



Date :

Numéro :



Fiche d'inscription  
Challenge, « les 20h00 du Cross training By L'ÂMC »  
(2018/2019)

Nom: Prénom : Date de Naissance : .. / .. / .... ;

N°tel : Mail :

**Date**: du 28 Juillet 2018 à 6h00 au 29 Juillet 2018 19h00

**Lieux** (sur feuille de planning)

**Coût**: (Sur feuille de planning)

Droit à l'image :

J'autorise et accepte que l'association L'ÂMC et MJC photographie, film, diffuse le média photo/ video/sonore, dans tous les TIC (technologie d'information et de communication) relatifs au bon fonctionnement de l'association. Dans ce cas, Je renonce expressément à me prévaloir d'un quelconque droit à l'image et à toute action à l'encontre de L'ÂMC et la MJC, qui trouverait son origine dans l'exploitation du film, total ou partiel et/ou des photographies.

N'autorise et n'accepte pas que l'association L'ÂMC et MJC photographie ou filme, et diffuse le média photo/ video/sonore, dans tous les TIC (technologie d'information et de communication) relatifs au bon fonctionnement de l'association.

- Je serais présent à l'ensemble du Challenge ?   
(si non, préciser par une croix sur le planning, les ateliers où vous serez présent)

- Suivez-vous un régime alimentaire spécifique ? Oui  (préciser) :

Non

- Craignez-vous l'eau (piscine, rivière...) ? Oui   
Non

- Dormirez-vous avec le groupe de sportifs ? Oui   
Non

Amenez- vous d'autres participants avec vous ? Oui  (Combien ? (une feuille par participant à dupliquer)) :  
Non

Pour le bon déroulement du stage, avez vous des remarques particulières à partager ?

L'inscription est obligatoire et doit être réceptionné au plus tard **le 15 JUILLET 2018** (par mail ou sur papier)

*\*Une liste des modalités et affaires à prendre sera réalisée et publiée d'ici peu.*

**Signatures:**

**les 20H du cross Training**

heure	samedi	Lieu	dimanche	Lieu
5h00 – 6h00	<b>Départ + Randonnée sentier de Spicheren</b>	Spicheren	<b>Cross Matinal + PPG</b>	Longeville les Saint Avold
6h00 – 7h00				Tezel saint Avold
7h00 – 8h00			<b>Petit déjeuné (5€00)</b>	MJC Clem
8h00 – 9h00			<b>Cross training spéciale eau</b>	Stade nautique St Avold
9h00 – 10h00			<b>Piscine (env 2€50)</b>	
10h00 – 11h00	<b>Déjeuner</b>	Sur Place		
11h00 – 12h00				
12h00 – 13h00	<b>Sport collectif (Basket)</b>	Grosbliederstroff	<b>Déjeuné ( ? €)</b>	MJC Chapelle
13h00 – 14h00				
14h00 – 15h00	<b>Canoe/ kayak (10€00)</b>	Grosbliederstroff	<b>Cross training spéciale Atelier</b>	MJC Clemenceau
15h00 – 16h00				
16h00 – 17h00			<b>Sport Collectif</b>	
17h00 – 18h00	<b>Cross Training spécial</b>	MJC Clémenceau	<b>Clôture du stage</b>	MJC Clemenceau
18h00 – 19h00				
19h00 – 20h00	<b>Diner</b>	MJC Chapelle		
20h00 – 21h00				
21h00 – 22h00				
22h00 – 23h00	<b>Cross Training cérébrale (jeu)</b>	Parcelle Natuni		
23h00 – 24h00				