



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de JANVIER 2024



Ce programme a été élaboré par vos animatrices et animateurs pour être publié aux alentours du 25 du mois précédent. Un animateur peut, après cette date, proposer une sortie. Nous n'allons bien sûr pas refuser cette bonne initiative et allons l'ajouter au programme mais sur le site internet du Club seulement. Il vous est donc recommandé de consulter très régulièrement le site pour découvrir ces - éventuelles - nouvelles propositions de sorties ainsi que les modifications qui peuvent être apportées à la version initiale du programme.

DIMANCHE 14 JANVIER 2024 - JOURNÉE GALETTES

Nous vous attendons nombreux / nombreuses **dimanche 14 janvier 2024 à la Chapelle Saint Paul à REYNÈS à partir de 16h00** pour déguster la traditionnelle "GALETTE DES ROIS". Pour celles et ceux qui le souhaitent, nous vous proposons 3 animations toutes au départ de la Chapelle. Rassurez vous, les itinéraires ont été calculés pour permettre aux randonneurs d'être de retour vers 15h30 et participer ainsi à la fête. Alors, quoi de mieux que démarrer l'année en alliant sport et gastronomie. **Pensez à prendre votre verre.**

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

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

Jeu 4	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 MONTESQUIEU Pkg de la Poste	Le Belvédère de la ligne T.G.V.	2h30 180m 6.5km
Dimanche 14 Galettes	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	-----	13:30 REYNÈS Pkg Chapelle Saint Paul	St Paul - Ribesaltes Riucerdà - Voie verte	2h00 80m 7km
Jeu 18	Fabienne BEUGNOT 06 43 78 79 57	13:15	13:30 Pkg des Thermes du Boulou	Route de CANTALLOPS Chemin des Dolmens	2h30 7km 50m 3€
Jeu 25	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:15	14:15 SAINT-NAZAIRE Pkg Mairie	Le Réart - Chapelle de l'Arca	3h00 50m 7km 5€

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

Mardi 9	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg des Thermes	Les Cluses Basses Mas Anglada	2h30 230m 7,5km 2€
Dimanche 14 Galettes	Michel et Patricia GOSSET 06 28 08 77 21	---	13:00 REYNÈS Pkg Chapelle St Paul	Chapelle Saint Paul - la Redubta Vallée de la Palmera	2h30 250m 8km
Mardi 16	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	11:00	11:45 Pkg Site de Paulilles	Grande Randonnée vers Paris Pique-nique avec les Ambassadeurs Paulilles - Port-Vendres par le sentier côtier l'animateur expliquera au départ comment est organisé le retour aux voitures	2h30 200m 5km 5€
Jeu 18	Albert & Rose-Marie MONGE 06 87 1 72 02	8:30	*9:30 ARGELÈS-SUR-MER Pkg de la Marenda	Grande Randonnée vers Paris Pique-nique avec les Ambassadeurs puis boucle autour du Mas Larrieu	3h00 50m 10km 4€
Mardi 30	Françoise & Alain RUMEAU 06 80 12 94 62	13:00	13:45 CAIXAS Église de Fontcouverte	Église de Fontcouverte - Puig de Boc Église de Sainte Colombe	3h00 300m 7km 3€

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

Mardi 2	Khalid OUASMANI 06 20 67 86 81	8:15	8:35 LE PERTHUS après la douane	Darnius Mirador de la Tortuga Lac de Boadella	4h15 350m 12km 5€
Mardi 9	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	7:45	8:35 BOULETERNÈRE Pkg covoiturage rond-point N116/Bouleternère	Corneilla de Conflent - Coll Vell - Fillols Bergerie romane des Ambullas Belvédère sur Villefranche - Roc Ampla ibp 60 - Effort 3/5 Tech. 2/8 Risq. 2/5	5h30 550m 14,5km 7€
Dimanche 14 Galettes	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	-----	8:45 REYNÈS Pkg Chapelle Saint Paul	Chapelle Saint Paul Notre-Dame de Roure	6h00 500m 14km
Mardi 16	Jean-Claude ZANCO 06 38 68 07 41	7:15	8:00 PORT-VENDRES Gare SNCF (train à 8h21 - 1,40€)	Grande Randonnée vers Paris Accompagnement Ambassadeurs Occitans De Banyuls à Port-Vendres par le senier littoral ibp 37 Effort 2/8 Tech. 2/5 Risq. 2/5	4h00 250m 10km 4€

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

L'indice "***" signifie que la randonnée se déroule en Catalogne Sud - Ne pas oublier votre carte nationale d'identité

Programme de JANVIER 2024					
Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement *heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max - Informations particulières	Tps marche Dénivelé Distance Covoiturage
MARCHE NORDIQUE - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret - durée environ 2h00					
Vendredi 5	André BACHES 06 44 83 05 21	-----	9:00 REYNÈS Pkg LIDL	Lidl - Les Quintanes Coll de Bossells	140m 7,7km
Vendredi 12	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00	9:15 OMS Route de Llauro La Marxeta	-----	180m 12km 2€
Vendredi 19	Christian JEAN-PIERRE 06 09 25 64 68	9:00	9:15 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg Lac de baignade	du parking au cimetière du Boulou	10m 8km 2€
Vendredi 26	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00	9:15 LE BOULOU Pkg des Thermes	Mas Anglada via le Pic Estelle	300m 12km 2€
RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Lundi 1er	RANDO DU NOUVEL AN Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	9:15	10:00 OMS Pkg Mairie	RANDONNÉE DU NOUVEL AN animée par Rose-Marie MONGE suivie à 12h30 du repas au Restaurant Le Relais de l'Orme	2h30 150m 7km 2€
Dimanche 7	Jean PORQUERES 04 68 95 40 70 06 38 52 67 87	8:30	9:00 LAROQUE-DES-ALBÈRES Pkg Place de la République	Autour du village de Laroque	4h00 300m 9,5km 3€
Dimanche 14 Galettes	les habitués du groupe "RANDO-PROMENADE" pourront se joindre - selon leur envie - à l'une des 3 randonnées proposées au départ de la Chapelle Saint Paul à Reynès [randosanté ou promenade ou rando - voir tableaux correspondants] ou venir directement sur site pour la dégustation des galettes.				
Dimanche 21	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	08:30	9:30 SALSES Pkg Forteresse	Grande Randonnée vers Paris Accueil des Ambassadeurs à la découverte du mètre-étalon	4h00 200m 11km
Dimanche 28	Béatrice DEBALLE 07 75 17 64 90	8:15	8:30 LE BOULOU Pkg des Thermes	Parc des Aiguamolls Observation des oiseaux (se munir de jumelles)	4h00 10m 6km 6€€
RANDO : rythme "soutenu" dénivelé à partir de 500 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Avertir l'animateur de votre participation au plus tard la veille de la randonnée. En l'absence d'appels, la randonnée sera annulée.					
Dimanche 14 Galettes	les habitués du groupe "RANDO" pourront se joindre au groupe "MARCHEURS" conduit par Jean-Pierre (voir tableau correspondant).				
Dimanche 21	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	7:45	9:05 BAILLESTAVY Pkg D13 Lieu dit La Farga	Baillestavy - Serrat d'En Ginebre Santa Anna - Creu d'en Turon - Rebolledes ibp 81 Effort 4/5 Tech. 3/5 Risq. 3/5	6h00 800m 14km 5€
Dimanche 28	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	8:30	-----	Prieuré de Serrabonne, Les Pierre Ecrites IBP 69, Effort 3/5 Tech. 2/5, Risq. 2/5	5h00 630m 13km 4€
RAQUETTES : Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Appeler l'animateur la veille pour vérifier les conditions d'enneigement					
Les animateurs ont élaboré un programme de sorties raquettes encadrées par 2, 3 ou 4 d'entre eux selon les randonnées. Pour les sorties en milieu dit "alpin", le D.V.A. (Défendeur de victime d'avalanche) est obligatoire. Le club en met à disposition des participants (5€/jour). Leur nombre étant limité à 15, il est impératif de s'inscrire en appelant l'animateur au plus tard 48h avant la date de la sortie . L'initiation à leur utilisation sera faite durant la randonnée et ceci lors de chaque sortie en milieu alpin (indiqué par la lettre A). Pour de plus amples renseignements, appelez G. Rampon : 06 26 78 15 37.					
Jeudi 4	J.L. ZULIANI 07 84 59 65 37 A. ITTEL 07 67 79 99 45 J. COURTEAU 06 89 69 46 11	7:30		Les Angles - Pla del Mir - Pla de Bigorra Mont Llaret facultatif (Grillade salle hors sac, chacun apporte son repas)	2 niveaux soit : initiation & dénivelé max. 400m covoit. 8€
Dimanche 7	G. RAMPON 06 26 78 15 37 C.. AGRAFEIL-COLIS 06 62 70 32 19 F. PAGES 06 66 48 92 33	7:30	téléphoner à l'un des animateurs pour l'organisation du covoiturage	Pla des Aveillans - Les Bouillouses	dénivelé max. 400m covoit. 8€
Jeudi 11	J.G. BERNAT 06 80 90 73 11 J.L. ZULIANI 07 84 59 65 37	7:30		Col de Jou- Mariailles	2 niveaux possibles (si plus d'animateurs) dénivelé max., 400m covoit. 6€
Dimanche 14 Galettes	chacun.e pourra se joindre - selon son envie - à l'une des 3 randonnées proposées au départ de la Chapelle Saint Paul à Reynès [randosanté ou promenade ou rando - voir tableaux correspondants] ou venir directement sur site pour la dégustation des galettes.				
Jeudi 19	Sortie à Font-Romeu à partir de l'Estanyol ou la Calme fonction de l'enneigement. Téléphoner au 06 62 70 32 19				
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, consultez le site avant de téléphoner à l'animateur.					