



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

BP 308 - 66403 - Céret cedex contact : secretaire@randoceretane.org

Programme de DECEMBRE 2016



PROMENEURS : "Facile" dénivelé 300 mètres environ - Rendez-vous Ponts

Date	Animateur	départ Céret	Regroupement * Hre-/lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max Informations particulières	Tps de marche Dénivelé Distance
MARDI 6	Yves SANTO 06 61 68 71 52	13:30	*13:50 LE BOULOU Pkg du Casino	RandoSanté® - Panissar Fort de Bellegarde et retour	2h30 50m 5km
MARDI 13	Pierrette PELLE 04 68 87 06 28	13:30	14:00 LA JONQUERA Pkg le long du Llobregat face au gué de la Mairie	Le Mas Brugat	3h00 200m 6km
MARDI 20 <i>Annulée pluie</i>	Khalid OUASMANI 06 20 67 86 81	13:30	*13:45 AMELIE-LES-BAINS -Pkg stade	Montferrer - sentier du Castell Veinat d'en Galangau - Mas Arnau	2h30 240m 6,3km
MARDI 27	Andrew REIS 04 68 55 29 89 06 28 13 07 50	13:00	*13:45 SAINT-MARTIN L'ALBERE	Saint Martin - Coll Forcat Coll del Pal - Roca Corba	3h00 325m 7km

MARCHEURS : "Moyen" dénivelé 500 mètres environ - Rendez-vous Pkg Intermarché

MARDI 6	Jean FERRER 04 68 87 19 51 06 08 56 58 66	13:00	13:30 LA JONQUERA Pkg le long du Llobregat face au gué de la Mairie	Château de Rocaberti Mas Brugat	3h30 400m 9km
MARDI 13	Michel VANDENAMEELE 04 68 87 08 46	08:00	8:45 BANUYLS-SUR-MER Gare SNCF	Cerbère - Banyuls par le sentier cotier Départ du train 9:14 (2,20€ par personne) (repas tiré du sac)	5h00 500m 11km
MARDI 20 <i>Annulée pluie</i>	Pascale SERIE 04 68 39 55 40 06 62 54 67 21	09:00	*9:30 MONTESQUIEU Mairie	Montesquieu les terrasses (repas tiré du sac)	4h30 560m 9km
MARDI 27	Albert MONGE 06 87 11 72 02	13:00	13:15 Pkg collada de Rimbau - entrée d'Oms	Oms - La Chapelle d'en Costa - Le Mas d'en Manent	3h00 450m

MARCHE NORDIQUE - Rendez-vous Pkg Intermarché

VENDREDI 2	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:00 ST-JEAN-PLA/CORTS Pkg Lac de baignade	Autour des lacs de St Jean Pla de Corts	2h00 10m 8km
VENDREDI 9			9:15 PALAU-DEL-VIDRE Pkg Plan d'eau	Autour du plan d'eau de Palau del Vidre	2h00 10m 7km
VENDREDI 16			9:15 VILLENEUVE/RAHO Pkg Base nautique	Autour du lac de Villeneuve de la Raho	2h00 10m 8km
VENDREDI 23			9:00 VIVES Pkg	Boucle de Vivès	2h15 240m 10km
VENDREDI 30			9:00 au Col de LLAURO	Tour du Roc del Quers depuis la Fontaine des Ecureuils	2h00 260m 8km

RAPPEL : A partir du 1er Septembre, pour conserver la couverture de l'assurance en Responsabilité Civile de la Fédération, TOUS les animateurs et les randonneurs doivent être à jour de leur licence 2016/2017. Seule l'assurance individuelle (pour randonner hors club) est valable jusqu'au 31 Décembre 2016



Programme de DECEMBRE 2016

Groupe Date	Animateur	Départ Céret Pont	Regroup. * Hre./lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max Informations particulières	Tps. de marche Dénivelé Dist.
----------------	-----------	-------------------------	-------------------------	--	--

RANDO-PROMENADE : "moyen" dénivelé 500 mètres environ

DIMANCHE 4	Yves SANTO 06 61 68 71 52	8:00	*8:30 LES CLUSES BASSES Pkg du tennis	Les Cluses - Panissars retour par les Carbonères	6h00 400m 15km
DIMANCHE 11	Jean-Charles VANDERMEERSCH 04 68 54 08 84	8:00		Arles - St Creu - El Ripoll - l'Oratoire	5h00 500m
DIMANCHE 18	Yves SANTO 06 61 68 71 52	8:00		El Molinot - Roviro - Mas Sorribes Station Jacouty	5h00 480 m 11km
DIMANCHE 25	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11 04 68 22 89 95	8:15	*8:50 LA JONQUERA Pkg Sol	GRILLADE à la Vallée de la Valleta (catalogne Sud - 2 km de piste carrossable) <i>Envoyer chèque de 10 € à J. Courteau avant le 23/12 4 carrer del Regatiu 66740 Villemongue dels Monts. Prévoir : couverts, eau, café+bonne humeur. (aide de bénévoles appréciée)</i>	2h00 300m

RANDO : "soutenu" dénivelé 1000 mètres environ

RANDO-PLUS : "très soutenu" dénivelé 1200 mètres environ

DIMANCHE 4	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30	8:30 SAINT-LAURENT Office de tourisme	St Laurent de Cerdans - Capell Puig Falco - Coustouges - St Laurent	6h00 800m 15 km
JEUDI 8	Helmuth BERRETZ 04 68 28 29 62 06 31 08 29 04	7:15	*8:00 CASES-DE-PENE	Galamus - Pech d'Auroux - col Das Souls et descente rapide - Galamus	6h00 850m 13km
DIMANCHE 11	Maurice Benichou 06 88 30 68 56 04 68 66 77 32	7:30		Parcigoule (Vallespir) - Col Serre Vernet Cabane des Etables par les gabillons (si le temps le permet) Roc de la Begna Vertiges s'abstenir <i>8km A/R piste (covoiturage véhicule haut)</i>	6h00 800m
DIMANCHE 18	Christiane AGRAFEIL-COLIS 06 62 70 32 19 09 66 98 75 71	7:30	*8:30 MARQUIXANES	RAQUETTES (lieu en fonction de l'enneigement) Téléphoner la veille	400m 12km
DIMANCHE 25	Laurence DEMANGEL 06 61 20 67 46	7:30	*8:30 MARQUIXANES	RIA - all colls - Pla Balencou Chapelle Ste-Marguerite - Llugols <i>Tu ne crois plus au Père Noël ?? Viens donc, bonne nouvelle, Fêter avec les copains La randonnée et les chemins!</i>	5h30 600m 14km

MONTAGNE : "sportif" dénivelé 1500 mètres environ

DIMANCHE 11	Pierre BOIXADERAS 04 68 83 04 46	7:30		Arles sur Tech - Col Paracolls Moli de la Paléta - Montalba Cortal de la Garrigue - Can Félix Amélie les Bains	7h30 1000m 21km
DIMANCHE 18	Henri NOU 04 68 83 98 05 06 28 95 53 77	8:00		Montesquieu - Coll de l'Ullat Puig d'Orella - Puig Sant Cristau Coll de Llinas	7h00 1100m 20km

"Regroup. (*) Hre/lieu" = L'animateur vous y attendra.

RAPPEL : A partir du 1er Septembre, pour conserver la couverture de l'assurance en Responsabilité Civile de la Fédération, TOUS les animateurs et les randonneurs doivent être à jour de leur licence 2016/2017. Seule l'assurance individuelle (pour randonner hors club) est valable jusqu'au 31 Décembre 2016