



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

BP 308 - 66403 - Céret cedex contact : secretaire@randoceretane.org

Programme d'Octobre 2014



PROMENEURS : "Facile" dénivelé 300 mètres environ - Rendez-vous Ponts

Date	Animateur	départ Céret	Regroupement * Hre-/lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max Informations particulières	Tps de marche Dénivelé Distance
Mardi 7	Laurinda BOUVIER 04 68 95 49 43	13:30	* 14:00 Pkg La Poste Sorède	Chemin de croix - N.D. du Château	3h00 300m
Mardi 14	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:15 Gare SNCF Port Vendres	Port Vendres - Cosprons (Visite de la Chapelle) - Col del Mig	3h00 290m
Mardi 21	Jacqueline SANTO 06 61 68 71 52	13:30	* 13:45 Pkg Casino Le Boulou	Circuit autour des lacs de St Jean Pla de Corts	3h00 10km
Mardi 28	Pierrette PELLE 04 68 87 06 28	13:30		Le Vila - La Palmère - Can Massinette - La Redoute - St Paul	3h15 250m

MARCHEURS : "Moyen" dénivelé 500 mètres environ - Rendez-vous Pkg Intermarché

Mardi 7	Henri MESTRES 04 68 87 69 50	13:30	14:00 Pkg Reynes Village	Anciennes carrières de talc	3h00 380m
Mardi 14	Michèle LABADIE 06 19 90 30 94	7:30	* 8:30 Pkg Cave Coopérative Montner	Montner - Força Réal - Sentier Botanique - Montner - (repas tiré du sac) - Alt Maxi 520m	4h00 600m 12km
Mardi 21	Danièle FARBROUGH 04 68 95 86 16 06 68 67 32 46	13:30	* 13:45 Prat de La Farga Maureillas	Maureillas - Roca Corba - Mas de la Prada - Les Fontanilles - Maureillas.	3h30 400m 11km
Mardi 28	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	14:00 Pkg 2 Le Perthus	Les Fontaines Militaires- Col Priorat - Les Bornes frontières - Fort Bellegarde	3h30 450m 11km

Rappel de l'agenda :

Assemblée générale : 27 Septembre à Nogarède : moment important dans la vie de l'association, soyez nombreux et posez votre candidature pour participer à la gestion de votre club.

11 Octobre - Rando Challenge à RIA - organisé par le Comité Départemental 66.

Et chez nos amis voisins : LAROQUE EN FETE LE 28 Septembre (laroquerando.fr)

Attention : Pour les séjours Septembre et Octobre, les participants doivent avoir leur licence 2014/2015

Séjour Au Maroc du 8 au 15 octobre : il reste encore des places

Certificat médical : le Centre du Sport Santé avec lequel nous avons une convention, vous accueille gratuitement dès ce mois-ci pour la visite médicale nécessaire à l'obtention du "certificat de non contre indication à la pratique de la randonnée pédestre". Prendre rendez-vous directement au 04 68 57 40 50.
Ce certificat est nécessaire au renouvellement de la licence 2014/2015 dès le 1er Septembre.



Programme d'Octobre 2014

Groupe Date	Animateur	Départ Céret Pont	Regroup. * Hre./lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max Informations particulières	Tps. de marche Dénivelé Dist.
-------------	-----------	-------------------	----------------------	--	-------------------------------

RANDO-PROMENADE : "moyen" dénivelé 500 mètres environ

Dimanche 05	Mike CARTWRIGHT 06 04 03 65 21	9:00	9:25 Le Perthus après la douane	St Climent - Cabana Arqueta - Dolmen El moli d'en Vila - Vilartoli - St Climent	5h00 350m
Dimanche 12	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	8:00	8:30 Pkg centre de Thuir	Corneilla-de-la-Rivière - Les sentiers des Orris - Força-Réal - Campeils	4h30 450m 10km
Dimanche 19	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	8:00	8:30 Pkg DARTY Perpignan	Roquefort des corbieres - Moulins - Grotte pastorale - Bornes Millières - Chateau Roca Traoucade - Roquefort	5h00 350m 13,5km
Dimanche 26	Yves SANTO 06 61 68 71 52	8:00	9:00 Pkg de la mairie de Llotes	St Michel de Llotes - Ste Marguerite - Tombe Carolingienne - Dolmen de la Llosa	5h30 500m 10km

RANDO : "soutenu" dénivelé 1000 mètres environ

RANDO-PLUS : "très soutenu" dénivelé 1200 mètres environ

Rando Dimanche 5	Jean FERRER 06 08 56 58 66	7:00		Batère - Col de la Cirère - Pel de Ca - Cincreus - La Rouquette - Pic Gallinasse (facultatif) Alt. Max. 2270m ou 2461 m	6h00 800m (ou 1000m)
Rando + Jeudi 9	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	7:45	8:15 Gare Routière d'Arles s/Tech	8h15 - Bus à 1€ d'Arles à Coustouges - Coustouges - Coll de la Senyoral - Pilo de Belmaig - Arles sur Tech Alt. Max. 1315m	6h30 720m (négatif 1270m) 15 km
Rando Dimanche 12	Jean AGUSTI 04 68 73 34 32 06 72 67 14 60	7:00	* 8:00 Pkg Marquixanes	Eus - Pic de Bau - Roca Jalere - Coma - Eus - Alt. Max. 1025m	6h30 750m 15km
Rando + Jeudi 16	Henri NOU 06 28 95 53 77	7:45		Prats de Mollo - N.D. du Coral - Mont Falgas - Col d'Ares - Retour Cami de la Retirada - Alt. Max. 1610m	7h00 1100m
Rando Dimanche 19	Jacques ALVAIN 06 65 19 69 75	7:00	* 8:00 Pkg Marquixanes	Nohèdes - Etang Pla d'Avall - gorg Estelat - Jassa Enterrada - Nohèdes Alt. Max. 2022 m	5h30 850m 12km
Rando Jeudi 23	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	7:00	* 8:00 Marquixanes	Oreilla - Pla Diagre - Mosquerol - Retour crêtes : Houmet - Serre de Palme	6h00 900m
Rando Dimanche 26	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	7:00	7:45 cave de l'Espira de l'Agly	Vingrau - Trou de Cavails - La falaise	6h30 600m

MONTAGNE : "sportif" dénivelé 1500 mètres environ

Dimanche 5 Montagne <i>Modifié</i>	Guy SANS 04 68 05 36 63 06 82 32 60 52	6:30	* 7:30 Marquixanes	Olette (700 m), col de la Diagre, ancien canal de Jujols (1700m), Thuir d'Evol, Olette	7h00 1200m 22km
Dimanche 19 Montagne	Henri NOU 04 68 83 98 05 06 01 32 91 64	7:30		Prats de Mollo - La Tour du Mir - Col des basses de Fabert - Pic de la Clape - Col Prégon - Espinavell - Fabert - Oratori st Père - Col d'Ares - Retour par le chemin de la retirade	7h30 1200m 24km
Dimanche 12 DIMANCHE 26 Montagne	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	7:00	8:00 Saint Marsal	Saint Marsal - Tour de Batère - Puig de l'Estelle - Col de Palomère - La Bastide - Saint Marsal	7h30 1350m 24km

Regroupement * Heure/lieu = l'animateur vous y attendra.

Randonner en toute sécurité : soyez à jour de votre licence 2014/2015, dès le 1er Septembre.