



La Commission APSA de l'AJH & l'AJHSCCL :  
ont le plaisir de vous inviter à la journée :

**« Faites du Sport avec l'AJH !!! »**

***Le Samedi 01 Octobre 2022***

***De 9h à 16h30***

**Au Château de Lahage, 31370 Lahage**

Activités proposées :

**le matin**

A partir de 9 heures 30 :  
2 parcours en VTT  
(initiation et classique) \*



A partir de 10 heures  
2 parcours randonnées  
pédestres (initiation et  
classique) \*



\* Matériel non fourni, casque obligatoire pour le VTT et mineurs sous la responsabilité des parents.

**l'après-midi :**

Jeux de quilles et de pétanque,



Danse et flash mob



\*Matériel non fourni

Activités motrices



et Taïchi



Une buvette et un stand de restauration sont prévus sur place



Afin de préparer au mieux cette journée, merci de nous confirmer votre intention de participation en remplissant le coupon-réponse ci-joint (à retourner avant le 21 septembre 2022).

# BULLETIN D'INSCRIPTION



« *Faites du Sport avec l'AJH !!!* »  
**Le Samedi 1er Octobre 2022**



- Parcours VTT initiation 10 kms       Parcours VTT classique 20 kms  
 Randonnée pédestre initiation 5 kms       Randonnée pédestre classique 12 kms

Bulletin à retourner, avant le 21 septembre 2022 à l'adresse mail suivante :  
[bruno.dumanche@ajh.fr](mailto:bruno.dumanche@ajh.fr)

Nom ..... Prénom.....  
Adresse .....  
Code postal ..... Ville.....  
Tél ..... Sexe : F  M   
email.....@.....

## ATTESTATION POUR LES MINEURS :

Je soussigné ..... autorise mon fils, ma fille..... à  
participer à la journée **Faites du sport avec l'AJH.**

Je déclare avoir subi, sans aucune réserve, une visite médicale d'aptitude à ce type d'épreuve, dans les 12 mois qui précèdent son déroulement et n'avoir reçu aucune contre-indication. Je m'engage formellement à ne rechercher en aucun cas présent et dans l'avenir, la responsabilité des organisateurs en cas d'accident, ou de maladie qui pourraient avoir un lien avec l'activité.

Je reconnais et accepte, que par le seul fait de mon inscription, je m'engage à me soumettre à l'ensemble des dispositions du règlement de la journée « Faites du Sport avec l'AJH ».

**INSCRIPTION au repas du midi (10 € le plateau comprenant saucisses avec ou sans porc, frites, tarte aux pommes + boisson)**

Nombre de repas adulte : .....

Nombre de repas enfant : .....

Fait à ..... le ..... /...../ 2022

**Signature obligatoire :**

(Pour les mineurs, signature des parents).