



Informations importantes

La participation aux sorties se fait sous la seule responsabilité du participant. Il veille à être au bénéfice d'une couverture accident, porte sa carte personnelle d'urgence dûment remplie et sa carte d'assurance maladie.

La participation est ouverte aux aînés dès 60 ans et +

Equipement

- Raquettes et bâtons adaptés
- Chaussures montantes à semelle profilée
- Vêtements superposables pour se protéger du froid
- Petit sac à dos avec une boisson chaude, un en-cas
- Gants, bonnet, lunettes de soleil

Moniteurs

Marie-Chantal Mayoraz 079 282 56 09
Jean-Luc Pitteloud 079 221 15 69
Paul Mayoraz 079 657 92 85
Chantal Tracanelli 0033 625 010 802
Monitrice de marche sur neige

Sport et Mouvement

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Groupe de raquettes Hérémece-Vex - *Les Rhodos*

Programme hiver 2025



