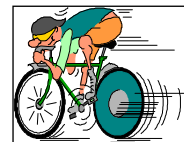




CIHM Section vélo



En étoile autour de Hermanville, sur la côte normande cœur de Nacre

4 jours, du vendredi 19 juin au lundi 22 juin 2026.

Rendez-vous au gîte jeudi 18 juin soir, retour lundi 22 en fin d'après midi



Organisateurs

Laurence Nordmann - Tel : 06 12 74 54 31 - email laurecenenordmann@gmail.com

Jacques Nordmann - Tel : 06 23 47 47 60 - email nordmannjacques@gmail.com

Hébergements :

Villa La Nicheraie, à Hermanville 14880, face à la mer. Draps et linge de toilette **NON** fournis

Possibilités de draps fournis moyennant supplément

10 personnes max

Parcours:

Carte IGN TOP100 n° 106, ou Carte IGN topvélo VEL14 la manche à vélo

Les circuits font entre 60 et 80 km, à rythme modéré dans un relief plutôt plat mais pouvant être venté.

Ils sont ponctués de beaux endroits à voir et de visites (Ouistreham, Bayeux, Caen, Pegasus bridge, ...)

Budget évalué à 219 €, hors transport

Le prix du séjour comprend : les 4 nuitées du jeudi au lundi matin (ménage compris), 2 repas, apéros et pdj prévus par les organisateurs. Le repas prévu au restaurant sera réglé par chacun. Le coût sera ajusté à la fin du Week-end, si besoin.

Repas:

Prévoir au moins 1 picnic pour le déjeuner du vendredi et votre repas à l'arrivée au gîte le jeudi soir.

A prévoir:

Equipement personnel : cape de pluie, coupe-vent, affaires de rechange, affaires de toilette, ...

Equipement vélo : vélo personnel **en bon état**, chambre à air de rechange, kit réparations

Papiers personnels : n° d'adhérent CIHM, carte assurance, carte vitale....

Transport:

Covoiturage le jeudi 18 juin, à organiser avec répartition des frais ou

Train Paris-Caen, vérifier le transport des vélos et/ou prévoir la housse)

ATTENTION OUVERTURE DES RESERVATIONS TRAINS LE MERCREDI 28 JANVIER !!!

- ✓ Aller le jeudi 18 juin: train ou covoiturage - Gare St Lazare, Caen , puis environ 20 km de vélo pour atteindre le gîte
- ✓ Retour le lundi 22 juin à partir de 17h : train ou covoiturage Caen- St Lazare , le parcours prévu permettra d'être proche de la gare pour ceux prenant le train
- ✓ Nota : Réservation vélo : La réservation d'une place vélo est obligatoire lors de l'achat de votre billet (nombre de places vélos limité). Vélos sous housse conseillés avec accès à bord sans condition.

BULLETIN D'INSCRIPTION

En étoile autour de Hermanville sur la côte cœur de Nacre

4 jours, du vendredi 19 juin au lundi 22 juin 2026. Rendez-vous au gîte jeudi soir. Sur nos vélos du vendredi 19 juin matin au lundi 22 juin au soir

Pour vous inscrire, contactez par SMS Laurence Nordmann (06 12 74 54 31) qui vous indiquera les places disponibles.

Selon les places, vous devrez envoyer le bulletin d'inscription avec votre chèque à l'ordre de Laurence Nordmann, sous réserve d'être à jour de la cotisation annuelle du CIHM

Nom, prénom :

Adresse :

N° adhérent :

Tel domicile :

Tel portable :

e-mail :

Personne à prévenir en cas d'accident et tél :

Assureur :

N° contrat ou sociétaire :

Je souhaite être transporté(e) moyennant participation aux frais

Je dispose dans mon véhicule de ___ places disponibles et de ___ places vélos

Je viens en train (horaire à indiquer)

Ci-joint un chèque de 219 euros (ordre : Laurence Nordmann - 21 avenue Lulli, 78530 BUC) (à multiplier par le nombre de personnes) - adresse 21 avenue Lulli 78530 BUC

Le :

signature :

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni guides, ni moniteurs, ni accompagnateurs professionnels.

Chaque participant est responsable de sa propre sécurité. Une assurance facultative, couvrant les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement, est vivement conseillée (voir brochure et site du CIHM)

Désistement : retenue forfaitaire de 15€. Les frais engagés non récupérables ne pourront faire l'objet d'un remboursement.