

## SAISON 2020/2021 INSCRIPTION

### DATES

- Le lundi 21 septembre au Foyer MOUDAT de 10h à 12h et 14h à 16h.
- Puis chaque lundi et mercredi de 14h à 16h à partir du lundi 28 septembre.

### **- PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE -**

### MODALITES

\*Pour gagner du temps, vous pouvez déjà imprimer et remplir la « [Fiche adhésion à Canet Accueil](#) » et la « [Fiche Inscription FFRandonnée](#) », (cliquer pour ouvrir ces documents).

### **Inscription**

- 1 Auprès des hôtesse, s'inscrire préalablement à L'Association « CANET ACCUEIL » (20 €)  
Leur remettre la « *Fiche adhésion* » dument remplie aux hôtesse,  
-----
- 2 Puis aller à la Section Randonnée
  - Fournir un [Certificat médical](#)  
de “non contre-indication à la Rando, Rando Santé ou Marche”.
  - Remettre la « *Fiche Inscription FFR* », dument remplie et joindre un chèque de 32€ à l'ordre de « *FFRandonnée* ».

### **Récupération des Licences**

- Au départ ou retour des randos,
- près des hôtesse tous les lundis et mercredis au Foyer Moudat de 14h à 16h.

## **Bonne saison**

---

### [Certificat médical](#)

Vous pouvez prendre rendez-vous avec le médecin du Centre Sport Santé à la Maison des Sports à Perpignan, rue Dugay Trouin.

Tel : 04 68 52 40 50

Il effectuera un bilan complet gratuitement et prescrira d'éventuelles recherches complémentaires.

- Si vous pratiquez Rando et Longe côte, pensez à demander la non contre-indication pour chaque discipline.
- **Rando santé** : votre médecin doit le préciser clairement sur votre certificat médical.