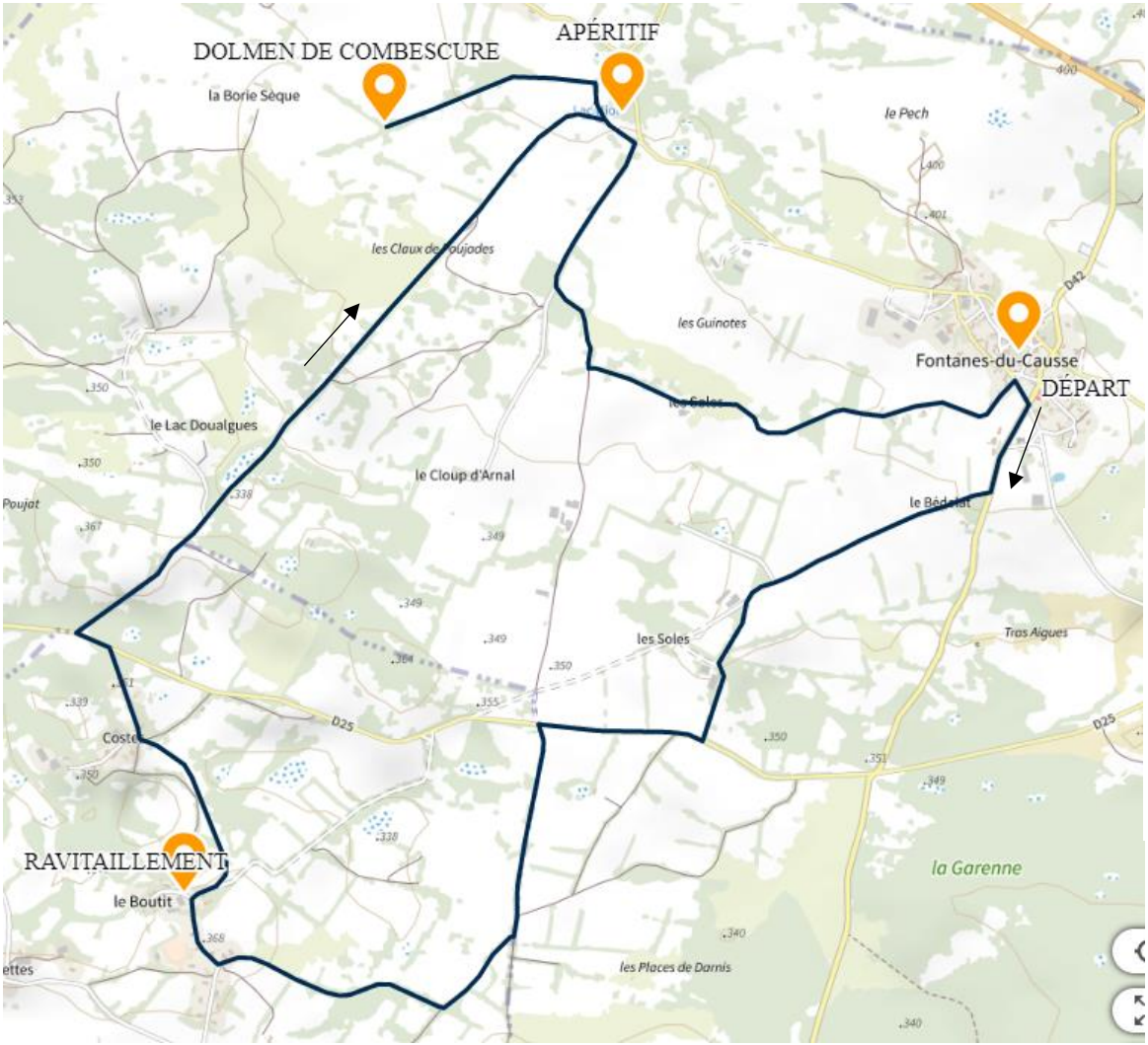
LA MARCHE GOURMANDE 2022

A FONTANES-DU-CAUSSE

Parcours de 9 km et alternative courte de 5 km
Distribution des tickets pour l'apéritif et le repas au départ
Départ du centre du village, entre 17h30 et 18h30
Apéritif sur le parcours et repas complet à l'arrivée



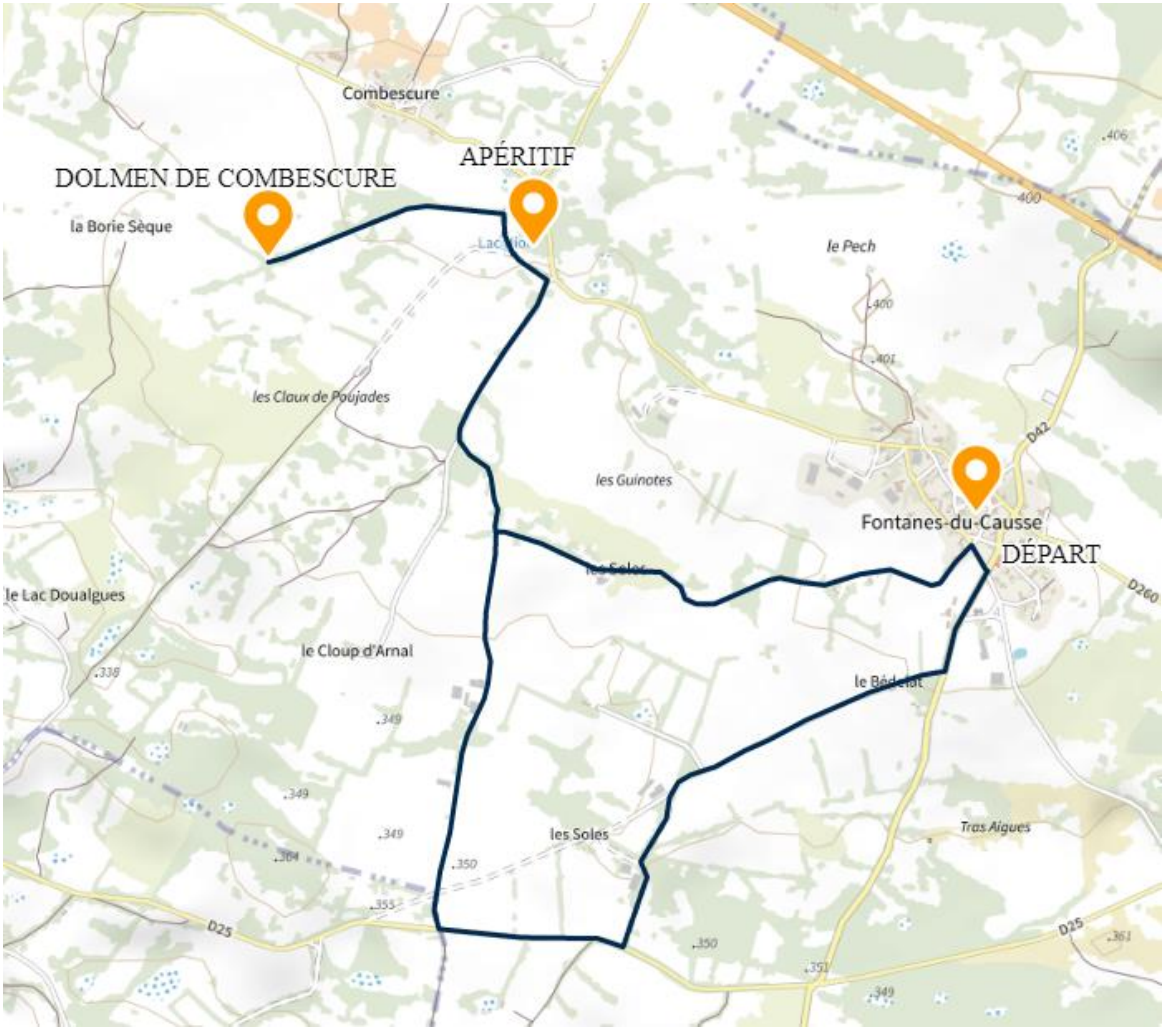
PARCOURS 9 km

Parking sur le Couderc de Fontanes, places handicapés aménagées à proximité de la halle

Toilettes publiques accessibles à la salle des fêtes

Type de revêtement :
- asphalte
- chemin en castine
- piste dans les bois

(grande ligne droite avant d'arriver au lac Niol, lieu de l'apéritif)



PARCOURS 5 km

Parking sur le Couderc de Fontanes, places handicapés aménagées à proximité de la halle

Toilettes publiques accessibles à la salle des fêtes

Type de revêtement :
- asphalte
- chemin en castine

RÈGLEMENT ET INFORMATIONS

Marche gourmande à Fontanes-du-Causse
Vendredi 8 juillet 2022

- **REGLEMENT**

Thème de la manifestation : randonnée pédestre et gourmande

Description : la randonnée offre la possibilité d'effectuer une promenade d'environ 9 km sur le causse ou une alternative courte de 5 km, dans un cadre proposant des paysages typiques des causses du Quercy. Un point d'eau sera proposé sur le parcours.

Parcours facile qui se termine par un repas complet (entrée, plat et dessert) au centre du village.

Organisateur : Association de l'Office de tourisme du causse de Labastide-Murat.

Point de départ : centre du village de Fontanes-du-Causse, départ possible entre 17h30 et 18h30.

Participation : la participation se fait uniquement sur inscription, celle-ci est validée après réception du bulletin d'inscription accompagné du règlement. Les tickets pour l'apéritif et le repas seront donnés au départ de la marche de 17h30 à 18h30.

Équipement : prévoir des gourdes d'eau, des chaussures de marche, ainsi que des vêtements adaptés à la météorologie.

Condition d'annulation : la manifestation aura lieu même en cas de mauvais temps. Toute inscription est définitive, en cas de désistement, le montant de l'inscription restera acquis à l'Office de tourisme.

Responsabilité : l'Office de tourisme décline toute responsabilité en cas d'accident, d'incidents médicaux ou de vol pendant la manifestation.

Chaque participant est responsable de sa propre sécurité et assure respecter les règles. L'apéritif sera proposé en extérieur, au lac Niol, et le repas sous la halle de Fontanes-du-Causse et des chapiteaux.

Les chiens sont acceptés et devront être tenus en laisse.

- **INFORMATIONS**

Cette année, nous sommes labellisés « **Evènement éco-responsable** » par le SYDED du Lot, quelques nouveautés sont à l'ordre du jour :

- Nous vous invitons à privilégier le covoiturage pour vous rendre à l'évènement ;
- N'oubliez pas d'amener vos couverts, assiette, verre et serviette pour le repas ;
- Comme toujours mais encore plus cette année, les produits que vous pourrez déguster sont au maximum locaux et de saison ;
- Au départ, un sac poubelle vous sera proposé afin de ramasser les éventuels déchets que vous pourrez trouver en chemin ;
- Des poubelles de tri et de compostage seront mis à disposition sur le lieu du repas ;
- Une alternative de 5 km vous est proposée, à destination des personnes à mobilité réduite, se fatiguant vite ou ne souhaitant pas faire la totalité du parcours. La majorité du revêtement de ce circuit court est en asphalte ;
- Des places handicapés seront aménagées sur le parking, à proximité de la halle.

MENU

Apéritif au lac Niol

Cake jambon-olive & chèvre-courgette

Tomates cerises

Rosé pamplemousse ou jus de pommes ou eau

Menu « viande »	Menu « végétarien »
Brochette de melon et jambon de pays en chiffonnade, tranche de pâté et salade	Brochette de melon et fromage, salade
Navarrin d'agneau aux légumes et ses pommes de terre vapeur	Navarrin de légumes du marché
Cabécou ou saint-nectaire laitier	Cabécou ou saint-nectaire laitier
Tarte multi-fruits	Tarte multi-fruits

Sous réserve de changements de dernière minute dûs à un défaut d'approvisionnement.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Marche gourmande de Fontanes-du-Causse

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : ……..... .....

Contact (téléphone et mail) : ....

Nombre d'adultes : ……..... x 18€ = ...

Nombre d'enfants (moins de 10 ans) : ……. x 14€ = ...

Repas :

Nombre de repas « viande » : ……..

Nombre de repas « végétarien » : ……

L'inscription vaut acceptation du règlement

Règlement ferme et définitif par espèces, CB ou chèque libellé à l'ordre de : **Office de tourisme du Causse de Labastide-Murat**

Les fiches sont à renvoyer ou à déposer **avant le 3 juillet 2022** à l'Office de tourisme du causse de Labastide-Murat.

Office de tourisme du causse de Labastide-Murat
9 place de la Mairie – Labastide-Murat
46240 Cœur-de-Causse
Mail : tourisme@cc-labastide-murat.fr