

RAQUETTE ALPINE

Durée : entre 4h et 6h

- ✓ Les sorties : tous les jeudis de janvier à mars.
- ✓ Niveaux : 3 groupes de valeur.
- ✓ Avec ou sans pack DVA suivant les groupes.
- ✓ Transport des participants par cars spéciaux, frais de participation demandés à l'inscription.
- ✓ Ramassage aux points suivants : rue Léo Lagrange, MC2.
- ✓ Horaires de départ : 8h30 ou 8h selon les mois.
- ✓ Horaires de retour : entre 16h et 18h30 selon les mois.
- ✓ Permanence Informations-Inscriptions : à l'ASTA, le lundi de 9h30 à 10h30.

✓ **L'adhésion «Toutes activités» de 45€ est obligatoire pour participer aux sorties raquettes.**

Inscription à une sortie :

- **à la permanence** à l'ASTA, le lundi de 9h30 à 10h30.
- **par téléphone** au 07.78.10.13.18, exclusivement pendant les heures de permanence à l'ASTA, le lundi de 9h30 à 10h30.*
- **dans le car** lors de la sortie précédente (chèque obligatoire ou compte)*.
- **par mail** à asta38jeudi@orange.fr (en objet, indiquer **RQA - date de la sortie - nom et prénom - n° adhérent**) avant le dimanche 18h

*** Il est impératif que votre compte ouvert à l'ASTA soit approvisionné.**

Permanences information et adhésion à l'ASTA

(sauf pendant les vacances scolaires) :

- De septembre à décembre : mardi de 14h à 16h
vendredi de 9h30 à 11h30
- De janvier à fin juin : mardi de 14h à 16h30



ACTIVITÉS HIVERNALES

Saison 2017-2018

RAQUETTE DOUCE

Durée : entre 3h30 et 4h

- ✓ Les sorties : tous les jeudis de janvier à mars.
- ✓ Niveaux : 3 à 4 groupes de niveau. Dénivelée variable selon les parcours.
- ✓ Transport des participants par cars spéciaux, frais de participation demandés à l'inscription.
- ✓ Ramassage aux points suivants : Gare (Hôtel Terminus), rue Léo Lagrange, MC2.
- ✓ Horaires de départ : 8h30 ou 8h selon les mois.
- ✓ Horaires de retour : entre 16h et 18h30 selon les mois.
- ✓ Permanences Informations et inscriptions : à l'ASTA le lundi de 9h30 à 10h30.
- ✓ **L'adhésion «Toutes activités» de 45€ est obligatoire pour participer aux sorties raquettes.**

Inscription à une sortie :

- **à la permanence à l'ASTA**, habituellement le lundi de 9h30 à 10h30.
- **par téléphone**, au 06.13.05.55.80 exclusivement pendant ces heures de permanence*.
- **dans le car** lors de la sortie précédente (chèque obligatoire ou compte)*.
- **par courrier**, à l'ASTA (accompagné du paiement de la sortie) à condition que celui-ci arrive la veille de la permanence (bien indiquer la date de la sortie et le nom de la section)*.

*** Il est impératif que votre compte ouvert à l'ASTA soit approvisionné.**



SKI DE FOND

Vous aimez parcourir les grands espaces nordiques à ski de fond sur pistes balisées, rejoignez la section ski de fond qui vous propose de janvier à mars des sorties hebdomadaires conviviales, en groupes de tous niveaux, dans les différents massifs des Alpes du Nord.

❖ Classique (3 niveaux) ❖ Skating (2 niveaux)

- ✓ Les sorties : tous les jeudis, toute la journée, dans différents massifs des Alpes du Nord, pendant la période hivernale et selon l'enneigement.
- ✓ Transport des participants par cars spéciaux, frais de participation demandés à l'inscription.
- ✓ Rendez-vous : départ unique de MC2.
- ✓ Horaires de départ : 8h30 ou 8h selon les mois.
- ✓ Chaque groupe est conduit par un animateur formé à l'animation d'un groupe de skieurs de fond sur pistes damées et balisées. Une garantie de sécurité à laquelle la section est très sensible.
- ✓ **L'adhésion "Toutes activités" de 45€ est obligatoire pour participer aux sorties de ski de fond.**
- ✓ Permanence Informations/Inscriptions : à l'ASTA le lundi de 09h30 à 10h30 pendant la saison d'hiver.
- ✓ Quatre possibilités pour vous inscrire à une sortie :
 - **à la permanence**, le lundi de 09h30 à 10h30 pendant la saison d'hiver.
 - **par téléphone**, au 06.46.51.26.98 exclusivement pendant les heures de permanences*,
 - **dans le car**, lors de la sortie précédente (chèque ou compte)*,
 - **par mail**, à astaskifond@orange.fr (en objet indiquer code section **SKF - date de la sortie - nom - prénom - numéro adhérent**) avant le dimanche 18h*.
- * **Il est impératif que votre compte ouvert à l'ASTA soit approvisionné.**
- ✓ Séjours : la section organise un ou deux séjours par saison ; se renseigner à la permanence.

SKI DE PISTE

Vous skiez tranquille ou vous êtes un(e) dévoreur(se) d'espace, Vous aimez la godille, les grandes courbes ou les lignes droites, vous êtes un(e) contemplatif(ve) ou vous voulez rentabiliser le forfait, vous recherchez la convivialité d'un groupe, d'une équipe...

Alors, cette activité est pour vous !

- ✓ Sorties hebdomadaires : tous les lundis, en journée ou ½ journée (selon enneigement).
- ✓ Transport des participants par cars spéciaux, frais de participation demandés à l'inscription.
- ✓ Rendez-vous : MC2 à 10h30 - départ à 11h précises.
Pour les sorties à la journée, les précisions sont données aux permanences : en principe départ entre 7h et 8h.
- ✓ **L'adhésion "Toutes activités" de 45€ est obligatoire pour participer aux sorties de ski de piste.**
- ✓ Permanence Informations/Inscriptions : à l'ASTA le vendredi de 9h à 10h.
- ✓ Quatre possibilités pour vous inscrire à une sortie :
 - **à la permanence**, habituellement le vendredi de 9h à 10h.
 - **par téléphone**, au 06.18.17.02.76 pendant les heures de permanences.
 - **dans le car**, lors de la sortie précédente (chèque ou compte).
 - **par mail**, à astaskipiste@orange.fr (en objet indiquer code section **SKP - date de la sortie - nom - prénom - numéro adhérent**) jusqu'au jeudi 20h.
- * **Il est impératif que votre compte ouvert à l'ASTA soit approvisionné.**
- ✓ Séjours : la section organise trois séjours par saison ; se renseigner à la permanence.

Permanences information et adhésion à l'ASTA (sauf pendant les vacances scolaires) :

- De septembre à décembre : mardi de 14h à 16h
vendredi de 9h30 à 11h30
- De janvier à fin juin : mardi de 14h à 16h30