



Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

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

E-mail secrétariat : secretaire@randoceretane.org

Site Web : randoceretane.org

PROGRAMME de Septembre 2010 INFORMATIONS

Rando de nuit : les grillades et la rando de nuit du 3 août ont été un succès pour de nombreux randonneurs accompagnés d'amis ou de petits-enfants, une expérience intéressante : marcher sous les étoiles, lutter contre un vent fort, admirer les lumières des villages alentour, sous le regard étonné des vaches postées au bord de la route.....

Merci à tous ceux qui ont organisé cette soirée et à ceux qui ont agrémenté le menu de la grillade.

Séjour Gavarnie : du 30 août au 6 septembre : suite à une défection pour raison de santé, une place est disponible : si vous êtes intéressé(e), appelez Maurice (0468667732)

QUELQUES DATES IMPORTANTES :

-- **4 septembre : Forum des associations** : 9h à 13h devant la mairie de Céret

-- **19 septembre : Ronde Cérétane** : notre club, partenaire de la ronde, organise la randonnée du dimanche. Comme chaque année nous faisons appel à vous, pour le balisage le Samedi, puis pour le dimanche l'ouverture et fermeture du circuit, le point contrôle, le point départ/arrivée. (secrétariat ou Rose-Marie 0468394462)

-- **23 et 24 septembre 2010 : Rando+ : Nyer - Mantet - Nyer**

Organisée par Dikkie et Laurence. Nuitée à Mantet : 38 € en demi-pension. Places limitées. Inscriptions auprès de Dikkie (04 68 87 43 11) Acompte de 15 € par chèque à l'ordre de la Randonnée Cérétane à la BP avant le 5 septembre 2010

-- **25 et 26 septembre 2010 : Centenaire du petit train jaune**

Randonnées organisées par le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des PO avec des places « train jaune » à prix spécial : 6€ aller/retour. Achat des billets **avant le 4 septembre** par chèque à l'ordre du Comité Départemental, adressé à notre boîte postale (Attention : nombre de places limitées !) Pour tout renseignement sur les randonnées, appelez le Comité au 0468614885.

-- **3 octobre 2010** Rando-challenge à Vernet les Bains (info Comité départemental)

-- **3 octobre 2010** : Réunion préparatoire des Euros-Randos 2011 Andalousie à Puigcerda avec rando dans la vallée du Carol.

-- **20 novembre 2010 : ASSEMBLEE GENERALE Mas Nogarède** Retenez cette date, votre participation est indispensable. Vous pouvez poser votre candidature au Conseil d'Administration, des postes seront vacants.

LICENCES 2010-2011 : tous les adhérents ont reçu un courrier leur indiquant la procédure des adhésions au 1^o septembre 2010 (certificat médical obligatoire).

Merci de répondre rapidement

SORTIES DES MARDIS SEPTEMBRE 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 7	Laurinda BOUVIER 04 68 95 49 43	13h30	14h Pkg de la Poste Sorède	Sorède - Chapelle N D de la Pave - Sorède	3h00 200m
MARDI 14	Pierrette PELLE 04 68 87 06 28	15h	/	Riu Cerda - Mas Tauriac - Chapelle st Paul - Ribesaltes - Pont de Ceret	2h30 150m
MARDI 21	Gérard LE BOUILL 04 68 87 46 80	13h30	14h15 Col de L'Ouillat	Puig d'Aureilla - Coll de Sant Joan - Roc del Grevol - Coll de l'Ouillat	3h00 200m
MARDI 28	Gilberte FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	13h30	/	Cantallops - Coll de Medas (dolmens) - puig Rodo - Cantallops	2h30 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 7	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h30	/	Léca - Torres d'en Glas - Riu Ferrer - Cortal Triado - Léca Pique-nique à l'issue de la Rando à Léca	3h30 400m
MARDI 14	Dikkie CARITG 04 68 87 43 11 06 34 68 93 88	8h30	9h30 Pkg Marquixanes	Nyer - Chap. et hameau abandonné d'En Peyrole - Vue sur Gorges de Nyer (Repas tiré du sac) Possibilité d'aller visiter chap. et gorges de Nyer après rando	3h30 500m
MARDI 21	Mike CARTWRIGHT 04 68 87 24 09	7h30	8h30 Col des Gascons Banyuls sur mer	Gr 10 - Col de Baillaury - Gr 10 Prévoir Lampe pour passage tunnel <i>(Repas tiré du sac)</i>	4h00 500m
MARDI 28	Claude HERNANDEZ 04 68 83 07 35 06 33 58 79 57	13h30	13h45 Pont Neuf Arles sur Tech	Can Truja - Coll d'en Gros - Roviro - El Molinot - Chemin des Simiots	3h30 400m

SORTIES des JEUDIS et DIMANCHES SEPTEMBRE 2010

Code de difficultés : Rando Jeudi ou Dimanche: "Moyen et soutenu" - dénivelé moins de 1000m

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/Déni velé
<u>JEUDI 02</u> Rando +	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	6h10	7h00 Pkg Marquixanes	(L'animatrice vous attendra à Marq.)Espousouille - Les Pierres Ecrites - Etang du Diable - Pic Mortiers - Espousouille (4km piste en mauvais état)	6h30 1200m
<u>DIMANCHE 05</u> <i>Rando</i>	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h00	8h15 Valmanya Pkg près du pont	Valmanya - Ballestavy - GR 36 - La Rouquette - Prat mitja - Valmanya	6h 00 950m
<u>JEUDI 09</u> Rando +	Henri NOU 04 68 83 98 05 06 27 02 34 01	6h00	7h00 Pkg Marquixanes	Col de Mantet - Porteille de Mantet - Mort de l'Escoulat - Cime de Pomarole (L'animateur vous attendra à Marquixanes)	8h00 1200m
<u>DIMANCHE 12</u> <i>Rando</i>	Albert MONGE 04 68 39 44 62 06 87 11 72 02	7h30	8h30 Banyuls s/ Mer Pkg port coté Aquarium	Banyuls s/ Mer - Cerbère par la côte - Pic Joan - Tour Pagès - Banyuls	6h30 700m
<u>JEUDI 16</u> Rando +	Jean-Charles VANDERMEERSCH 04 68 54 08 84	5h00	L'animateur vous attendra à 8h00 à Nuria	Nuria - Pic de Nou Fonts - Pic d'Eyne - Pic de Nuria - Pic de Finestrelles - Nuria (prévoir 14€ pour le train)	8h00 1150m
<u>DIMANCHE 19</u> <i>Rando</i>	Laurent LAPEYRE 04 68 87 08 59	7h00	8h00 Pkg Marquixanes	Mantet - Rando dans le secteur du Ressec	6h30 900m
<u>JEUDI 23</u> Rando et Rando +	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	6h30	7h30 Pkg Marquixanes	Nyer - La Garbalouse - Prise d'eau - Les Coullits (sentier d'Interpretation) -Serrat del Reynals - Mantet /Nuitée	5h/6h30 650m/ 1100m
<u>Vendredi 24</u> Rando	et Dikkie CARITG 04 68 87 43 11 06 34 68 93 88			<i>Possibilité de laisser voiture(s) au Pas de Grau (500m de dénivelé en moins)</i>	Mantet - Pic de tres Estelles - Pas du Grau - La Bassouse - Nyer
<u>DIMANCHE 26</u> <i>Rando</i>	Renée et Fernand BENAIGES 04 68 37 12 87	7h15	8h00 Pkg Cave Coop Espira de l'Agly	Caudiès de Fenouillèdes - Sentier Cathare - Campeau - bergerie - Caudiès	6h00 750m
Tous les dimanches <i>Rando- promenade</i>	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	7h00	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 12</u> <i>Montagne</i>	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	5h30	6h30 Marquixanes	Py - Roc Redoun - Troc de Laric - Refuge de Founguéré - Pic Tres Estelles - Col de Mantet -	8h 1450m

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