



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

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

Jeudi 2	Jean Claude ZANCO 06 38 68 07 41	13:30	14:00 ARLES-sur-TECH Pkg Centre sportif Sud Canigou	Centre sportif Sud Canigou - La Fontaine des Buis en balcon - retour par le gué	3h00 150m 8km 2€
Jeudi 9	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 Saint Ferréol Pkg inférieur	Sant Ferréol Mas Sainte Thérèse IBP 30 Effort 2/5 Tech. 1/5 Risq. 1/5	2h30 210m 7,6km 2€
Jeudi 16	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	*14:00 OMS Pkg au dessus de la mairie	Départ- Coll de Prunet de Baix - Le Mont Hélène	3h00 200m 6km 4€
Jeudi 23	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	13:30	14:00 FOURQUES Pkg des Ecoles	Le Sentier des histoires	2h30 180m 8km 3€
Jeudi 30	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	14:15 ARGELES sur MER Pkg du Raccou	Le Raccou - Le port d'arceles - La plage	3h00 50m 6km 4€

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

Mardi 7	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:15 PORT-VENDRES Pkg gare S.N.C.F.	Port-Vendres - Cosprons Coll del Mig IBP 35 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 2/5	2h30 240m 8,5km 4€
Mardi 21	Béatrice DEBALLE 07 72 17 64 90	9:00	_____	GRUISSAN - Massif de la Clape - Chapelle des Auzils - La Vigie - Tour de Guet IPB 32 - Effort 2/5 - Tech 2/5 - Risq 1/5	4h00 200m 9km 9€
Mardi 28	Alain et Françoise RUMEAU 06 80 12 94 62	13:15	* 14:15 BANYULS-SUR-MER Pkg Carrefour Market	Coll de les Vinyes - Coll de Llagastera N.D de la Salette	3h00 280m 7km 5€

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

Mardi 7	Fabienne BEUGNOT 06 43 78 79 57	8:00	8:30 SAINT-ANDRE Pkg covoiturage rond-point	Tour de la Massane par La Vall IBP 63 - Effort 3/5 - Tech 3/5 - Risq 2/5	5h00 600m 9km 4€
Mardi 14	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	8:00	8:20 SAINT-ANDRE Pkg covoiturage rond-point	Rimbau - Chemin de l'eau IBP 70 - Effort 3/5 - Tech 3/5 - Risq 3/5	6h00 720m 15km 4€
Mardi 21	Khalid OUASMANI 06 20 67 86 81	8:00	*08:20 AMELIE-LES-BAINS Pkg de la Sardane	Amélie - Monbolo -Montalba	5h00 300m 10km 2€
Mardi 28	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	8:00	9:00 BANYULS-SUR-MER Pkg Puig del Mas Place Abel Pages	Cols del Bast et del Llipoter Retour par les Mas et le vignoble IBP 64 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	5h30 550m 13km 5€

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 MAI 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 3	André BACHES 06 44 83 05 21	9:00	9:15 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg lac de baignade	du parking au cimetière du BOULOU	2h30 10m 8km 2€
Vendredi 10	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00	Du Pont de Ceret nous partirons ensemble vers le point de départ de la randonnée	Puig Sengli aller - retour	2h00 210 m 10 km 2€
Vendredi 17	André BACHES 06 44 83 05 21	9:00	9:15 OMS route de Llauro	Aller - retour par OMS	2h30 180m 8km 2€
Vendredi 24	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	9:00	9:15 LE BOULOU Pkg des Thermes	Chemin du Balcon des Chartreuses jusqu'au croisement de la route du Pic Estella	2h00 340 m 10 km 2€
Vendredi 31	André BACHES 06 44 83 05 21	9:00	9:15 SAINT JEAN PLA DE CORTS Pkg lac de baignade	Aller - retour cimetière Le Boulou	2h30 10m 8km 2€
MARCHE NORDIQUE SANTÉ® - Rendez-vous 9h00 Pkg 1 - vers la guinguette - Saint-Jean-Pla-de-Corts					
LES VENDREDIS 3, 10 et 31 , 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 5	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85 06 85 46 52 98	8:00	8:15 MAUREILLAS Pkg Covoiturage Auberge du Chêne	**Port de la selva - Chapelle San Baldiri - Mas Puigneau - Bunker - GR11	4h30 10km 350m 7€
Dimanche 12	Françoise Taradellas 0623339832	8:00	** Sainte Marie La mer Parking Sud Front de Mer 9h	Fête départementale de la randonnée rando en front de mer. Repas tiré du sac.12km Déniv 40 Covoiturage 5€ Inscript. auprès de Françoise avant le 6.05	5 itinéraires Détails Ici
Dimanche 19	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	08:30		CORSAVY - Pkg Col d'Ansia - chapelle San Marti tour de Corsavy - visite du village - retour Pkg	4h00 10km 360m 3€
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 12	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30		Prats de Mollo - Can Got - Tour de Mir IBP 73 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	7h00 700m 13km 4€
Dimanche 12	CDRP66		** Sainte Marie La mer Parking Sud Front de Mer	Fête départementale de la randonnée	5 itinéraires Détails Ici
Dimanche 19	Francis PAGES 06 66 48 92 33	7:00	7:45 BOULETERNERE Pkg covoiturage rond-point N116/Bouleternère	Casteil - st Martin du canigou - la Cirerole- Mora - col de Jou	6h-980m-11ou 8km si navette col de jou - 9€
Dimanche 26	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	8:00	*8:15 MAUREILLAS Pkg covoiturage Auberge du Chêne	**Rabos - Col de Belitres Serra d'En Gibert - St Quirze de Colera IBP 73 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h00 550m 15,5km 5€

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

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.