



Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

<u>Président :</u>	Jean FERRER	04 68 87 19 51
<u>Secrétaire :</u>	Marie-Claude SARDA	04 68 54 10 82/ 06 19 37 25 61
<u>Trésorier :</u>	Michaël CARTWRIGHT	04 68 87 24 09

E-mail secrétariat : secretaire@randoceretane.org

Site Web : randoceretane.org

PROGRAMME de MAI 2010

INFORMATIONS

Les séjours et sorties du Club :

--**Montserrat** : départ à 7h du parking d'intermarché à Céret le dimanche 9 mai 2010 avec repas tiré du sac et voyage en car. Il reste quelques places, vous pouvez encore réserver en envoyant un chèque de 20 € à l'ordre de la Randonnée Cérétane à Boîte Postale 308 - 66400 Céret Cedex.

Date limite de la réservation : 30 avril 2010. On demande des volontaires pour préparer les bunyettes...merci d'avance !

--**Saint Guilhem le Désert** : sortie de 2 jours les 19 et 20 mai 2010 avec une nuit à l'hôtel. Nous ferons le voyage en voiture, en nous regroupant, car le nombre d'inscrits n'est pas suffisant pour commander un car. Contacter Dikkie au 0468874311 pour le covoiturage. Rendez-vous sur le parking d'intermarché à Céret, départ à **7h30** le 19 mai.

--**Andorre** : 2 au 7 Juillet : Christiane et Jacques, absents du 4 au 27 mai, (0468217571) proposent un séjour à LLORTS (1500m) en camping (matériel personnel), Repas en commun, frais partagés - niveau Rando. Une réunion d'information et de préparation est prévue le 31 mai à 16h30 salle de l'Union.

--**Gavarnie** : du 30 août au 6 septembre 2010. Pour ceux qui veulent « faire le cirque »... à Gavarnie.....des places sont encore disponibles. Des randos « promeneurs » sont au programme. Merci de prendre contact rapidement avec Maurice au 0468667732

Dates à retenir :

--**17 avril 2010** : Réunion préparatoire au séjour de **Chorges** : à **10h30 salle de l'Union** à Céret avec Mike. N'oubliez pas vos chéquiers, car il faudra régler le solde.....

--**2 mai 2010** : 17ème Fête départementale de la Randonnée à Arles S/Tech, Centre Sports et Loisirs de la Baillie : venez participer nombreux aux randonnées organisées à partir de 7h. Réservation des repas à 11 € par personne avant le 21 avril à la Baillie (tel. 0468393782)

-- **21 mai 2010** : Réunion préparatoire au séjour de **Crozon** : à **14h30 salle de l'Union** à Céret avec Alain et Mike.

-- **29 mai 2010** : **Journée de l'Autisme** : vous pouvez parrainer un jeune adulte atteint d'autisme à l'ESAT de Tordères. Si vous êtes intéressé(e), appelez le Comité départemental avant le 30 avril 2010 et envoyez un chèque de 10€ pour le repas .

-- **31 mai 2010** : à **17h15 salle de l'Union à Céret**, réunion des bénévoles prêts à participer à la fête du **27 juin 2010** au stade Fontcalde à Céret. Si vous pouvez nous apporter une animation pour la fête (danse, chant, exposition d'œuvres réalisées par des adhérents : peintures, sculptures, crochet....etc) contactez Dikkie au 0468874311 et venez à la réunion des bénévoles le 31 mai

-- **4 juin 2010** : Réunion préparatoire au séjour de **Ceillac** : à **17h salle de l'Union à Céret**.

20 novembre 2010 : Assemblée Générale au Mas de Nogarède à Céret

Activité au sein du club : si vous souhaitez vous joindre au groupe de « conversation anglaise » le lundi de 10h à 12h au local, appeler notre amie Wenche au 0468822394 après 19h.

Certificat Médical : il devra **obligatoirement** accompagner toutes les demandes d'adhésion 2010-2011 (premières demandes et renouvellements) dès le 1^o septembre 2010

SORTIES des MARDIS

MAI 2010

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 4	Pierrette PELLE 04 68 87 06 28	13h30	14h00 Le Perthus (après douane)	Les Chaos de la Junquera (Pose au mas Furtic)	3h30 250m
MARDI 11	Mike CARTWRIGHT 04 68 87 24 09	9h30	10h00 Le Perthus (après douane)	Port Lligat - Cap d'en Roig - Cap Creus (Repas tiré du sac) Visite Maison Dali et Cadaqués	4h00 300m
MARDI 18	Laurinda BOUVIER 04 68 95 49 43	13h30	14h15 Pkg de l'Obélisque Port Vendres	Port Vendres - Cap Beart - Port Vendres	3h00 350m
<u>MERCREDI 19</u> <u>JEUDI 20</u> <i>Sortie commune avec Marcheurs</i>	Gilberte/Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h30	8h00 Pkg Sortie autoroute Perpignan Nord	1 j - St. Guilhem-le-Désert - Cirque de l'Infernet - Max Nègre (repas tiré du sac) Visite du Site de St. Guilhem 2 j - St. Guilhem-le-Désert - Ermitage ND de Belle-Grâce - Col du Ginestet - St Guilhem (repas tiré du sac)	4h30 500 m 4h30 450m
LUNDI 24 <i>Fête du Printemps à OMS</i>	Rose-Marie/Albert MONGE		8h30 OMS	Randonnées faciles et ludiques dans les Aspres- dont une randonnée famille avec l'âne « Chocolat »	2h30 et 1h30
MARDI 25	Lucien DECOTTIGNIES 04 68 83 33 72	13h30	13h45 Prat de la Fargue Maureillas	Las Planes - Les Pannisars et Retour	3h00 200m

Marcheurs : Code de difficultés : " Moyen " dénivelé moins de 500m

DATE	Animateur	Départ Pkg Inter M	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
MARDI 4	Mike CARTWRIGHT 04 68 87 24 09	13h30	14h15 Super las Illas	Super Las Illas - Puig dels Pruners - Pic Calmeille - Coll de Portells - G.R. 10	3h30 480m
MARDI 11	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	13h30	14h15 Col de l'Ouillat	Puits à Neige - Pic Neulous - Refuge Tagnarède	4h00 450m
MARDI 18	Annie RIGOLE 04 68 85 08 58	8h30	10h Cave Coopérative Leucate Village	Les Falaises Leucate - La Franqui (Repas tiré du Sac)	5h00 150m
<u>MERCREDI 19</u> <u>JEUDI 20</u> <i>Sortie commune avec Promeneurs</i>	Gilberte/Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h30	8h00 Pkg Sortie autoroute Perpignan Nord	Sortie à St. Guilhem-le-Désert (voir descriptif des Promeneurs)	4h30 500 m
LUNDI 24 <i>Fête du Printemps à OMS</i>	Rose-Marie/Albert MONGE		8h30 OMS	Randonnées faciles et ludiques dans les Aspres- dont une randonnée famille avec l'âne « Chocolat »	2h30 et 1h30
MARDI 25	Claude HERNANDEZ 04 68 83 07 35 06 33 58 79 57	13h30	14h15 St Martin de L'Albère	Coll Forcat - Coll de l'Espinass - Coll de l'Alzina - Collade del pla de l'Arque	3h30 400m

SORTIES des JEUDIS et des DIMANCHES

MAI 2010

Code de difficultés : « Rando » Jeudi ou Dimanche : "Moyen et soutenu" - dénivelé moins de 1000m
 « Rando + » : "rythme plus soutenu" que « Rando » - dénivelé moins de 1200m
 « Rando-Promenade » : comme "Rando » avec un rythme moins soutenu

Date groupe	Animateur	Départ Céret/ Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche / Dénivelé
<u>DIMANCHE 02</u> <i>Rando</i>	Alain RIVOAL 04 68 89 39 73	7h15	7h30 Centre Sports et Loisirs de La Baillie Arles sur Tech	Fête F.F.R.P. à Arles sur Tech Chapelle de Santa-Engracia	5h00 800m
<u>JEUDI 06</u> Rando +	Colette CAPOSSELE 04 68 87 65 26	7h00	7h30 Le Perthus (après douane)	Rosas - Punta Folconera - G.R.92 - Cala Monjoi - Cap de Norfeu - Grotte de l'Hermitte - Cala Joncols (rando longue)	6h30 1000m
<u>DIMANCHE 09</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66 Roland TIXIER 04 68 83 62 62	7h00 Pkg Intermarché CERET		Sortie BUNYETES à MONTSERRAT (Espagne) pour tous : Voir Page 1	2 niveaux de randonnées
<u>JEUDI 13</u> Rando +	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	6h30	7h30 Pkg Marquixanes	Canaveilles - Llar - Esquirol - Serre Clavera - Chemin Vauban et des Canons L'animateur. attendra à Marquixanes	6h45 1200m 21 km
<u>DIMANCHE 16</u> <i>Rando</i>	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	7h30	8h00 Le Perthus (après douane)	Palau Saverdere - Chap. Sant Onofre - Castell Sant Salvador - St. Pere de Rodes - Sta Helena	6h00 650m
<u>MERCREDI 19</u> <u>JEUDI 20</u>	Dikkie CARITG 04 68 87 43 11 06 34 68 93 88	7h30	8h00 Pkg Sortie autoroute Perpignan Nord	1 j - St. Guilhem-le-Désert - Maison Forest. des Plos - Max Nègre (repas tiré du sac) Visite du Site de St. Guilhem 2 j - St. Guilhem-le-Désert - Cirque de l'Infernet - Cap de la Fouterie - Cap de Ginestet - Ermitage N.D. de Belle Grace (repas tiré du sac)	4h30 500m 4h30 500m
<u>DIMANCHE 23</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h 15	7h45 Le Perthus (après douane)	Oix - Sant - Andreu - Puig de Bestraca - Vall d'Ormoier - Oix	6 h 00 700m
<u>JEUDI 27</u> Rando	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	7h00	/	Moulinot - Dolmen - Col Boufadou - Col de Formentère	7h00 1000m
<u>DIMANCHE 30</u> <i>Rando</i>	Marie-Jo COBREROS 04 68 87 08 46	6h30		/	Lamanère - Col de Malrems - Golofreu - Beget - Mas Planes - Moli d'en Sorollo - Rocabruna - Col de Malrems (randonnée longue mais facile)
Tous les dimanches <i>Rando-promenade</i>	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	7h30	Itinéraire déterminé au rendez-vous		

Montagne : Code de difficultés : "Sportif" avec dénivelé supérieur à 1000m

Date groupe	Animateur	Départ Céret/ Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche / Dénivelé
<u>DIMANCHE 02</u> <i>Montagne</i>	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	6h00	/	Banyuls - Sailfort - Col de Banyuls - Pic de la Calme - Tour de Querroig - Banyuls	9h00 1600m

Les randonneurs à l'essai sont admis (3 fois maximum). Ils verseront à l'animateur une contribution de 2 € par rando. Tout randonneur sera refusé par l'animateur s'il n'est pas correctement équipé : eau, chaussures et vêtements adaptés au circuit proposé

SORTIES des MARDIS

<u>DIMANCHE</u> <u>09</u> <i>Montagne</i>	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	7h00	/	Amélie-les-Bains - Coll de Paracolls - Les Pujols - Collade de San Marty - Can Felix - Amélie-les-Bains	9h00 1700m
---	--	------	---	--	---------------