



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de JUILLET 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.

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

RANDO SANTÉ® et PROMENEURS : Rendez-vous Pkg Ponts de Céret

En **juillet et août** il est proposé **chaque jeudi** -pour se préserver des grosses chaleurs- une randonnée adaptée aux critères du groupe Promeneurs (**rythme facile - dénivelé maxi 300m**)

Les pratiquants habituels Rando Santé® qui veulent se joindre à la randonnée devront s'assurer qu'elle est adaptée à leur pratique habituelle (dénivelé, distance, type de terrain....)

Les circuits en zone ombragée seront privilégiés dans la mesure du possible.

Jeudi 11	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:00	8:45 PRATS-DE-MOLLO Pkg sous le pont du Tech	Prats - el Roure Puig Fabra - Fort Lagarde pique nique en fin de rando ibp 43 Effort 2/5 Tech. 1/5 Risq. 1/5	3h00 400m 8,2km 4€
Jeudi 25	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:15	8:30 LES CLUSES BASSES Pkg Mairie D900	Circuit panoramique des Cluses ibp 36 Effort 2/5 Tech. 1/5 Risq. 1/5	2h30 270m 8,6km 2€

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

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 JUILLET 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	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08		*8:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg guinguette	De la guinguette au Cimetière du Boulou	2h30 10m 8,2km 2€
Vendredi 12	André BACHES 06 44 83 05 21		*8:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg guinguette	De la guinguette au Cimetière du Boulou	2h30 10m 8,2km 2€
Vendredi 19	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08		*8:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg guinguette	De la guinguette au Cimetière du Boulou	2h30 10m 8,2km 2€
Vendredi 26	André BACHES 06 44 83 05 21		*8:00 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg guinguette	De la guinguette au Cimetière du Boulou	2h30 10m 8,2km 2€
RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Dimanche 14	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11 Dikkie CARITG	7:30	L'animateur attendra au Pkg haut de la station de FORMIGUERES a 9h30-9h45. Départ en voiture pour 5 km de piste carrossable	Départ à 2100m en haut du télésiège. Serre de Maury, refuge et lacs des Camporeils. Prévenir l'animateur la veille.	5h00 500m 10km 12€
Dimanche 21	Jean PORQUERES 68 95 40 70 06 38 52 67 87	04 8:00	Pkg Pont de CERET	Tour de BATERE-coll BUFADOR- de FORMENTERE Coll Ancienne voie forestière	4h00 400m 8km 4€
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.					
Annulée Dimanche 21	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11 Dikkie CARITG	6:30	*7:00 THUIR Pkg Super U	Départ sur piste de 5 km carrossable en voiture - Départ à 2100m en haut du télésiège Serre de Maury - lac des Camporeils - Pic Mortiers 2605 m.	6h30 800m 14km 12€
<p>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.</p>					