



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>
BP 308 - 66403 - Céret Cedex - Contact : secretaire@randoceretane.org



Programme d'AVRIL 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® : rythme "adapté" dénivelé maxi 200 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Jeudi 7	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 LE BOULOU PkgCasino	Balade au pied du Pic Estelle	3h00 270m 8km
Jeudi 14	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 Pkg herbeux GI-601 route de Cantallops	** Mas dels Estanys - Mas Baleta Cantallops	3h00 70m 9,5km
Jeudi 21	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	13:30	14:00 VILLENEUVE-DE-LA-RAHO Lac de Villeneuve - Pkg central	Tour du Lac de Villeneuve-de-la-Raho	2h30 20m 7km
Jeudi 28	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	14:00 ARGELÈS-SUR-MER Pkg Espace Jean Carrere Salle polyvalente	La route de la Retirada - Les Plages	3h00 50m 7km
PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Mardi 5	Alain ITTEL 07 63 49 54 53	13:00	* 13:45 PORT- VENDRES Pkg Carrefour Market	De Port Vendres au cap Béar	3h00 185m 7km
Vendredi 8	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	8:30	* 8:45 LE BOULOU Pkg Casino	Rando grillades ** Villamanisclè - vallée de la Baleta Voir page d'accueil sur le site Internet du club	
Mardi 12	Françoise et Alain RUMEAU 06 80 12 94 62	13:30	13:45 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg voie verte - face pkg bus LIO	Mas Santa Teresa - Vivès - Serre de las Aires els Pontells - Chapelle Sant Sebastià IBP 31 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	3h00 225m 8km
Mardi 19	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:00	13:45 Coll de l'Ullat	Coll de l'Ullat - Puig d'Orella Puig de Sant Cristau - Roc del Grèvol passages difficiles - bâtons recommandés	3h00 300m 9km
Mardi 26	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 AMÉLIE-LES-BAINS Pkg Darty	Palalda - Serrat de la Téuleria Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	2h30 250m 7km
MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700 m - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mardi 12	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	08:30	8:45 Le BOULOU Pkg Casino	** Les Escaules - le Château Boadella d'Empordà IBP 41 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	5h00 450m 11km
Mardi 19	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	8:30	9:00 TAILLET Pkg de l'église	Taillet - Dolmen du pla de L'Obra ND de Roure -Puig de la Carretal IBP 55 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	5h00 600m 14km
MARCHE NORDIQUE - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mercredi 20 avril à 18h00 : initiation à la Marche Nordique animée par Bernard Lambert Rendez-vous au parking du lac de baignade de Saint-Jean-Pla-de-Corts des paires de bâtons sont mises à disposition des participants s'inscrire en téléphonant à l'animateur au 06 12 75 24 08					
Vendredi 1er	André BACHES 06 44 83 05 21	----	* 9:00 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	----	* 9:00 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Chapelle Sant Sebastià	Boucle de Vivès	240m 8km
Vendredi 15	André BACHES 06 44 83 05 21	----	* 9:00 REYNES - La Cabanassa Pkg LIDL	La Cabanassa - Coll de Bossells	230m 10km
Vendredi 22	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:00 D13 entre Vivès et Llauro Institut Méditerranéen du Liège	I.M.L. - Cortal d'en Durand Coll dels Francesos - les Teixoneres	300m 9km
Vendredi 29	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	----	* 9:00 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg lac de baignade	De la guinguette au cimetière du Boulou	10m 8km

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

Programme d' AVRIL 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

Dimanche 3					
Journée BUNYETES - OLOT					
Dimanche 10	Albert MONGE 06 87 11 72 02	9:30	Election présidentielle 10:00 SORÈDE Pkg Gymnase	Moli d'en Felix - Rivière de Sorède - Mas d'en Denis - els Roures	4h00 250m 10km
Dimanche 17	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	08:30	8:45 LE BOULOU Pkg Casino	** Agullana - Riera del Gou - Santa Eugènia - Mas Puig - Mas Mallol - Agullana	4h30 300m 11km
Dimanche 24	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	08:30	Election présidentielle * 9:00 THUIR Pkg Super U	Départ Pkg VL Belesta - Autour du village Bornes frontières - Puits à neige	4h30 300m 11km

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 3					
Journée BUNYETES - OLOT					
Dimanche 17	Helmuth BERRETZ 06 31 08 29 04	8:00	* 9:00 MARQUIXANES Pkg entrée village	Fontpédrouse - canal de Llar - Sauto pont Gisclard - Hameau de St Thomas	6h00 650m 15km
Jeudi 21	Francis PAGES 06 66 48 92 33	07:30	* 8:30 MARQUIXANES Pkg entrée village	Thuès-entre-Valls - refuge de Dona Pa Mas d'Albaret - Pont Séjourné	5h00 900m 11km

LONGE CÔTE / MARCHÉ AQUATIQUE [2h00]

Jeudi 7	Jean ESCUDERO Christian JEAN-PIERRE		9:00 LE BOULOU Pkg Covoiturage (à côté hôtel Le Néoulous)	** Sortie à ROSAS pour tous les groupes avec pagaie Inscription sur le site "Whatsapp - sortie du jeudi"	
Lundi Jeudi Samedi	Jean ESCUDERO Christian JEAN-PIERRE		* 9:45 CANET-EN-ROUSSILLON "Entrée en eau" 10:00	Lundis et Samedis : Groupe sportif Jeudis : Ouverts à tous 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.	

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.