



Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

Président : Jean FERRER 04 68 87 19 51

Secrétaire : Rose Marie MONGE 04 68 39 44 62

Trésorier : Michaël CARTWRIGHT 04 68 87 24 09

E-mail secrétariat : secrtaire@randoceretane.org

Site Web : randoceretane.org

PROGRAMME d'Août 2008.

INFORMATIONS

1. Fête du club du 29 Juin 2008 à St Ferréol -

Nous étions plus de 200 à participer à cette journée « conviviale et chaude ».

Vous étiez 119 à randonner sur l'un des deux circuits balisés par les « baliseurs bénévoles » de notre club ; et 200 repas préparés par « Molas » ont été servis.

Nous avons eu le plaisir de compter parmi nous les membres des clubs : Albères évasion, Rando Amitié, Canigou Rando, Club d'Arles, Ronde cérétane, A.V.F. et quelques touristes.

Merci à Jean Paul Bourguignon et ses « amis » pour ses chants et musique.

Merci aux Rangers qui ont assuré la sécurité.

Et grand merci à la municipalité de Céret pour son aide logistique.

Nous remercions également pour leur présence M le maire de Céret M Torrent et son 1^{er} adjoint M Piquemal, M le maire d'Oms M Vila, et M Martinez, Président du Comité Départemental de la randonnée.

Vous trouverez sur notre site des photos qui racontent cette belle journée.

2. **Dimanche 20 JUILLET Vernet les Bains - 4^{ème} Fête de la Randonnée** Organisée par Canigou Rando sur le site de la laiterie à Vernet les Bains

9h Rando pour tous départ de l'office du tourisme (Gratuit) - Inscription à l'office du tourisme avant le 18 Juillet

13h Repas catalan sur réservation à l'office du tourisme : 06.72.47.44.15

Adultes : 20€ - Enfants 10€

15h30 animations et bal guinguette avec Alain Mas.

3. Randonnée du 2 et 3 Août

Possibilité de réserver 1 ou 2 nuits en 1/2 pension à l'hôtel (chambre 2 pers) 43€/p. et par nuit.

Inscription et Acompte de 20 €/p. à envoyer à Michel - 18 rue Pierre Camo- Céret - au plus tard le 29 Juillet (voir détail programme)

4. Validité des licences - Les licences 2008 sont valables du 1er Septembre 2007 au 31 août 2008.

Dès le 1er Septembre 2008, vous devrez renouveler votre licence dont le prix reste inchangé malgré l'augmentation de la part fédérale de la licence.

(35€ licence IRA + cotisation au club).

5. Certificat médical - (non encore obligatoire mais susceptible de le devenir prochainement)

Il est conseillé de joindre un certificat médical lors du renouvellement de votre licence

Le centre Sport Santé à la Maison des sports de Perpignan (Rue Duguay-Trouin) à laquelle le club adhère, propose un bilan complet « sportif » pour 5€. Il faut prendre un rendez-vous : 04.68.57.40.50.

6. Séjour en Haute Vésubie (06).

Nous étions 43 à arpenter les pentes et les cimes du Mercantour et de la Haute Vésubie.

Deux groupes menés l'un par Mike et l'autre par Albert ont pu apprécier la beauté des différents lacs et paysages beaucoup plus verdoyants que ceux de notre région.

C'est avec regret que nous nous sommes séparés en pensant déjà aux séjours suivants.

7. Agenda :

La Ronde Cérétane : 14 Septembre

L'Assemblée Générale : 8 Novembre

SORTIES DES MARDIS Août 2008

Promeneurs : PAS DE SORTIE « PROMENEURS » PENDANT LES MOIS D'ÉTÉ
(possibilité de se joindre à la rando du mardi 12 août)

Marcheurs – Code de difficultés : « Moyen » – dénivelé moins de 500m (Sauf en cas de journée)

Date	Animateur	Départ Pkg Inter M.	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
MARDI 5	Gérard LEBOUILL 04 68 87 46 80	7h30	8h15 Pujol Del Mitg (après Mas Pagris)	Pujol del Mitg - Coll de la Dona Morte - Mas de la Borbolla <i>(Bonne Grimpette)</i>	3h30 450m
MARDI 12	Maguy BERNADES 04 68 87 20 73	7h30	8h30 Pkg Gare St Laurent de Cerdans	Circuit des Fontaines - <i>(Visite du musée de L'Espadrille en fin de Rando : 2€)</i> <i>(Repas tiré du sac)</i> <i>Rando pour Promeneurs et Marcheurs.</i>	3h30 300m
MARDI 19	Dikkie CARITG 04 68 87 43 11	7h30	/	Mas de l'Oum (point coté 1272m) Batère - Les Canals - Coll d'En Cé La Riverette <i>(Relais voitures)</i> <i>Repas tiré du sac</i>	4h00 550m
MARDI 26	Jean FERRER 04 68 87 19 51	7h30	/	La Llau - arboretum - Chapelle Sant Guillem <i>Repas tiré du sac</i>	4h00 400m

Dimanches : Montagne : Code de difficultés : "Sportif" avec dénivelé supérieur à 1200m

Date groupe	Animateur	Départ Céret/ Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
<u>SAMEDI 02</u> <i>Montagne</i>	Nelly AUBAUD 04 68 88 41 34 et Chantal SEVIN	5h30	6h30 Pkg Marquixanes	Hospitalet - Etang du Siscar - Portelle du Siscar Etang du Pédourès - Jasse de Brougnès - Hospitalet	6h00 1100m
<u>DIMANCHE 03</u> <i>Montagne</i>		/	/	Porta - Portella Blanca - Col des Isards - Estany des Font Negra - Pluviomètre - Mines de Puymorens - Coll de Puymorens <i>Reserv. auprès de Nelly à partir du 18 Juillet</i>	8h30 1350m
<u>DIMANCHE 10</u> <i>Montagne</i>	Joseph CUFI 04 68 87 17 45	5h45	6h45 Pkg Marquixanes	Esposolla - Baraca de la Jaceta - Roc Blanc	8h00 1300m
<u>DIMANCHE 24</u> <i>Montagne</i>	Joseph CUFI 04 68 87 17 45	5h45	6h45 Pkg Marquixanes	Station Formigueres Pic des Mortiers	7h30 1200m
<u>DIMANCHE 31</u> <i>Montagne</i>	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	5h30	6h20 Pkg Marquixanes	Evol - Col du Portos - Gorg Estelat - Gorg Nègre - Abri de la Moulina - Camis Ramaders - Evol	9h30 1400m

PROMENEURS : Possibilité de se joindre à la Rando « marcheurs »
du mardi 12 août à St Laurent de Cerdans

Les adhérents, qui désirent recevoir par courriel le programme mensuel des randonnées, peuvent communiquer au secrétariat (secretaire@randoceretane.org) leur adresse électronique.

SORTIES des JEUDIS SAMEDIS et DIMANCHES

Août 2008

Code de difficultés :

Rando Jeudi ou Dimanche : « Moyen et soutenu » - dénivelé moins de 1000 m

Rando † " Plus soutenu" - dénivelé moins de 1200m

Rando-Promenade - "Moyen" rythme moins soutenu que « Rando » avec même dénivelé.

Date groupe	Animateur	Départ Céret/ Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
<u>SAMEDI 02</u> <i>Rando †</i>	Jean-Charles VANDERMEERSCH 04 68 54 08 84	5h30	8h00 L'animateur sera au Pkg à l'Entrée de Porta (au-dessus de la Tour de Carol)	Vallée du Camp Cardos Porteilla Blanca d'Andorra <i>Possibilité 1/2 pension à l'hôtel pour 1 ou 2 nuits (chambre 2 pers) 1/2 pension 43€/p. et par nuit - Inscription et Acompte de 20 €/p. à envoyer à Michel au plus tard le 29 Juillet</i>	7h30 1050m
<u>DIMANCHE 03</u> <i>Rando</i>	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	/	8h30 L'animateur sera en face de Hôtel Castel Isard à Porte Puymorens	Porté Puymorens - Lac de Lanoux Estany de Font Viva	6h00 750m
<u>JEUDI 07</u> <i>Rando †</i>	Colette CAPOSSELE 04 68 87 65 26	7h00	/	Chalet des Conques - Col des Roques Blanches - Puig de la Collada Verde - Esquerdes de Rotja	6h30 950m
<u>DIMANCHE 10</u> <i>Rando</i>	Henri RIGOLE 04 68 85 08 58	6h30	7h30 Pkg Marquixanes	Mariailles - Refuge Arago - PIC DU CANIGOU	6h30 1000m
<u>DIMANCHE 17</u> <i>Rando</i>	Claude BONNET 04 68 80 38 50	7h15	7h45 Le Perthus après la douane	Selva d'El Mar - St. Père de Rodes St. Salvador - Selva	6h00 800m
<u>DIMANCHE 24</u> <i>Rando</i>	Dikkie CARITG 04 68 87 43 11	7h15	8h15 Pkg Marquixanes	Gorges de Carança - Passerelles - Font del Gat - Mas d'en Baret <i>(Prévoir 2 € pour Pkg)</i>	6h00 700m
<u>JEUDI 28</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	6h30	7h30 : Pkg Marquixanes 8h30 : L'animateur sera au pkg de Mariailles	Mariailles - Refuge - Pla Guillem - Pic des Sept-Hommes - Pic Roja	6h30 1000m
<u>DIMANCHE 31</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h00	/	La Llau - Sant Guillem - Cabane Vieille - la Llau	6h30 900m
Tous les dimanches <i>Rando-promenade</i>	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	7h30	Itinéraire déterminé au rendez-vous		