



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>
BP 308 - 66403 - Céret Cedex - Contact : secretaire@randoceretane.org



Programme de mars 2019

Dimanche 31 Sortie "découverte", en bus à Nébias, dans l'Aude (environ 2h de route). "Sentier le Labyrinthe vert" avec une randonnée de 4 km sans difficultés offrant des points de vues remarquables. Repas tiré du sac pris en commun dans une salle mise à notre disposition par la mairie du village. Au dessert, nous partagerons la traditionnelle "bunyete" fabriquée par une équipe de bénévoles du club.
Réservation au plus tard 1er mars accompagnée du règlement de 12€ par personne (le déplacement en véhicules est vivement déconseillé vu le peu de places de stationnement sur le site).

Jeudi 7 Rando "gourmande" avec le Club Pyrénéen d'Arles sur Tech - Coll dels Horts - Mare de Déu del Fau [4h00 - 550m - 9km] - Repas pris à l'issue de la randonnée au restaurant La Quadra à Maçanet de Cabrenys vers 13h00 - Prix 22€ boisson incluse (voir choix des plats sur le site) - Réservation au plus tard le 28 février (appeler Bernard au 06 12 75 24 08)

Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement * Heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max - Informations particulières	Tps de marche Dénivelé Distance
------	-----------	--------------	------------------------------	--	---------------------------------

RANDO SANTÉ® : rythme "adapté" dénivelé maxi 200m Rendez-vous Ponts Pkg inférieur

Mardi 12	Claudette MONTEL 06 74 08 69 43	13:45	14:00 REYNÈS (el Vilar) près des conteneurs enterrés	Chemin de la Palmère La Chaterie - el Vilar	3h00 150m 7km
Mardi 26	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 NIDOLÈRES Pkg face à l'auberge	De Nidolères à Banyuls dels Aspres	3h00 30m 6km

PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300m Rendez-vous Ponts Pkg supérieur

Mardi 5	Florence VALENTIN 06 80 22 17 78	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg du Casino	Pic Estelle A&R par la piste	3h00 300m 8km
Mardi 12	Gilberte et Jean FERRER 06 08 56 58 66	13:30	14:00 ARLES-SUR-TECH el Molinot	el Molinot - Station Jacouty - Four à chaux IBP 35 - Effort 2/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	3h00 300m 8km
Mardi 19	Robert FOUCAULT 06 84 22 66 41	13:30	14:00 Route de FONTFRÈDE entrée DCFI V2 - 100m à gauche après la borne km 15	Mas de la Maura - Chemin de Fontfrède Pla Bulat - Pic de Garces	3h30 300m 5,5km
Mardi 26	Laurinda BOUVIER 06 98 32 24 31	13:30	*14:00 SORÈDE Pkg de la Poste	Chemin de Croix Notre Dame du Château	3h30 300m 6km

MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700m Rendez-vous Pkg Intermarché

Mardi 5	Rose-Marie & Albert MONGE 06 87 11 72 02	13:30	-	Pont de Reynès Notre Dame de Roure	3h30 400m 10km
Mardi 12	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	8:00	9:15 SIRACH Pkg en contrebas à l'entrée à droite	Sirach - Aqueduc Chapelle Saint Pierre de Fillols - Ambouilla Bergerie romane IBP 64 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h00 500m 15km
Mardi 19	Gilberte et Jean FERRER 06 08 56 58 66	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg Casino	La Jonquera - Mas Fortic - Castell de Rocaberti IBP 53 - Effort 3/5	3h30 400m 9km
Mardi 26	Martine ITTEL 06 62 05 18 04	8:00	*9:30 DUILHAC Pkg Camping-cars direction Le Château	Duilhac-sous-Peyrepertuse - Château Rouffiac-des-Corbières - Le Grès IBP 70 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	5h00 610m 12km

MARCHE NORDIQUE - rendez-vous Pkg Intermarché

Vendredi 1er	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:00 LLAURO Fontaine des Ecurieils	Tour du Roc del Quers	2h00 260m 8km
Vendredi 8	André BACHÈS 06 44 83 05 21	8:45	9:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg lac de baignade	Du lac de baignade au cimetière du Boulou	2h00 10m 8km
Vendredi 15	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:30	9:15 ARGELES-SUR-MER Pkg Château de Valmy	Boucle autour du Château de Valmy avec Sainte Marie et Banyuls dels Aspres (parcours sportif)	2h30 360m 11km
Vendredi 22	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	8:45	9:00 LE BOULOU Pt sur la rivière Valemagne	Circuit de la Bataille du Boulou	2h00 130m 8km
Mercredi 27	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	-	*18:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg lac de baignade	Initiation à la Marche Nordique paire de bâtons prêtés appeler l'animateur la veille	1h30 0m 3km
Vendredi 29	André BACHÈS 06 44 83 05 21	8:30	9:00 VILLENEUVE DE LA RAHO Pkg route de Bages	Tour des lacs	2h00 10m 8km

L'indice "*" signifie que l'animateur attendra à cet endroit

A vos agendas : dimanche 28 avril Fête Départementale de la Randonnée à ARLES-SUR-TECH - A cette occasion, nos amis du Club Pyrénéen d'Arles fêteront leur 40ème anniversaire. Le Comité Départemental organisateur de l'évènement et le club d'Arles co-organisateur ont besoin de bénévoles : encadrement des randonnées, stands, inscriptions, etc. Si vous êtes disposés à les aider, contactez Françoise au 06 23 33 98 32 ou Bernard au 06 12 75 24 08. D'avance MERCI.

Le **Conseil d'Administration** du Club se réunit tous les 2 mois pour préparer les manifestations, organiser son fonctionnement, discuter des évolutions souhaitables, etc. En général, quelques jours plus tard, le compte-rendu est disponible sur le site (rubrique "Le Club"). N'hésitez pas à consulter ces documents et nous faire part - à l'un ou l'autre des 12 administrateurs - de vos remarques, critiques, suggestions, etc. Elles nous permettront de continuer à oeuvrer pour faire vivre notre association.

Programme de MARS 2019

Dimanche 31	Sortie "découverte", en bus à Nébias, dans l'Aude (environ 2h de route). "Sentier le Labyrinthe vert" avec une randonnée de 4 km sans difficultés offrant des points de vues remarquables. Repas tiré du sac pris en commun dans une salle mise à notre disposition par la mairie du village. Au dessert, nous partagerons la traditionnelle "bunyete" fabriquée par une équipe de bénévoles du club. Réservation au plus tard 1er mars accompagnée du règlement de 12€ par personne (le déplacement en véhicules est vivement déconseillé vu le peu de places de stationnement sur le site).				
Jeudi 7	Rando "gourmande" avec le Club Pyrénéen d'Aries sur Tech - Coll dels Horts - Mare de Déu del Fau [4h00 - 550m - 9km] - Repas pris à l'issue de la randonnée au restaurant La Quadra à Maçanet de Cabrenys vers 13h00 - Prix 22€ boisson incluse (voir choix des plats sur le site) - Réservation au plus tard le 28 février (appeler Bernard au 06 12 75 24 08)				

Groupe Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement * Heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques * Informations particulières	Tps. de marche Dénivelé Dist.
----------------	-----------	-----------------	---------------------------------	--	--

RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m Rendez-vous Ponts

Dimanche 3	Rose-Marie & Albert MONGE 06 87 11 72 02	8:00	8:30 THUIR Pkg LIDL	Thuir - Ste Colombe de la Commanderie Roc Majorque	4h00 400m 12km
Dimanche 10	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	8:00	8:30 PERPIGNAN Pkg Darty (côté Auchan)	Baixas - Santa Caterina La Pédrera (carrère) - Calce - Cabane Moulin - Chapelle	5h00 410m 12km
Dimanche 17	Jean PORQUERES 06 81 76 15 33	8:00	*8:30 THUIR Pkg Mac Do	Bélesta - Pic Aubeill - Dolmen	4h30 400m 10km
Dimanche 24	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	8:00	9:15 TARERACH Pkg cave coop entrée village	Tarerach - Coll de Guers Ruines de l'église et château de Séquières IBP60 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	5h00 450m 13km
Dimanche 31	sortie "bugnetes" - tous les groupes (voir ci-dessus)				

RAQUETTES : Rendez-vous Ponts

Pour toutes les sorties raquettes, appeler l'animateur au plus tard la veille pour vérifier les conditions d'enneigement

Samedi 2	SÉJOUR Chantal SEVIN 06 30 40 82 68 09 72 50 32 77	7:00	*8:00 MARQUIXANES Pkg entrée village	Porté-Puymorens Étang de Vives (alt.1893m) parcours sans difficultés 1/2 pension Hôtel Castel Izard (environ 50€)	4h30 300m 11km
Dimanche 3		7:00	*9:15 Col de Puymorens	Col de Puymorens Portella de la coma d'en Garcia (alt.2534m) montée régulière - 2 petits ressauts rythme adapté aux participants appelez Chantal si vous souhaitez ne participer qu'à cette journée	6h00 620m 12km
Dimanche 17 Annulée, manque de neige	Jean-Gabriel BERNAT 06 80 90 73 11	6:30	*8:30 Pla-dels-Aveillans route des Bouillouses - Pkg à la barrière	Pla-dels-Aveillans - Les Bouillouses - Les étangs	6h00 700m 12km
Dimanche 24	Francis PAGES Christiane AGRAFEIL 06 62 70 32 19	7:00	*8:00 MARQUIXANES Pkg entrée village	Mantet - Pla Segala ou Cabane de l'Alemanys	5h00 600m 12km
Dimanche 31	sortie "bugnetes" - tous les groupes (voir ci-dessus)				

RANDO : rythme "soutenu" dénivelé 600 à 1000m Rendez-vous Ponts

Avertir l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la randonnée
en l'absence d'appel, la randonnée sera annulée

Dimanche 3	Jacques ALVAIN 06 35 22 28 81	8:00	*9:00 MARQUIXANES Pkg entrée village	Moligt-les-Bains - La Devesa Pic del Rosselló - Source captée - Plana d'Orbiac	5h00 750m 13,5km
Dimanche 10	Laurie BAILLY 06 35 13 53 73	8:15	*9:00 L'AUXINELL route de Thuir à Ille - sortie lotissement	Chapelle Saint Martin	5h30 500m 18km
Jeudi 14	Helmuth BERRETZ 04 68 28 29 62 06 31 08 29 04	7:30	*8:30 CASES-DE-PÈNE Pkg rd pt entrée village	Lansac - Le Roch de Lansac - Pic de Vergés quelques passages sportifs et vertigineux altitude max. 584m	5h30 750m 16km
Jeudi 21	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30	8:30 PORT-VENDRES Pkg gare SNCF	Port-Vendres - Banyuls-sur-Mer Cosprons	7h00 800m 16km
Dimanche 24	François BATLLE 06 25 06 37 01	7:30	8:30 PRATS-DE-MOLLO Pkg à droite après le pont direction La Preste	Coll de la Guilla Ruines de la chapelle Sainte Marguerite Chemin de la Retirada	6h30 800m 16km
Dimanche 31	sortie "bugnette" - tous les groupes (voir ci-dessus)				

MONTAGNE : rythme "sportif" dénivelé supérieur à 1000m Rendez-vous Ponts

Dimanche 10	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46 06 10 99 01 69	7:00	-	Le Tech - Serralongue Les Tours de Cabrens	8h00 1150m 8km
Dimanche 17	Henri NOU Annulée 06 28 95 53 77 04 68 83 98 05 Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46 06 10 99 01 69	6:30	7:15 PERPIGNAN AD péage Sud	La Palme - Chemin des Caveaux - Sentier Cathare Roquefort des Cerbières - Bernes Millaires Plat de la Lausa - Les Caullasses	8h30 750m 30km
			7:00 Parking rond-point fin de voie rapide du Boulou à Argelès	Portbou - L'Infern - Sant Miquel de Coléra - Coléra - Portbou	8h00 1100m 23km
Dimanche 24	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46 06 10 99 01 69	6:30	-	Saint Michel de Llotès Casefabre - Prieuré de Serrabone Col de Ternère	7h30 1150m 24km
Dimanche 31	sortie "bunyetes" - tous les groupes (voir ci-dessus)				

L'indice "*" signifie que l'animateur attendra à cet endroit

RAPPEL : Les modifications de "dernière minute" du programme des randonnées sont, autant que possible, notifiées sur le site - En cas de mauvais temps, ou de doute sur l'annulation ou le maintien de la randonnée, voyez le site avant de téléphoner à l'animateur.

Les chenilles processionnaires du pin descendent des arbres en **février-mars**. Vous en rencontrerez en randonnée. C'est un vrai danger. Il faut éviter de les toucher et il faut en protéger les enfants et les animaux domestiques.