



# La Randonnée Cérétane

Présidents d'Honneur : Baptistin PAGES, Jean PORQUERES

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

E-mail secrétariat : [secretaire@randoceretane.org](mailto:secretaire@randoceretane.org)

Site Web: <[randoceretane.org](http://randoceretane.org)>

## PROGRAMME de Septembre 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.

**Samedi 19 novembre, salle Nogarède, ASSEMBLEE GENERALE du CLUB.**

### A propos des programmes hebdomadaires

Depuis la création du Club, le mardi était consacré aux randos à la demi-journée : marcheurs ou promeneurs. Depuis quelques temps les randos-marcheurs ont vu le jour puis se sont multipliées de sorte que les adhérents qui ne voulaient consacrer qu'une demi-journée à la marche étaient privés de rendez-vous. Nous allons revenir à la tradition et ne proposer que des demi-journées le mardi.

Des randos-marcheurs, un peu plus longues et plus éloignées de Céret, seront programmées le jeudi quand il y aura des propositions des animateurs.

---

### Nouveau tracé du GR 10

Pendant de nombreuses années le GR 10 empruntait la route goudronnée entre Le Perthus et Saint Martin de l'Albère. Désormais il passe par les crêtes avec un tracé aérien et spectaculaire. Ce nouvel itinéraire a été conçu et réalisé par des adhérents du Club à l'initiative du Comité départemental de la FFRandonnée. Que les artisans de cette réalisation : Baptistin, Henri et Annie, Claude et Georgette ainsi que Roland, soient remerciés et félicités.

---

### ADHESIONS 2012

- Vous avez reçu il y a quelques jours le formulaire pour votre adhésion 2012.

Vous pouvez retourner dès maintenant l'adhésion, le certificat médical et le chèque de règlement à la BP 308- 66403 Céret.

L'ensemble de ces documents correctement renseignés, est nécessaire pour établir la licence et le démarrage de la nouvelle période d'assurance.

-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.

# SORTIES des MARDIS

## Septembre 2011

**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 6	Yves et Jacqueline SANTO 0661687152	8h00	/	Ortaffa - <b>Lac de Palau</b> .	3h00 50m
MARDI 13	Laurinda BOUVIER 0468954943	13h30	14h Pkg la Poste Sorède	<b>N D du Château</b>	3h00 300m
MARDI 20	Gérard LE BOUILL 0468874680	13h30	14h Riunoguers	Mas Carbonères - <b>Coll Priorat</b> - Cortal Mirapex - Mas Llong - Riunoguers	3h00 250m
MARDI 27	Gilberte FERRER 0468871951	13h30	/	Lamanère - <b>ND du Coral</b> - A R par le chemin du pèlerinage	3h00 250m

**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 6	Dikkie CARITG 0468874311 0634689388	7h30	/	Coll de l'Ansia - Tour de <b>Corsavy</b> - Serrat des Bouchères - Ravin del Pas de l'Avet (forêt de lichen) - Coll de l'Ansia	3h30 400m
MARDI 13	Pascale SERIE 0468395540 0662546721	7h30	8h30 Col des Gascons (Banyuls sur Mer)	Col des Gascons - Col de Vallauria - <b>Chemin de l'eau</b> - tour de Madeloc. (Possibilité repas tiré du sac à l'issue de la rando)	4h00 450m
MARDI 20	Claude HERNANDEZ 0468830735	13h30	14h Riunoguers	Coll de Portells - <b>Pic Calmeille</b> - Coll del Teixo - Riunoguers.	3h30 400m
MARDI 27	Jean FERRER 0468871951 0608565866	13h30	/	Lamanère - Pla de la Come <b>ND du Coral</b> Retour par le chemin du pèlerinage	4h00 400m

**Marcheurs le Jeudi** : Code de difficultés : "Moyen" dénivelé moins de 600m

DATE	Animateur	Départ Pkg Inter M	Heure et lieu de regroupement	Parcours et difficultés spécifiques	Temps de marche/ Dénivelé
JEUDI 8	Catherine DEVIGNE 0468571670 0684241872	8 h	9h Marquixanes	Casteil - <b>Gorges du Cadi</b> - Cascade du Cady (Traversées sur passerelles) (Repas tiré du sac)	4h30 400m
JEUDI 15	Annie RIGOLE 0468850858	7h30	8h30 N 116 après Col Ternère Pkg à gauche Croisement Rodes	<b>Ermitage Domanova</b> - Chemin des croix Blanches - Mas Nou - (repas tiré du sac)	5h 500m

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

# SORTIES des JEUDIS et DIMANCHES

## Septembre 2011

**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
DIMANCHE4 Rando	Maurice BENICHOU 0468667732 0688306856	6h30	7h00 Le Perthus (après douane)	Terrades – Coll de la Salut – (GR 2) – <b>Mare de Déu de la Salut</b> – Chap. Magdanela – St. Llorenç de la Muga(circuit env. 18 km)	7h30 900m
JEUDI 8 Rando +	Laurence DEMANGEL 0661206746	6h00	7h00 Pkg Marquixanes*	*(L'animatrice vous y attendra) Mariailles – Jasse de Pierres – Gourgs Du Cady – <b>Roja</b> – 7 Hommes – Col Boucacers – Orry Llipodère (Passage Aerien+hors sentier) Piste état moyen	8h00 1200m
DIMANCHE 11 Rando	Jean AGUSTI 0468733432 0672671460	7h00	<i>(programme modifié)</i>	Col de Paloumère-Singles de Cristell- <b>Pic Estelle</b> -la Pinouse-Rapalum	7h00 950m
DIMANCHE 18 Rando	Jean AGUSTI 0468733432 0672671460	6h00	7h00 Pkg Marquixanes*	*(L'animateur vous y attendra) Pla des Avellans – Estany d'Aude – Mont Llaret – GR Capcir – <b>Bouillouses</b> Est. Llarg /Nègre - Avellans	7h30 800m 17km
JEUDI 22 Rando	Mike CARTWRIGHT 0468872409 0604036521	8h30	<i>(programme modifié)</i>	El Moli Serrador - <b>Sant Salvador</b> – Grifa de Dalt - Grifa de Baix – Moli de la Paleta	6h00 800m
DIMANCHE 25 Rando	Renée et Fernand BENAIGES 0468371287	7h00	8h00 Pkg Carrefour Banyuls s/ Mer*	*(Les animateurs vous y attendront) Puig del Mas – Puig Joan – <b>Quéroitg</b> Col de Rumpissar – Col del Bast – Puig del Mas	6h30 650m
Tous les dimanches Rando- promenade	Baptistin PAGES 0468853598	7h15	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
DIMANCHE 4 Montagne	Pierre BOIXADERAS 0468830446	5h30	6h30 Velmanya	Los Masos – Les Pinatells – Porteille de Velmanya – <b>Le Barbet</b> - Prats Cabrera – Le Bois de Patrique – Los Masos	8h30 1700 m 21 km
DIMANCHE 18 Montagne	Pierre BOIXADERAS 0468830446	7h00	<i>(programme modifié)</i>	Col de la Reducta – Coll de Formantèra – Les Manerots – <b>Mine de la Pinosa</b> – Pic de L'Estelle – Tour de Batère – La Reducta	7h30 1100m 28 km

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