

## PRE-REQUIS MEDICAUX POUR LES TRANSPLANTES & DIALYSES

Pour participer à la journée « entre Loire et Canal », les participants doivent s'inscrire **avant le 26 juin 2011** et fournir, **avant le jeudi 2 septembre 2011**, une attestation de bonne condition physique et les certificats médicaux du bulletin d'inscription (type M1 et M3 complétés par leurs médecins).

### ASSURANCE

L'adhésion obligatoire à Trans-Forme vous permet de bénéficier d'une assurance responsabilité civile, individuelle accident et assistance rapatriement, dans le cadre de votre participation à la journée « entre Loire et Canal ».

### FRAIS D'INSCRIPTION

**Inscription offerte aux jeunes dialysés ou transplantés** (chèque de caution de 20 € à l'ordre de Trans-Forme : chèque non encaissé et rendu en fin de journée)  
**20 € ou 5 € (\*) pour les adultes dialysés / transplantés au départ de Reims**  
**25 € ou 10 € (\*) pour les adultes sympathisants au départ de Reims**  
**(\*) pour ceux qui se rendent directement sur place à Mantelot**  
**option : 10 € pour le déjeuner** (ou possibilité de pique-nique sur place)

### INSCRIPTION

Merci de retourner le bulletin d'inscription et les certificats médicaux auprès de Madame Martine VARIN avec les règlements correspondants.

*Tout inscrit(e) doit être à jour de sa cotisation Trans-Forme.*

Pour adhérer, il suffit de retourner également à Mme VARIN le bulletin d'adhésion ci-joint accompagné d'un chèque de cotisation (chèque différent du règlement mentionné ci-dessus)

**Inscrivez-vous dès que possible, le nombre de places est limité !**

#### Renseignements & Inscriptions

Trans-Forme – chez Madame VARIN -  
31 rue Saint Martin – 008 310 MENIL LEPINOIS  
Tel : 09 75 98 84 45 – Portable : 06 09 74 41 81

[mvarin08@orange.fr](mailto:mvarin08@orange.fr)

[www.trans-forme.org](http://www.trans-forme.org)

Journée

« entre Loire et Canal »



*Dimanche 18 septembre 2011*

**bassin de Mantelot (Châtillon s/Loire - 45)**

\*\*\*\*\*

Organisé par TRANS-FORME



**Ouvert aux jeunes et aux adultes  
Transplantés, Dialysés ou Sympathisants**

**Changez d'air dans un cadre magnifique !**

## CONSTAT

Les enfants et adultes, fatigués par la maladie, la dialyse ou par le traitement dans le cadre de la greffe, ne comprennent pas toujours l'intérêt de l'Activité Physique.

Une façon ludique de les informer sur les bienfaits de l'activité physique est de pratiquer, en toute sécurité, dans le cadre magnifique et historique qu'est le site de Mantelot entre Loire et Canal

## PROGRAMME

**2 activités maximum à choisir dans la journée  
et 1 heure par activité**

Activité	Inscription matin faire une croix	Inscription après midi faire une croix	Niveau D = débutant M = Moyen C = confirmé
Marche pour tous			
Vélo Tout Chemin			
Poney (enfants)			
Rosalie pour tous			
Kart à pédale (enfants)			

J'apporte mon vélo : OUI – NON (*raier la mention inutile*)

J'apporte mon casque de vélo : OUI – NON

### Informations sur les activités

- toutes les activités sont encadrées par des bénévoles qualifiés
- activités de loisirs-
- nombre de places limité : l'ordre d'arrivée des inscriptions prévaut
- priorité aux jeunes et aux enfants
- poney : uniquement les enfants. Ils doivent porter des chaussures fermées (éviter les sandales); la bombe est fournie

p.2

- vélo tout chemin : le casque est obligatoire et peut être fourni par le relais de Mantelot (vous pouvez apporter votre casque)
- marche : des chaussures de marche sont conseillées
- rosalie : prévue pour 2 adultes et 2 enfants (photo ci-dessous)



## TRANSPORT

**Départ de REIMS le dimanche 18 septembre à 7h : transport en autocar**

**Retour à REIMS vers 20h le même jour : transport en autocar**

*Lieu de rendez-vous précisé ultérieurement*

**Pour ceux qui se rendent à Châtillon s/Loire par leurs propres moyens :**

accueil à partir de 11h et fin de la journée vers 16h