



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

BP 308 - 66403 - Céret Cedex - Contact : secretaire@randoceretane.org

Programme d'avril 2019



Pour vous être agréable et continuer à vous offrir un programme varié et ambitieux, notre association a besoin de toujours plus d'animatrices et animateurs. Chaque année, nous devons malheureusement enregistrer des défections - bien compréhensibles -, pas toujours compensées par les nouveaux recrutements.

Je lance donc un appel à vous toutes et tous pour venir renforcer notre effectif.

La F.F.Randonnée a élaboré un nouveau cursus de formation d'animateur de randonnée pédestre très novateur et limitant le nombre de jours de stage hors domicile. Si vous êtes intéressé.e.s, je vous invite à une réunion de présentation du cursus de formation d'animateur (randonnée, randosanté, marche nordique) sans engagement aucun. Merci de vous inscrire en m'appelant au 06 12 75 24 08. Le Président : Bernard Lambert

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 9	Yves SANTO 06 98 32 24 31	13:30	*13:50 LE BOULOU Pkg Casino	Les Trompettes Hautes Les berges du Tech	3h00 40m 8km
Mardi 23	Rose-Marie & Albert MONGE 06 87 11 72 02	13:30	*14:00 Coll de LLauro	La Calcine - LLauro IBP 25 - Effort 1/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	2h30 150m 6km
PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300m Rendez-vous Ponts Pkg supérieur					
Mardi 2	Laurinda BOUVIER 06 98 32 24 31	13:30	*14:00 SORÈDE Pkg de la Poste	Chemin de Croix - Notre Dame de Vie	3h30 300m 6km
Mardi 9	Gilberte et Jean FERRER 06 08 56 58 66	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg Casino	Pont de Molins - Mare de Déu del Roure IBP 28 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	2h40 120m 7,2km
Mardi 16	Alain RUMEAU 06 80 12 94 62	13:15	14:00 MONTFERRER Pkg de l'église	Montferrer - Lo Castell - Puig de Villefort Altitude 800 à 1110 m IBP 42 - Effort 2/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	4h00 340m 7,5km
Mardi 23	Florence VALENTIN 06 80 22 17 78	13:00	13:45 D914 (rte de Banyuls) après la rte de la déchetterie 1ère rte à droite au panneau "Rte des Cols"	Paulilles - Banyuls -sur - Mer	3h00 150m 7km
Mardi 30	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	13:30	*13h45 MAUREILLAS Prat de Farga	Torre Bel Ull - les Hauts de Céret Calça Roig IBP 41 - Effort 2/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	3h00 300m 8,5km
MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700m Rendez-vous Pkg Intermarché					
Mardi 2	Michel VANDENAMEELE 06 44 03 17 71	8:30	9:15 BANYULS-SUR-MER Pkg Mairie	Puig del Mas - Coll del Bast Coll de Cerbère - Torre d'en Pagès passage difficile avec rochers	5h00 400m 9km
Mardi 9	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	-	13:30 CÉRET Pkg des Tins face Société Générale	Pla Bulat - Pic del Bolariç	3h00 450m 8km
Mardi 16	Jean-Pierre TARDELLAS 06 05 05 27 42	7:30	7:50 LE PERTHUS Après la douane	Portlligat - Cadaquès - Cap Norfeu - Portlligat IBP 60 - Effort 3/5 - Tech. 4/5 - Risq. 4/5 (une descente technique de 300m environ)	7h00 650m 16km
Mardi 23	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:30 VILLELONGUE-DELS-MONTS Aire de loisirs - Carrer Llarg	Villelongue-dels-Monts - el Reposador Santa Maria del Vilar IBP 53 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	3h30 500m 10km
Mardi 30	Jean-Pierre TARDELLAS 06 05 05 27 42	8:00	9:00 ILLE-SUR-TÊT Plan d'eau route de Montalba à gauche après le pont sur la Têt	Ille-sur-Têt - Rodès - Ille-sur-Têt	6h00 400m 15km
MARCHE NORDIQUE - rendez-vous Pkg Intermarché					
Mercredi 24 avril à 18h00 : initiation à la Marche Nordique animée par Bernard Lambert Rendez-vous au parking du lac de baignade de Saint-Jean-Pla-de-Corts des paires de bâtons sont mises à disposition des participants s'inscrire en téléphonant à l'animateur au 06 12 75 24 08					
Vendredi 5	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	8:45	9:00 SAINT-FERRÉOL Parking inférieur de l'Ermitage	Autour de l'Ermitage	2h00 220m 8km
Vendredi 12	André BACHES 06 44 83 05 21	8:45	9:00 VIVES Pkg village	Boucle de Vivès par Saint-Jean-Pla-de-Corts	2h15 240m 10km
Vendredi 19	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	8:30	-	Mas Baleta Cantallops	2 h 00 0 m 9 km
Vendredi 26	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:00 LE BOULOU Pkg Casino	Tour du Puig Estelle	2h30 150m 10km

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

PUBLICATION DES PHOTOS SUR LE SITE : vos demandes d'insertion de vos reportages photographiques doivent être envoyées à l'adresse suivante : webmestre@randoceretane.org - pour rendre vos reportages attractifs, n'hésitez pas à inclure un ou des commentaires sur vos photos.

Programme d'avril 2019

Dimanche 28 avril : Fête départementale de la randonnée à Arles-Sur-Tech.

Le même jour, nos amis du Club Pyrénéen d'Arles fêtent les 40 ans d'existence de leur club. Voir le détail des festivités sur le site du Club.
Pour participer, l'inscription - gratuite - est obligatoire. Elle se fait en ligne [avant le 21 avril pyrenees-orientales-66-ffrandonnee.fr](http://avant.le.21.avril.pyrenees-orientales-66-ffrandonnee.fr)

Groupe Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement * Heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max Informations particulières	Tps. de marche Dénivelé Dist.
RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m Rendez-vous Ponts					
Dimanche 7	Jean PORQUERES 06 38 52 67 87	8:30	8:45 LE BOULOU Pkg du Casino	CAPMANY Dolmens et menhirs de La Jonquera	4h00 100m 10km
Dimanche 14	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	8:00	8:30 PERPIGNAN SUD Pkg Darty	Fitou - Fontailles Serre du Scorpion - Les Courtiels table d'orientation - Fitou	5h00 300m 11,8km
Dimanche 21	Albert MONGE 06 87 11 72 02	8:30	* 8:45 OMS Collada de Rimbau	Chapelle Santa Maria del Mas d'en Costa La Calcina	4h00 500m 10km
RAQUETTES : Rendez-vous Ponts					
Pour toutes les sorties raquettes, appeler l'animateur au plus tard la veille pour vérifier les conditions d'enneigement					
Dimanche 7	Alain ITTEL 07 67 79 99 45	7:00	*8:00 MARQUIXANES Pkg entrée village	Pla dels Avellans - Lac d'Aude via le site d'escalade et le Roc del Felip	5h00 500m 10km
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 7	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	8:00	*8:45 PERPIGNAN Pkg près clinique mutuelle catalane - rd pt aéroport	Pkg Prugnanes - GR36 (sentier Cathare) Roc Paradet emmener lampe pour exploration des grottes	5h00 600m 12km
Dimanche 14	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	7:30	8:30 LA LLAU Pkg 500m après village	La Llau - Ermitage de St Guillem Roc Coucoulière - Col de l'Estagnol Col de la Roue - La Llau IBP 87 - Effort 4/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	7h00 900m 17km
Jeu di 18	Helmuth BERRETZ 04 68 28 29 62 06 31 08 29 04	7:30	*8:30 MARQUIXANES Pkg entrée village	Col de Jou - Collada de Botifara - Mattes Rouges Refuge de Mariailles - Col de Jou altitude max. 1745m	5h00 700m 14km
Jeu di 25	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30	8:30 SAINT-ANDRÉ Pkg Rond Point fin D618	Banyuls-sur-Mer - Coll del Bast Coll de Rumpissar - Tore de Querroig - Puig Joan IBP 84 - Effort 3/5 - Tech. 3/5 - Risq. 2/5	7h00 870m 15km
MONTAGNE : rythme "sportif" dénivelé supérieur à 1000m Rendez-vous Ponts					
Dimanche 14	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46 06 10 99 01 69	7:00	-	Saint Marsal - Torre de Batera Puig de l'Estelle - Col Palomère La Bastide - Saint Marsal	7h30 1250m 22km
Dimanche 21	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46 06 10 99 01 69	6:00	7:00 MARQUIXANES Pkg entrée du village	Ayguatèbia - Railleu - Sansa Caudiès-de-Conflent - Ayguatèbia	8h00 1100m 23km

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

Séjours 2019 : la réunion de signature des contrats du séjour (niveau marcheurs) organisé par Bernard LAMBERT du 23 au 25 mai 2019 dans la montagne Noire et le Sidobre (Est de Castres) a lieu le lundi 1er avril à la salle de l'union à Céret à 17h00. Suite à un désistement, il reste une place. Si une adhérente ou un adhérent est intéressé.e, **contactez le rapidement** au 06 12 75 24 08.

Balisage des sentiers de la Communauté de Communes du Vallespir (C.C.V.) : comme en 2018, la C.C.V. nous a mandaté pour entreprendre le rafraîchissement du balisage et le petit entretien de 8 des 16 sentiers qui jalonnent son territoire. Si vous avez du temps libre, venez vous joindre aux équipes de baliseurs de notre club en appelant Françoise (06 23 33 98 32) qui transmettra à la personne en charge de la coordination de cette action. Les travaux devraient avoir été achevés avant le fin du mois de mai.

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 de **février à avril**. Vous pourrez en rencontrer lors de vos randonnées. C'est un vrai danger. Il ne faut surtout pas les toucher et en tenir éloignés les enfants et les animaux domestiques.