



MARCHÉ D'AUTOMNE AU PIED DU COUSIMBERT

Randonnée contemplative en nature

L'automne pare les arbres de couleurs chaudes avant de les déshabiller.

Entre verts clairs, beiges et jaunes dorés, nous irons parmi forêts et pâturages, collines et vallons à travers la campagne fribourgeoise là où elle rencontre la montagne et invite le pèlerin à louvoyer de gauche et de droite, à la recherche de son chemin.

Votre accompagnateur vous distillera des informations culturelles et vous invitera à vivre des moments de réflexion, des moments de contemplation.

Une marche idéale pour se préparer à l'hiver qui viendra... peut-être...

Vendredi 7 OCTOBRE 2022

MARCHE D'AUTOMNE AU PIED DU COUSIMBERT

INFORMATIONS PRATIQUES

- Marche :** 👤 👤 👤 👤 De niveau moyen
11 km, + et - 400 m, comptez 4h30 de marche effective
Sentiers en terre et chemins carrossables en gravier ou asphalte
- Vous :** Bonne marcheuse ou bon marcheur, amoureuse ou amoureux de la nature, vous aimez découvrir les richesses de notre patrimoine naturel.
- Votre guide :** Bastian Keckeis est accompagnateur en moyenne montagne avec Brevet fédéral. Il aime la marche qui transforme.
- Prix :** 60.- CHF
comprenant accompagnement par un professionnel
Votre trajet jusqu'au lieu de départ ainsi que celui du retour, les boissons, ainsi que vos dépenses personnelles ne sont pas compris.
- Inscription :** Dès maintenant et jusqu'au 1er octobre 2022,
avec le formulaire en ligne sur le lien
<http://www.latracebleue.ch/information/inscription.php> , par téléphone ou par poste avec le formulaire ci-joint.
Maximum 11 / minimum 5 participants

Début :	vendredi 7 octobre 2022, 9h00, Treyvaud, Le Pratzey
Fin :	même jour, 16h30, St. Silvester

- Accès :** En train, via Bulle ou Fribourg
Arrivée du bus de Fribourg à 8h57
- Equipement :** Habillement approprié aux conditions météo du jour, souliers de marche à semelles profilées, sac à dos avec pique-nique et boisson, éventuellement bâtons de marche, appareil de photo, etc.
- Variante « mauvais temps » :** Durée du parcours raccourcie
- Conditions :** Le programme peut être modifié en fonction des conditions météorologiques. Chaque participant doit posséder une assurance accident personnelle. Conditions générales complètes sur le site internet sur le lien suivant :
<http://www.latracebleue.ch/resources/CONDITIONS-GENERALES-2020.pdf>



MARCHE D'AUTOMNE AU PIED DU COUSIMBERT

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

J'inscris personne(s) à la randonnée

- La/les personne(s) inscrite(s) est/sont en bonne santé et peut/peuvent suivre cette randonnée.
- Je remettrai la somme à l'accompagnateur au départ de la randonnée.
- J'ai versé l'acompte par poste/internet et paierai le solde au départ de la randonnée.

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

N° de téléphone :

Adresse de courrier électronique :

Remarques :

J'ai eu connaissance de cette activité par :

Par mon inscription, j'accepte les conditions générales (sur lien ci-dessous)

<http://www.latracebleue.ch/resources/CONDITIONS-GENERALES-2020.pdf>

Date :

Signature :

COORDONNEES BANCAIRES

Banque Raiffeisen Moléson
1628 Vuadens

En faveur de:
CH92 8080 8003 4599 0095 4
La Trace Bleue
Keckeis Bastian
Route du Sablion 6
1772 Grolley

ccp: 17-237-8

MARCHE D'AUTOMNE AU PIED DU COUSIMBERT

FICHE D'URGENCE : à remplir avant le départ

et à placer dans la poche supérieure du sac à dos

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Date de naissance :

Nom et prénom personne de contact :

N° de téléphone personne de contact :

Médecin de famille :

N° de téléphone médecin de famille :

Caisse maladie : et accident :

Membre REGA ? : (si oui, numéro de membre)

Groupe sanguin :

Maladie / allergie actuelle :

.....

Médicaments pris actuellement :

.....

Informations importante en cas d'urgence :

.....