

Bulletin d'inscription  
Randonnée VTT La Provençale 24 avril 2016  
Organisée par l'Avenir Cycliste Bédoulen

Nom : .....  
Prénom : ..... Sexe: M / F  
Code-postal : ..... Ville : .....  
Né(e) le : ..... N° de Licence : .....  
Fédération : ..... Club : .....  
Email : .....  
Tél. personne à prévenir en cas d'accident : .....

Je m'inscris sur le circuit :  
 10Km  25Km  35Km  45Km

Inscription avant le 22/04/16  
moins de 16 ans : GRATUIT,  
16 ans & plus : FFC 8€,  
autres fédérations ou non-licencié : 9€.

Inscription le jour de la randonnée, majoration de 3€.

**Autorisation Parentale** (pour les moins de 18 ans)

Je soussigné(e) : ..... père, mère, tuteur  
du jeune .....  
l'autorise à participer à la randonnée du 24/04/2016.

Fait à : ..... Signature : .....  
le : .....

J'atteste :

- avoir pris connaissance du règlement et m'engage à le respecter.
- être couvert par une assurance personnelle.
- avoir en ma possession un certificat médical postérieur au 25/04/15 de non contre-indication à la pratique du cyclisme ou une licence sportive en cours de validité, (licence délivrée avec certificat médical).

Fait à : ..... Signature du participant : .....  
le : .....

Bulletin et règlement à adresser à : Avenir Cycliste Bédoulen  
Chemin du Stade - 13830 Roquefort la Bédoule



Avenir Cycliste Bédoulen  
Chemin du Stade  
13830 Roquefort la Bédoule

06 08 06 77 24 / 06 08 32 76 45  
acbedoulen@free.fr - www.acbedoulen.fr

Remerciements aux communes de Roquefort la Bédoule,  
Cuges les Pins, Le Castellet,  
propriétaires terriens, bénévoles et amis de l'ACB



A.S.C.C. - La Ciotat

Tout Pour l'Auto



La Ciotat  
04 42 71 44 42

Photos & montage ACB - Imprimerie Unitedprint.fr - Ne pas jeter sur la voie publique

18ème Randonnée VTT  
La Provençale

10/25/35/45 km  
Nouveau Secteur  
Nouveaux Parcours



Roquefort la Bédoule  
24 avril 2016  
www.acbedoulen.fr



# Dimanche 24 avril 2016 Roquefort la Bédoule

## Pour nous rejoindre:

Depuis Aix en Provence, prendre l'A52  
puis l'A50 direction Toulon, sortie Roquefort la Bédoule.

Depuis Marseille, prendre l'A50  
direction Toulon, sortie Roquefort la Bédoule.

Depuis Toulon, prendre l'A50  
direction Marseille, sortie Roquefort la Bédoule.

**10 km :** Parcours débutant. Dénivelé positif 180m.  
Départ libre entre 8h00 & 10h00.

**25 km :** Parcours avec peu de difficultés techniques.  
Dénivelé positif 600m.  
Départ libre entre 7h30 & 9h30.

**35 km :** Parcours physique avec des passages techniques.  
Réservé aux vététistes entraînés.  
Dénivelé positif 900m.  
Départ libre entre 7h30 & 9h30.

**45 km :** Parcours physique avec de  
nombreux passages techniques.  
Réservé aux aguerris.  
Dénivelé positif 1200m.  
Départ libre entre 7h30 & 8h30.



## Ravitaillements :

VTT45km : km 18 et 35  
VTT35km : km 12 et 25  
VTT25km : km 10 et 18  
à l'arrivée

fruits secs, fruits frais,  
gâteaux, fromage, saucisson,  
jambon, eau, sirop,  
jus de fruits, sodas

Pasta-Party pour tous les participants à l'arrivée.

**Organisation :**  
Avenir Cycliste Bédoulen  
06 08 06 77 24  
06 08 32 76 45  
acbedoulen@free.fr  
www.acbedoulen.fr

**Inscription en ligne :**  
www.velo101.com

## **Horaires :**

Accueil dès 7h00

Départ libre

45km : 7h30 / 8h30 - 35km et 25km : 7h30 / 9h30.

10km : 8h00/10h00.



## Extrait du règlement :

- Casque rigide porté sur la tête, sangle jugulaire fermée.
- Tous les participants devront respecter : la faune, la flore, le code de la route, les tracés et ne pas sortir des parcours balisés, laisser la priorité aux autres utilisateurs des parcours (cavaliers, randonneurs, promeneurs)
- Ne rien laisser derrière eux (papier, chambre à air, berlingot).
- Chaque participant par son inscription, atteste être en possession d'une assurance personnelle couvrant dommages corporels et matériels et d'un certificat médical postérieur au 25 avril 2015, de non contre-indication à pratique de Vélo Tout Terrain ou d'une licence sportive en cours de validité (licence délivrée avec certificat médical).
- Les mineurs devront joindre au bulletin d'inscription, une autorisation parentale.
- Les participants autorisent les organisateurs ainsi que leurs ayants droits, tels que partenaires et médias, à utiliser les images fixes et audiovisuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître. Images réalisées dans le cadre de cette manifestation.

Règlement complet sur [www.acbedoulen.fr](http://www.acbedoulen.fr)