



Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

<u>Président :</u>	Jean FERRER	04 68 87 19 51
<u>Secrétaire :</u>	Rose Marie MONGE	04 68 39 44 62
<u>Trésorier :</u>	Michaël CARTWRIGHT	04 68 87 24 09

E-mail secrétariat : secretaire@randoceretane.org

Site Web : randoceretane.org

PROGRAMME de Décembre 2008

INFORMATIONS

1. **Assemblée Générale**

C'est dans une ambiance chaleureuse et conviviale que nous nous sommes retrouvés le 8 Novembre au Mas de Nogarède pour notre Assemblée Générale annuelle.

Le conseil d'administration a été réélu à l'unanimité avec 155 voix et il remercie tous les adhérents de la confiance accordée.

Le conseil d'administration s'est réuni le 17 Novembre et a nommé son Bureau :

Président : Jean ferrer
Vice Président : Alain Rivoal
Trésorier : Mike Cartwright
Trésorier adjoint : Claude Hernandez
Secrétaire : Marie-claude Sarda
Secrétaire adjoint : Michel Vandenameele

Le compte rendu de l'assemblée générale de même que les comptes rendus des conseils d'administration sont à votre disposition sur le site du club, et peuvent vous être adressés sur demande au secrétariat.

2. **Renouvellement des adhésions :**

L'adhésion à la Randonnée Cérétane (licence, assurance et cotisation) reste inchangée : 35€ ou 44€ pour les licences Multi-loisirs. N'oubliez pas d'informer le secrétariat de tout changement d'adresse, de téléphone, de courriel.

Certificat médical

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

3. **Randonnée du Téléthon 2008 organisée par Albères Evasion le 6 décembre à Sorède**

3 niveaux de rando avec accompagnateurs.

Départ à 8h et à 10h de la Mairie
Apéritif et Repas champêtre
Participation : 17€

Les bénéfices seront reversés intégralement le jour même au TELETHON. *Détails sur le site*

4. **Formations internes**

- **Apprentissage de la « Lecture de cartes et de l'Orientation »**. Les inscriptions trop peu nombreuses nous obligent à repousser les dates de la 1^{ère} session 2009.

3 Mercredis à partir du 14 Janvier.

- **Utilisation d'un logiciel de cartographie**
1^{ère} session expérimentale : 15 Décembre.
D'autres sessions seront mises en place.

Si vous êtes intéressés par ces formations, inscrivez-vous auprès du secrétariat.

5. **Rando du 28 Décembre**

Organisé par Michel Vandenameele (04 68 87 08 46) : **Repas à l'auberge "Can Joan"**, St Jean d'Albère, à l'issue de la rando.

Circuit autour de St Jean d'Albère

Réservation par chèque (montant du repas 15€ par personne, vin et café compris) à l'ordre de la Randonnée Cérétane **BP308 -66403 Ceret avant Lundi 22 décembre.**

6. **Premiers secours**

Les journées de rappel des gestes de premier secours ont été suivies par 26 animateurs. Cette année ils ont eu droit à un apprentissage de l'utilisation des défibrillateurs automatiques, puisque ces instruments sont en cours d'installation dans toutes les communes du département.

Merci à Colette, Lise et Monique qui se sont beaucoup investies pour organiser cette session.

7. **GPS**

Si vous n'étiez pas à l'AG, sachez qu'un achat collectif de GPS est en préparation. Prévoir 300€ environ. Si vous êtes intéressés, voyez Mike Cartwright (04 68 87 24 09).

8. **SEJOUR à ANDORRE**

Du 1^{er} au 8 Juillet 2009

Informations auprès de Mike (04.68.87.24.09) ou de Jean Sarda (04.68.54.10.82)

SORTIES DES MARDIS Décembre 2008

Promeneurs : Code de difficultés : « Facile » - dénivelé moins de 300m

DATE	Animateur	Départ Céret/ Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
MARDI 2	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13H30	13H45 Col de Llauro	Col de Llauro - La calcine Llauro - Col del puig	3h00 250m
MARDI 9	Gilberte FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	13h30	/	Le Vila - Serrat de la Teuleria - Bord du Tech Ancienne voie ferrée	2h30 160 m
MARDI 16	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	13h30	14h00 Pkg P 2 (Route du Fort) Le Perthus	Pannissars - Col du Priorat Mas Barde -Pannissars	3h00 200m
MARDI 23	Maguy BERNADES 04 68 87 20 73	13h30	13h40 Pkg des Tins Céret	Sur les chemins de Fonfrède	3h00 150m
MARDI 30	Lucien DECOTTIGNIES 04 68 83 33 72	13h30	14h00 Pla de la Fargue Maureillas	Le Tourounell - Le Roc Courbe	3h00 250m

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 2	Annie RIGOLE 04 68 85 08 58	13h00	13h45 Pkg Cimetière Ste Colombe	Roc de Majorque	3h30 350m
MARDI 9	Jean SARDA 04 68 54 10 82	13h00	/	Le Molinot - Le Dolmen Le Jacouty - Le Molinot	3h00 400m
MARDI 16	Andrew REIS 04 68 35 34 08	13h00	13h30 Pkg Espace Sardanes Dir. Montesquieu Villemontgou dels Monts	Les Deux Fonts	3h30 300m
MARDI 23	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	13h00	/	Manyaques - Puig de l' Ami - La Forge del Mitg - Ancienne "Ligne del Tram"	3h30 300m
MARDI 30	Claude HERNANDEZ 04 68 83 07 35	13h00	13h30 Salle des Fêtes Arles-sur- Tech	Roca Foradade Can Valente Arles-sur-Tech	3h30 400m

Le centre Sport Santé à la Maison des sports de Perpignan, propose un bilan pour 5€.
Il faut prendre un rendez-vous : 04.68.57.40.50

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, DIMANCHES et Inter-Associations Décembre 2008

Code de difficultés :

Rando Mercredi, 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>JEUDI 04</u> <i>Rando</i>	Jean-Charles VANDERMEERSCH 04 68 54 08 84	8h00		Montalba d'Amélie - Mas Pagris Col et Mas de Paracolls - Mouli de la Palette - Montalba	6h00 850m
<u>SAMEDI 06</u> <i>Rando</i>	Albères Evasion			<i>Randonnées du Théléthon 2008 à Sorède voir page 1)</i>	
<u>DIMANCHE 07</u> <i>Rando</i>	Maurice BENICHOU 04 68 66 77 32	7h00	7h30 Boule d'amont	Boule d'Amont - Col de l'Aspics Col de Saletg - Col de las Arques Chapelle St. Anne (ruines) Prieuré de Serrabona	7h00 1000m
<u>JEUDI 11</u> <i>Rando</i>	Colette CAPOSSELE 04 68 87 65 26	7h00		Corsavy - Secteur du Riuferrer - Du Mas Gûell au Col de la Descargue par les Mas	7h00 850m
<u>DIMANCHE 14</u> <i>Rando</i>	Claude BONNET 04 68 80 38 50	6h30	7h30 Pkg Marquixanes	Evol - La Mouline Cami Ramader - Evol	7h00 900m
<u>JEUDI 18</u> <i>Rando</i>	Rose-Marie MONGE 04 68 39 44 62	7h00	8h00 La Bastide	La Bastide - Creu d'en Tournon Ballestavy - Col Palomere	6h30 800m
<u>DIMANCHE 21</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h30	8h30 Pkg Marquixanes	Campôme - Carmaju - Falgueres <u>La Gare</u> - Roc de Creus - Fournouls	6h 00 750 m
<u>DIMANCHE 28</u> <i>POUR TOUS</i>	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	8h00	8h30 Pkg de l'auberge St Jean d'Albère	Circuit autour de St Jean d'Albère <i>Repas à l'auberge Can Joan à l'issue de la rando (voir 1ère page)</i>	4h30 600m
Tous les dimanches <i>Rando- promenade</i>	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	8h00		Itinéraire déterminé au rendez-vous	

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>DIMANCHE 07</u> <i>Montagne</i>	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	7h00		Prats de Mollo - Tour de Mir - Mont Falgas - N.D. du Coral - Prats de Mollo	7h30 1300m
<u>DIMANCHE 14</u> <i>Montagne</i>	Joseph CUFI 04 68 87 17 45	7h30	7h45 St. Martin de l'Albère	Saint Martin de l' Albère - Coll Fourcat - Crête frontière - Pic Néoulos - Requesens	7h00 800m + 400(AM)
<u>DIMANCHE 21</u> <i>Montagne</i>	Joseph CUFI 04 68 87 17 45	7h00	8h00 Pkg Marquixanes	Villefranche - Pla d'Aussa - Les chapelles	7h00 1100m