



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de JUILLET 2022



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
RANDO SANTÉ® et PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Mardi 5	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:00	8:15 ARLES-SUR-TECH Pkg Salle polyvalente	el Bernado - Coll d'en Gros Bonabosc (bâtons recommandés)	2h30 190m 6km
Mercredi 13	Béatrice DEBALLE 07 72 17 64 90	17:00	-----	Lever de PLEINE LUNE au Cap Béar Prévoir pique-nique, lampe frontale, appareil photo IBP 14 - Effort 1/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	2h00 50m 4km
Mardi 19	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:00	9:00 Coll d'Ares	du Coll d'Ares à La Torre del Mir Aller et Retour (repas tiré du sac)	3h00 300m 11km
Mardi 26	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:00	-----	Mas Tauriac - Riucerdà Saint Ferréol	3h00 230m 11km
MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700 m - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mardi 5	Fabienne BEUGNOT 06 43 78 79 57	7:30	8:15 Pkg Fontfrède	Fontfrède - Coll dels Cirers Coll del Pou de la Neu par le GR10 Ermitage des Salines Pic des Salines - Fontfrède	5h00 760m 11km
Mardi 12	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	7:30	-----	Pont sur le Canidell (D115 direction Col d'Ares) Torre del Mir - el Xatard Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	4h45 720m 13,5km
Mardi 19	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	7:45	8:45 MARQUIXANES Pkg entrée village	Bains de Saint-Thomas Sentier thématique du Train Jaune Pont Gisclard - Planès IBP 57 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	5h00 500m 10km
Mardi 26	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	7:00	7:45 LE RIMBAU	Le Rimbau Chemin de l'eau IBP 72 - Effort 3/5-Tech. 4/5 - Risq. 2/5	6h00 720m 15km
MARCHE NORDIQUE [2h00] - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Vendredi 1er	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08		8:00 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg lac de baignade	De la guinguette au cimetière du Boulou	10m 8km
Vendredi 8	André BACHES 06 44 83 05 21				
Vendredi 15	André BACHES 06 44 83 05 21				
Vendredi 22	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08				
Vendredi 29	André BACHES 06 44 83 05 21				


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

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

Programme de JUILLET 2022

Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement *heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max - Informations particulières	Tps marche Dénivelé Distance
RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m - 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 3	François BATLLE 06 25 06 37 01	6:15	7:15 MARQUIXANES Pkg entrée village * 8:00 MONT LOUIS Pkg entrée citadelle	La vallée de Planes	6h00 500m 14km
RANDO : rythme "soutenu" dénivelé à partir de 500m - 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 10	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:00	8:00 MARQUIXANES Pkg entrée du village	Les Angles - Le Lac d'Aude IBP 73 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	6h00 450m 14km
Dimanche 17	François BATLLE 06 25 06 37 01	6:15	7:15 MARQUIXANES Pkg entrée village * 8:00 MONT LOUIS Pkg entrée citadelle	La vallée d'Eyne	7h00 750m 15km
Dimanche 24	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	7:15	8:30 LA PRESTE Pkg Refuge des Forquets	Collada de Roques Blanques GRP Tour du Canigou jusqu'au refuge du Pla Guillem Collada del Vent - Collada de les Voltes	7h00 760m 17km

LONGE CÔTE / MARCHÉ AQUATIQUE [2h00]

Lundi	Jean ESCUDERO		* 8:45 CANET SUD Pkg du NAUDO	Ouverts à tous (Zen et Sportifs) Les pratiquants - réguliers ou non - doivent s'inscrire via l'adresse marcheaquatique@randoceretane.org . L'animateur peut ainsi les contacter pour : - leur indiquer le lieu de pratique du jour, - leur préciser le lieu de regroupement, - les prévenir en cas d'annulation de la séance. Pour un "baptême", contacter Christiane au 06.62.70.32.19
Jeudi	Christian JEAN-PIERRE		"Mise en eau" 9:00	
Samedi				

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

L'indice " ** " signifie que la randonnée se déroule en Catalogne Sud - ne pas oublier carte nationale d'identité et pass vaccinal

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.