CLUB DE RANDONNEE PEDESTRE (Association Loi 1901) – Affilié à la FFRP

La Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

Président :	**Jean FERRER**	**04 68 87 19 51**
Secrétaire :	**Gilbert PUJAS**	**04 68 81 13 30**
Trésorier :	**Jacques COURTEAU**	**04 68 21 75 71**

E-mail secrétariat : secretaire@randoceretane.org **Site Web: <randoceretane.org>**

PROGRAMME D'AOÛT 2011

DATES à RETENIR :

- Forum des associations sportives le **samedi 3 septembre de 9h à 12h à Céret**. Les membres du club désireux de participer à la tenue de notre stand sont invités à se faire connaître en téléphonant à J.FERRER 04.68.87.19.51 ou F.BONNION 04.68.83.22.16.

-**28° Ronde Cérétane le dimanche 18 septembre**. Nous recherchons des bénévoles , comme les années précédentes, pour le balisage, l'ouverture du circuit, et le dé-balisage.

- **Samedi 19 novembre 2011**, salle du Mas de Nogarède, ***Assemblée Générale du club***.

REGLEMENT INTERIEUR : Le C.A du 18 avril 2011 a modifié l'article 2 du règlement intérieur afin de tenir compte de la date du 1° septembre comme début de l'adhésion annuelle. En conséquence la nouvelle rédaction de cet article est la suivante :
« Pour y participer, il est nécessaire d'adresser au club :
* le bulletin d'adhésion complété,
* un certificat médical de non contre indication à la pratique de la randonnée pédestre,
* ***l'acquittement au 1° septembre de chaque année***, du prix de la licence F.F.R.P, et de la cotisation au club (dont le montant est fixé par l'assemblée générale). »

ADHESIONS 2012 :
Vous allez recevoir les documents pour l'adhésion 2012. La date de départ de celle-ci est le 1°septembre. Adressez vos documents, adhésion, certificat médical et chèque de règlement à La BP 308- 66403 Céret. Nous vous rappelons que vous pouvez passer la visite médicale gratuitement au Centre Sport et Santé. Voir sur notre site, rubrique « informations 2011 » la démarche à suivre y est indiquée. Sinon appelez le secrétaire.

Rappel important : Pour mettre en jeu la garantie d'assistance rapatriement, particulièrement à l'étranger, appelez le N° de MMA Assistance : **« 33(0)1 40 25 59 59 »** **(***Il est indiqué sur votre licence en bas à gauche, mais il est conseillé de le noter sur votre « fiche d'alerte secours »).*

Info diverse : Un stage animateur de marche nordique est organisé les 23/24/25 septembre au Cap d'Agde. Il est réservé aux animateurs brevetés.

AOUT 2011

Sorties des mardis

***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 2 Marcheurs	Yves et Jacqueline SANTO 06 61 68 71 52	8 h	8h15 Pkg Casino du Boulou	Mas de les Cluses - **Vestiges Romains** - Mas Anglade. (repas tiré su sac)	5h 500m
MARDI 9 Marcheurs	Maguy BERNADES 04 68 87 20 73	7h30	8h30 Pkg Gare St Laurent de Cerdans	**Cicuit des Fontaines** *(repas tiré du sac)*	3h30 300m
MARDI 16 Marcheurs et promeneurs	Mike CARTWRIGHT 04 68 87 24 09	19h15	20h Col de l'Ouillat	**RANDO de NUIT** Petite grillade avant le départ 5€ ; Réservation avant le 10 Aôut auprès de l'Animateur (Prévoir Lampe de poche ou frontale	3h 250m
MARDI 23 Marcheurs	Henri MESTRES 04 68 87 69 50	7h30		8h30 Maison Forestiere Prats de Mollo - **TOUR de MIR** *(repas tiré du sac)*	4h30 600m
MARDI 30 Marcheurs	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h30		Saint Laurent de Cerdans – **Mont Capell** (possibilité de pique-nique à l'issue de la rando)	3 h30 500m

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

DATE	Animateur	Départ Céret / Ponts	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche / Dénivelé
DIMANCHE 07 Montagne	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	5h30	*6h30 Pkg Marquixanes*	**Col de Jou** – Col de Boucacers - **Pic Roja** – Porteille de Très Vents – Refuge Arago – Col de Ségalès – Moura – Col de Jou	1900 m 10 h
DIMANCHE 21 Montagne	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	5h30	*6h30 Pkg Marquixanes*	**Col de Jau** – Gourg Estélat – **les Madres** – Le Bernard Sauvage – Col de Jau	1200 m 8h 25 km

Les randonneurs à l 'essai sont admis 3 fois au 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.

.

AOUT 2011
Sorties des jeudis et dimanches

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	**Animateur**	**Départ Céret / Ponts**	**Heure et lieu de regroupement**	**Parcours et difficultés spécifiques**	**Temps de marche/ Dénivelé**
DIMANCHE 07 Rando	Jean AGUSTI 04 68 73 34 32 06 72 67 14 60	6h00	7h00 Pkg Marquixanes	**Mantet** – Col de Mantet – Pic de 3 Estelles – Serrat de la Taillade – Sentier d'interprétation - Mantet	7h00 980m 16km
DIMANCHE 14 Rando	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	7h00		Font del Brigader (par Monferrer et 2 km de piste) – Pla de Rodes – **Tres Vents d'Avall**	6h30 900m
JEUDI 18 Rando +	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	6h00	7h00 Pkg Marquixanes	**Mantet** – Col del Pal – Serre Gallinère La Dona - Porteille et Vallée de l'Allemany	7h30 1200m
DIMANCHE 21 Rando	Jacques COURTEAU Christane AGRAFEIL 04 68 21 75 71 06 89 69 46 11	6h00	7h00 Pkg Marquixanes	**les animateurs vous attendront au Pkg Route des Bouillouses (Pla de Barès)* **Pic du Carlit (2920m***)*	7h00 1000m
JEUDI 25 Rando +	Henri NOU 04 68 83 98 05 06 27 02 34 01	6h00		La Preste – l'Ouillat - Anc. Mines – Serre Finestrol – La Forge	7h30 1200m
DIMANCHE 28 Rando	Jean AGUSTI 04 68 73 34 32 06 72 67 14 60	5h30	6h30 Pkg Marquixanes	**Mariailles** – Col Vert – Cabane Arago Pla de Cady – **Pic Canigou** par la cheminée – retour par le même chemin (10 km de piste pour acceder à Mariailles	7h30 1000m 18km
Tous les dimanches Rando-promenade	Baptistin PAGES 04 68 85 35 98	7h15	Itinéraire déterminé au rendez-vous		