



# SORTIE EBIKE

## Vélo électrique

# 2023

Monitrice : Véronique Borcard-Pury

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE  
GEMEINSAM STÄRKER

  
erwachsenensport schweiz  
sport des adultes suisse  
sport per gli adulti svizzera

INFORMATIONS  
ET INSCRIPTION

Pro Senectute  
Fribourg

Passage du  
Cardinal 18  
1700 Fribourg

026 347 12 93

N°ACTIVITÉ  
18395

sportetformation  
@fr.prosenectute.ch

[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)

# SORTIE VÉLO ÉLECTRIQUE (Ebike)

Jour	Date	Départ	Distance	Dénivelé
Vendredi	26 mai	Place de parc église Crésuz	30 km	1006 m
Vendredi	02 juin	Terrain de foot Vaulruz	38.6 km	750 m
Vendredi	16 juin	Place de parc Hôpital de Marsens	35.5 km	887 m
Vendredi	23 juin	Place de parc salle de gym Riaz	35 km	657 m
Vendredi	30 juin	Terrain de foot Broc	38 km	1127 m
Vendredi	07 juillet	Terrain de foot Vaulruz	38.9 km	758 m
Vendredi	14 juillet	Terrain de foot Vuadens	36.8 km	911 m
Vendredi	28 juillet	Terrain de foot Broc <ul style="list-style-type: none"><li>• Rdv à 10h00 retour vers 17h00</li><li>• Repas dans une buvette d'alpage.</li></ul>	46.9 km	1204 m
Vendredi	11 août	Sortie de réserve		

Rendez-vous : à 13h30 (sauf 28 juillet) et retour vers 17h00

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

---

Les balades sont accompagnées par une monitrice formée ESA et expérimentée. Durée moyenne de la sortie environ 3.5 heures (pauses incl.).

Les sorties sont réservées uniquement aux personnes qui ont un vélo électrique.

Minimum 5 personnes, maximum 10 personnes.

Les sorties se font, le plus souvent, sur des routes secondaires ou des chemins non goudronnés.

**Numéro de cours : 18395**

**Monitrice Esa :** Véronique Borcard-Pury ☎ 079 487 82 75  
Rte du Fossard 2  
1653 Crésuz

[www.djouleescapade.com](http://www.djouleescapade.com)

Accompagnatrice en Montagne et monitrice



**Prix :** CHF 80.- pour les 8 sorties ou CHF 12.- par sortie

Il est possible de participer au groupe avec son propre vélo électrique.

**Équipements :** **Casque obligatoire.**  
Protection contre la pluie.  
Gourde.

**Vélo électrique uniquement**, en bon état, pour routes et chemins non goudronnés.  
Fiche d'urgence.

## ORGANISATION

---

**Organisation :** En cas de temps incertain, le répondeur de Pro Senectute donnera chaque fois des renseignements 24h avant les sorties

☎ 026 347 12 42.

**Assurance :** Chaque participant doit être couvert dans le cadre de son assurance responsabilité civile privée (RC). Assurance à la charge du participant.

**Inscriptions :** Obligatoire auprès Pro Senectute Fribourg, 15 jours avant les sorties.

☎ 026 347 12 40

Les nouveaux participant(e)s sont toujours les bienvenu(e)s. Possibilité de débiter en tout temps : veuillez s'il vous plaît, vous annoncer auprès de la monitrice avant votre première sortie.

**La monitrice se réserve le droit de ne pas emmener un participant qui ne soit pas suffisamment équipé.**