), les chèques d'inscription sont détruits mais les participants ne peuvent prétendre à aucune indemnisation.

• **Responsabilité**

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni guides, ni moniteurs, ni accompagnateurs professionnels. Chaque participant est donc seul responsable de sa propre sécurité, sauf action dolosive ou malveillante d'un tiers.

• **Adhésion et Assurances**

Pour participer à ce week-end, l'adhésion au CIHM est obligatoire.

Une assurance facultative, couvrant vos propres accidents corporels ("individuelle accident") ainsi que vos frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée, notamment pour l'escalade.

Nous vous proposons différentes formules d'assurances qui sont consultables sur le site CIHM dans Adhésion/Assurances.

Je déclare (*) : être déjà assuré(e) pour la couverture des activités sportives organisées par le CIHM

Assureur: N° Sociétaire :

ne pas vouloir m'assurer à l'assurance individuelle accident.

(*) cochez la mention utile

Je viens avec mon VELO	OUI	NON	(Barrer la mention inutile)
Je viens avec mon VTT	OUI	NON	(Barrer la mention inutile)

38 VELOS/VTT maximum, si vous omettez de le préciser à l'inscription vous prenez le risque de devoir le laisser chez vous.

➤ **Activités extérieures et interne au CIHM payantes choisies pendant ces quatre jours :**
Il est important de bien faire le choix au moment de l'inscription.

Activités	Prix
Kayak de mer	32 €
Parcours Aventure	22,80 €
Voile	30 €

Allergie alimentaire (à compléter) :

Merci de retourner un bulletin d'inscription par personne et l'envoyer à : Ghislaine BORDIER 208, Avenue du Maine 75014 PARIS

Avec : Mode de règlement : Chèque(s), à l'ordre du CIHM

- 1 chèque de € pour la participation au week-end voyage en car voyage individuel
- 1 chèque par activité

Date :

Signature :

Bonjours à toutes et tous,

Voici enfin la fiche d'inscription pour notre traditionnel week-end de l'Ascension qui aura lieu à Vannes. Venez avec nous prendre un grand bol d'air dans cette région magnifique, ce qui permettra de diminuer le coût du séjour. Nous serons 40 dans le car en place assise à l'aller et en couchette au retour et 12 en hors car.

La fiche est aussi disponible sur le site du CIHM.

Bien Amicalement les organisatrices

PS : Nous avons changé de Cie de bus, ce qui amène à un lieu de départ différent. Nous partirons dans l'après-midi pour voyager de jour. Vous trouverez ci-dessous le plan pour le rendez-vous.

AVENUE DE LA PORTE DES TERNES

