



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de JUIN 2016



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	Yves SANTO 06 61 68 71 52	13:30	14:15 Pkg Rd Point à la fin de la voie rapide Le Boulou Argelès	RandoSanté® Cimetière Argelès- Promenade dans les bois	3h00 100m 7,5km
MARDI 14	Gilberte FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	13:30		Autour des Casotes Saint-Laurent-de-Cerdans	3h00 250m 8km
MARDI 21	Viviane DESCHAMPS 06 83 30 19 63	12:45	*13:15 LAROQUE Pkg FAC 14:00 col de l'Ouillat	RandoSanté® - LAROQUE RANDO Col de l'Ouillat - Roc des 3 Termes	3h00 230m
	Laurinda BOUVIER 04 68 95 49 43	13:30	*14:00 SOREDE Pkg de la Poste	Ballade ombragée autour de Sorède	2h30 150m 5km
MARDI 28	Pierrette PELLE 04 68 87 06 28	9:30	9:40 AMELIE/BAINS Place de la Sardane	Col de la Redoute - Formentère (ruines et point de vue) (Repas tiré du sac)	3h30 350m 10km

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

MARDI 7	Marie-Jo COBREROS 06 03 67 08 26	8:00		"Venez marcher sur mes souvenirs" Lamanère - Estanouses - Tour de Cabrens A&R (Repas tiré du sac)	5h00 600m 11km
MARDI 14	Khalid OUASMANI 06 20 67 86 81	13:30	14:10 ST JEAN L'ALBERE pkg de l'Eglise	Puig de Sant Cristau	3h30 600m 6km
MARDI 21	Dikkie CARITG 06 34 68 93 88	9:00		Arles sur Tech - El Molinot Les Mas Joan Sorribes de Baix et de Dalt - Roviro (Repas tiré du sac)	4h30 500m 12km
MARDI 28	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42 04 68 87 25 57	8:30	9:00 Pkg Rd Point à la fin de la voie rapide Le Boulou Argelès	Port Vendres - Cap Bear Paulilles - Port Vendres Repas tiré du sac)	4h00 500m 12km

10 Juin - Réunion des "Bénévoles" à 17h au Cinéma de Céret - Préparation de la fête de l'association.

Comme chaque année nous avons besoin de vous pour tenir les différents postes.

Merci de nous faire connaître vos disponibilités.

12 juin - "Marche pour la Vue" - POUR SOUTENIR LA RECHERCHE - Participation 5€ -

Randonnée autour du lac de Villeneuve de la Raho - animée par Maurice Bénichou et François Battle -

Un Tee Shirt sera offert aux participants, téléphonez à Maurice pour plus d'informations 06.88.30.68.56

26 JUIN - La **fête de La Randonnée Céretane** se tiendra à Fontcalda :

des cars sont prévus pour mener les randonneurs au point de départ des deux randonnées :

Inscrivez-vous auprès du secrétariat. Pensez à retenir aussi vos repas. Tel : 06 12 75 24 08

Tous les détails sur le site : <randoceretane.org>



Programme de JUIN 2016

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

RANDO-PROMENADE : "moyen" dénivelé 500 mètres environ

DIMANCHE 5	Yves SANTO 06 61 68 71 52	7:30	*8:00 PERPIGNAN pkg Darty	Abbaye de FONTFROIDE La tour Ouest - Bergerie de l'Aragnon - pierre dressée -	5h00 300m 10 km
DIMANCHE 12	Maurice BENICHOU 06 88 30 68 56	8:00	*9:00 VILLENEUVE le lac Pkg Réserve Ecologique	"Marche pour la vue" autour des lacs (participation 5€ pour la recherche médicale) Voir infos sur le site	3h00 8km
DIMANCHE 19	Alain RIVOAL 06 26 51 19 72	8:00	*8:30 LAROQUE pkg FAC	Villelongue - Chapelle de Vilar- Mas Pou- Montesquieu	400m 15km
DIMANCHE 26	Yves SANTO 06 61 68 71 52 Mike CARTWRIGHT 06 04 03 65 21	/	*7:30 stade FONTCALDA	FETE DU CLUB - Circuit Bleu Oms - Saint-Ferréol - Céret 8:15 précise : <i>Départ du stade en Car</i>	3h30 + 200m - 400m 12km

RANDO : "soutenu" dénivelé 1000 mètres environ

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

JEUDI 2 Rando+	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	7:00	*8:00 MARQUIXANES	Mantet village - Vallon du Ressec - Rocs Blancs - Jas de Chai Vallée Alémany	6h30 1150m
DIMANCHE 5	Renée BENAIGES 04 68 37 12 87 06 61 57 85 46	6:45	*7:45 VINCA Pkg à gauche en entrant	Vinça- Via Rigarda-la croix de Joch- Finestret	7h00 900m 22 km
JEUDI 9 Rando+ Annulée	Christiane AGRAFEIL COLIS 09-66-98-75-71-06-62-70-32-19	6:00	*7:00 MARQUIXANES	Aumet (barrage) - Pic Redoun - Pilo de la Xemeieia - Feixa llarga - 5Km de piste (alt maxi 2645m)	7h00 1170m
DIMANCHE 12	Jean AGUSTI 04 68 73 34 32 06 72 67 14 60	6:30	*7:30 MARQUIXANES	Urbanya - l'Orriet - Col del Torn - Pic del Torn - Col de les Bigues - Urbanya	7h00 850m 13km
JEUDI 16 Rando+	Helmuth BERRETZ 04 68 28 29 62 06 31 08 29 04	6:30	*7:30 MARQUIXANES	Vernet - Jasse de Py - Bonne Aigue - Vernet	7H30 1200m 16,5km
DIMANCHE 19	Jean FERRER 06 08 56 58 66	7:15	/	Pla de la Plata (Camprodon) Serra Cavallera (pts de vue en crête) Coll del Pal et retour par le PR c189 (Alt max 2000m)	6h00 700m
JEUDI 23 Rando+	Jacques ALVAIN 06 65 19 69 75	6:30	*7:30 MARQUIXANES	Nohèdes Montaila - Estany del clot - lac Nohèdes - lac Blau - Perdrix - lac Evol - col de Portus - pkg Montaila (Alt max 2330m)	7h00 1100m 17km
DIMANCHE 26	Rose-Marie Maurice Jean Pierre	/	*6:45 stade FONTCALDA	FETE DU CLUB - Circuit Rouge Oms - Chapelle St Paul - Céret <u>7:00 précise</u> <i>Départ du stade en Car</i>	4h30 +500m -600m 14km

MONTAGNE : "sportif" dénivelé 1500 mètres environ

DIMANCHE 5	Chantal SEVIN 09 72 50 32 77 06 30 40 82 68	5:30	*6:25 MARQUIXANES	Vernet-les-Bains (thermes) - Tour de Goa - Col de Jou - Col du cheval mort - Moura - Saint Martin - Vernet les Bains	8h30 1550m 21km
DIMANCHE 12	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	6:30	7:25 MARQUIXANES	Nohèdes - Gorg Estélat - Gorg Nègre - col de Portus - Nohèdes	8h00 1200m 24km
DIMANCHE 19	Chantal SEVIN 09 72 50 32 77 06 30 40 82 68	6:00	* 6:55 Pkg MARQUIXANES	Taurinya - Mine de fer - Col de Millères - Col des Voltes - Raz des Cortalets - Roc Mosquit - Village pastoral - Costes -	8h00 1500m 20km

MARCHE NORDIQUE - Rendez-vous Parking Intermarché -

Le nombre de paires de bâtons "prêts" étant limité, il est demandé de s'inscrire au préalable auprès de l'animateur

VENDREDI 3	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:00 Pkg en-dessous du Rd Pt déviation du Boulou	Autour des lacs de St Jean Pla de Corts	2h00 10m 8km
VENDREDI 10			9:15 Pkg Base nautique	Autour du lac de Villeneuve de la Raho	2h00 10m 8km
VENDREDI 17			9:00 Pkg Saint-Ferréol	Autour de l'Ermitage de Saint-Ferréol	2h00 100m 8km
VENDREDI 24			9:00 Col de Llauro	Dans les Aspres autour d'Oms	2h00 100m 8km