



Ci-joint le bulletin d'adhésion et le renouvellement de la cotisation pour l'année **2026** dont le montant de 27€, par an et par personne, a été voté lors de notre dernière assemblée générale. D'autre part nous vous conseillons vivement l'abonnement au journal Présence, édité par la fédération LSR (5 N° par an), à raison de 5,50 €.

Nous renvoyez le présent bulletin avec votre règlement à l'ordre de LSR.

Nous rappelons que l'adhésion, en regard de l'assurance est obligatoire pour participer aux activités de l'association.

Merci de bien vouloir répondre précisément à toutes les rubriques mentionnées.

Elles nous sont indispensables pour l'utilisation de notre fichier ; Par votre adhésion vous validez leur inscription dans celui-ci : elles restent confidentielles et seuls les responsables LSR y auront accès.

Attention : deux types de cotisations : obligatoire 27 euros ou soutien 37 euros

Paiement par chèque : O Paiement par virement : O ans les 2 cas indiquez nom et objet

Paiement par virement uniquement à partir du **1^{er} janvier 2026**

IBAN : FR76 1027 8089 6300 0211 3860 146

BIC : CMCIFR2A

ADHESION LSR HERAULT 2026 (renvoi obligatoire)

Mr Mme Noms

ou

Mr et Mme

Prénoms:

Adresse :.....

Code Postal : Ville:

Téléphone : Portable :

Adresse courriel :

Date naissance : Mr..... Mme.....

Retraité de : la Poste Orange Fonction publique secteur privé

Cotisation Annuelle

Nombre d'adhérents : X 27€ = €

ou Cotisation soutien

Nombre d'adhérents : X 37€ = €

Abonnement au journal « Présence » Oui Coût de 5,50 € = €

Montant du chèque ou du virement à l'ordre de L.S.R 34 = €

Crédit mutuel IBAN : FR76 1027 8089 6300 0211 3860 146
BIC : CMCIFR2A

NB : J'accepte mon inscription au fichier informatique de l'association LSR (envoi des courriers).

réservé LSR : Fichier adr Fichier cpt Fichier @ Fichier man

remplissez le verso SVP

Veuillez indiquer votre intérêt pour les activités ci-dessous en cochant les cases
renvoyez l'ensemble du bulletin complété



Les adhérents qui désirent participer à cette activité sont invités à cocher une ou plusieurs cases.

- Rando-balade LSR Montpellier:**
mardi après-midi
de 4 à 8 km autour de Montpellier peu de dénivelé terrain facile
- Rando à la journée LSR Montpellier:**
mardi toute la journée
de 8 à 12 km dénivelé 0 à 300m ou 8 à 10 km dénivelé 0 à 100m
- Rando à la journée LSR Montpellier:**
vendredi toute la journée
de 10 à 20km dénivelé 0 à 1000m
- Rando LSR Lunel**
- Rando LSR Béziers**
- Marche nordique Montpellier**
Le lundi matin 9h (jusqu'à 12h – environs de Montpellier)

Licence Fédération Française de Randonnées Pédestres : oui non

Informations données à titre indicatif.

Les programmes, les contacts et les préconisations aux randonneurs Montpellier Lunel Béziers, sont disponibles sur le site lsr34.

Activités Culturelles

- Conférences
Visite musée
Opéra
Occitan

Activités Ludiques

Jeux de société vendredi après-midi :

- Scrabble
échecs
dames et cartes (selon volontaires)
crochet : lundi après-midi
Pétanque : en projet