



Club Inter-sports et de Haute Montagne

Activité Vélo



Cap sur la presqu'île du Cotentin

**Séjour à Auderville (La Hague) du lundi 13/11 au
vendredi 17/11/2023**

Vous aimez les climats océaniques, le vent et les embruns ? Les moules, les huitres et les fruits de mer ? Et le vélo ?! Alors c'est parti !

C'est finalement dans le Finistère normand qu'on vous emmène entre le cap de la Hague, le Nez de Jobourg, le cap de Flamanville, la baie d'Ecalgrain où nous alternerons découvertes du patrimoine et balades en étoile sur des petites routes. La distance quotidienne sera d'environ 70km sur un parcours vallonné à un rythme moyen.

Organisateurs : Martine BUTAT ☎ 06 82 45 77 65 mail martine.butat.mouchel@orange.fr
Gilles PONTLEVOY ☎ 06 82 01 45 06 mail gpontlevoy@wanadoo.fr

Hébergement : C'est un joli petit gîte en pierres (4 chambres avec salle d'eau privative), proche du GR.
Location de draps possible sur place en sus.
Groupe de 8 personnes maximum

Inscription : Avant toute inscription, téléphoner à Gilles ou Martine pour vérifier la disponibilité.
Le cheque et le bulletin d'inscription seront à adresser à Martine BUTAT, sous réserve d'être à jour de la cotisation annuelle du CIHM
Ne pas omettre de joindre le bulletin d'inscription ci-dessous.

Transport : Rendez-vous au gîte le lundi 13/11 à partir de 17h.
Covoiturage à organiser avec répartition des frais (à parts égales entre tous les occupants de la voiture, conducteur inclus) ou train au départ de Saint Lazare jusque'à Cherbourg (réservation d'une place vélo obligatoire et gratuite lors de l'achat du billet). Prévoir le retour après 17h le vendredi 17/11.
Le gîte est situé à 23 km de la gare de Cherbourg.

Repas : Nous alternerons repas au gîte et restaurant et comptons sur vos compétences pour assurer avec nous courses et cuisine sur place

Prix : Le prix du séjour estimé à **200 €** par personne comprend les 4 nuitées (lundi, mardi, mercredi, jeudi), le ménage, le bois de chauffage et les taxes de séjour ainsi que 4 petits déjeuners, 4 apéritifs festifs, et 2 diners (les 2 autres diners pourront être pris au restaurant).
Ce prix n'inclut pas : les déjeuners et/ou pique niques du midi (météo dépendants) et les diners au restaurant, les transports de chacun et la location éventuelle de draps possible sur place.
Le coût exact sera calculé en fin de week-end

Equipement personnel : cape de pluie ou kway, gilet fluorescent, affaires de toilette et de rechange, **maillot et serviette de bain pour les courageux.**

Equipement vélo : Vélo personnel ou de location en bon état, chambre à air de rechange, éclairage, kit de réparations, Le port du casque est très vivement recommandé.

Papiers personnels : carte adhérent CIHM, carte assurance, carte vitale, carte mutuelle, carte identité

Séjour à La Hague du lundi 13/11 au vendredi 17/11/2023

Bulletin d'inscription et chèque à adresser à l'organisateur (après contact avec lui)

Nom : _____ **Prénom :** _____

N° adhérent : _____ **Adresse :** _____

Tel portable : _____ **Adresse mail :** _____

Personne à prévenir en cas d'accident : Nom : _____ *Tel :* _____

Assureur : _____ *N° contrat ou sociétaire :* _____ *Rapatriement :* _____

Je dispose d'une voiture oui non si oui, nombre de places libres : _____

Je viendrai par le train arrivant à : _____ Je souhaite être co voituré : oui non

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni des guides, ni des moniteurs, ni des accompagnateurs professionnels. Chaque participant est responsable de sa propre sécurité et doit respecter le Code de la Route. Une assurance individuelle est très vivement conseillée (voir les informations sur le site du Cihm). Désistement : retenue forfaitaire de 15€ quelles que soient la date et la cause du désistement. Les frais engagés et non remboursés par les prestataires seront retenus

Pour ma réservation je verse 200 € euros par chèque à l'ordre de : **Martine BUTAT .**

Le : _____ signature : _____