



## La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

BP 308 - 66403 - Céret Cedex - Contact : [secretaire@randoceretane.org](mailto:secretaire@randoceretane.org)

### Programme de AVRIL 2024



## Dimanche 28 avril - Journée bunyetes à St Laurent de Cerdans

voir détails des randonnées sur les tableaux Randopromenade et Rando

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

Jeudi 4	Fabienne BEUGNOT 06 43 78 79 57	13:30	13:45 MAUREILLAS Pkg Prat de la Fargue	Les Fontanilles Cascade Elie - Grande Cascade	2h30 100m 7km 2€
Jeudi 11	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 SOREDE Pkg de La Poste	de Sorède à Sant Ferriol de la Pava	3h00 180m 8,4km 3€
Jeudi 18	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	13:30	14:00 FOURQUES	Le Sentier des Histoires	2h30 180m 7km 3€
Jeudi 25	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 L'ALBERE D71 Mas de la Garriga	Balade dans les Albères Mas de la Garriga - Mas Anglada	2h30 200m 7km 3€

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

Mardi 9	Alain et Françoise RUMEAU 06 80 12 94 62	13:15	14:15 MONTALBA-LE-CHATEAU Pkg entrée village	Plana d'en Condomi - Serrat del Sastre (Bâtons recommandés)	3h15 210m 9,5km 6€
Mardi 16	Béatrice DEBALLE 07 72 17 64 90	13:00	* 13:30 SAINT-ANDRE Pkg covoituragei	Cerbère - La frontière espagnole Coll dels Belitres IBP 36 - Effort 2/5 - Tech 2/5 - Risq 2/5	3h00 250m 8km 5€
Mardi 23	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg des Thermes	Casino - Pic Estelle aller & retour par la piste montée douce et progressive	3h00 280m 8km 2€
<b>Annulée</b> Mardi 30 <b>Météo</b>	Marie-Rose Monge 06 87 11 72 02	13:30	* 14:00 Col du Fourtou	La Trinité - Chapelle - Chateau	3h00 280m 8km 3€

### Météo

Mardi 2	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	7:45	8:50 EUS Pkg payant 2€ entrée village	EUS - St Jaume de Calaons Circuit des cabanes - Roc de la Rondola Retour Serra Mitjana IBP 56 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	5h30 500m 12,5km 6€
---------	------------------------------------	------	---	---	------------------------------

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 AVRIL 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	Geneviève OMS BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00	9:15 LE BOULOU Pkg des Thermes	MAS PEIXETA Aller - Retour Mas Peixeta puis boucle sous le Pic Estella	2h00 180 m 10 km 2 €
Vendredi 12	Christian JEAN-PIERRE 06 09 25 64 68	08:45	9:00 ST FERREOL Pkg sous la chapelle	ST FERREOL	2h00 200M 11km 2€
Vendredi 19	Geneviève OMS BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00		LA MARXETA Route de Llauro à Oms	2h00 180 m 12 km 2 €
Vendredi 26	André BACHES 06 44 83 05 21	09:00	9:15 PONT de REYNES Pkg LIDL	Lidl - Coll de Bossells ( aller et retour )	2h30 100m 7km 0€

### MARCHE NORDIQUE SANTE - Rendez-vous 9h00 Pkg 1 - vers la guinguette - Saint Jean Pla de Corts

**TOUS LES DIMANCHES**, Marche Nordique Santé® autour des 2 lacs (distance 6,5km - durée 2h00)  
Pour celles et ceux qui n'ont pas de bâtons, l'animateur - Bernard - pourra en mettre à disposition  
( **l'appeler la veille au 06 12 75 24 08** ).

### RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret

Dimanche 7	Jean Claude ZANCO 06 38 68 07 41	8:30	8:45 LE BOULOU Pkg des Thermes	** Cantalops - Casteil de Requesens IBP 56 - Effort 3/5 - Tech 2/5 - Risq 2/5	5h00 500m 13km 4€
Dimanche 14	Jean PORQUERES 04 68 95 40 70 06 38 52 67 87	8:30	8:50 PERPIGNAN Pkg DARTY	Baixas - chapelle Ste Catherine -Roc rodon - Calce	4h00 350m 10,2km 4€
Dimanche 21	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11 DIKKIE	8H30		Col Descarga Batère, Colley de pey, Puig de l'Estelle, tour de Batère.	4h30 380m 9km 5€
Dimanche 28	Fabienne BEUGNOT 06 43 78 79 57	8:30 Pkg Zone Ulrich devant Média	9:30 SAINT-LAURENT-DE-CERDANS Parking ancienne gare	La Redubta-Creu d'en Jogilar-Font alt 803-retour par Mas el Padiras Effort 2/5- Tech 2/5 - Risq 1/5	2h30 210m 7km 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.**

Dimanche 7	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	07:30	*8:10 THUIR Pkg Super U	Sournia - Chapelle St Michel - Garrabet Roc Cornut - Campoussy - Retour par GR36 IBP 66 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h30 570m 16km 5€
Dimanche 14	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30	8:00 SAINT-ANDRE Pkg Rond-Point covoiturage	Port Vendres - Banyuls - Cosprons - IBP 61 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	7h00 600m 16ikm 4€
Dimanche 21	Francis PAGES 06 66 48 92 33	8:00	*8:45 Pkg Gare MARQUIXANES	Vernet-les-Bains - Col Azmoursa Saint Martin du Canigou - Casteil Vernet-les-Bains	5h00 700m 9km 8€
Dimanche 28	Jean Pierre TARADELLAS Guy RAMPON 06 05 05 27 42	7:30 Pkg Zone Ulrich devant Média	8:30 SAINT-LAURENT-DE-CERDANS Parking ancienne gare	JOURNÉE BUNYETES Saint-Laurent-de-Cerdans Circuits des Fontaines IBP 50 - Effort 2/5 - Tech 1/5 - Risque 1/5	3h30 500m 10km 4€

**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.