



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de MAI 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 5	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	13:30	13:45 MAS SABOLE Pkg covoiturage	Balade autour de Bages	3h00 50m 8km
Jeudi 19	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	13:45 LE BOULOU Pkg Mairie	La bataille du Boulou	2h30 160m 8km
Jeudi 26	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 NIDOLÈRES Pkg entrée hameau	De Nidolères à Banyuls-dels-Aspres	2h45 50m 7km
PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Mardi 3	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:00	13:45 PRATS-DE-MOLLO Pkg sous le pont du Tech	Prats - el Roure Puig Fabra - Fort Lagarde	3h00 320m 7,5km
Mardi 10	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:00	13:45 Coll de l'Ullat	Coll de l'Ullat - Puig d'Orella Coll de la Font - Roc del Grèvol un passage délicat - bâtons recommandés	3h00 250m 7,5km
Mardi 17	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	13:15	* 13:45 LAROQUE-DES-ALBÈRES Pkg RIVIÈRE (à droite après la Mairie et La Poste)	Château de Laroque - Chapelle Fructuós de Roca Vella - source minérale et fontaines Retour par les Mas et le Chemin des Disputes	3h00 240m 6,5km
Mardi 24	Jean PORQUERES 04 68 95 40 70 06 38 52 67 87	13:15	* 13:45 BROUILLA Pkg sous le pont du Tech	Les berges du Tech, vergers et vignobles	3h00 150m 7km
Mardi 31	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:00	-----	Roca Maler - Can Pei Roc del Quer IBP 42 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 2/5	3h00 360m 8,2km
MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700 m - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mardi 3	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	-----	* 8:00 LE BOULOU Pkg Casino	** Albanyà - Castell de Bertran Gorges de la Muga IBP 60 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	5h30 530m 13,5km
Mardi 31	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	8:00	8:15 MAS SABOLE Pkg covoiturage	Ille-sur-Têt - Casenoves Puig Pedros - Ille-sur-Têt IBP 50 - Effort 2/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	5h30 450m 14km
MARCHE NORDIQUE [2h00] - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Vendredi 6	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	7:45	8:00 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg lac de baignade	De la guinguette au cimetière du Boulou	10m 8km
Vendredi 13	André BACHES 06 44 83 05 21	7:45	8:00 VIVÈS	Vivès - Coll de Llauro Coll del Roure - Vivès	180m 8km
Vendredi 20	André BACHES 06 44 83 05 21	7:45	8:00 SAINT-JEAN-PLA-DE-CORTS Pkg lac de baignade	De la guinguette au cimetière du Boulou	10m 8km
Vendredi 27	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	7:45	8:00 LE BOULOU Pkg Casino	Tour du Pic Estelle	150m 10km

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 de MAI 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 1er	Jean PORQUERES 04 68 95 40 70 06 38 52 67 87	08:15	8:45 THUIR Pkg Super U	Montalba-le-château - Bosc Nègre Rocs Blancs	43h00 300m 10km
Dimanche 8	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:30 CÉRET Place de la République	Randonnée autour de Céret avec commentaires de M. BELIME (Directeur de Lumière d'Encre) sur l'évolution des paysages entre 2022 et la date des prises de vues de photographies anciennes 2 circuits : Céret - Ribesaltes et Céret - Le Ventous		3h00 240m 9km
Dimanche 15	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	8:00	8:15 LE BOULOU Pkg Casino	** Torroella de Montgri - Les Tours Castell de Montgri - Santa Caterina La Creu - Torroella	4h30 350m 10km
Dimanche 22	Jean PORQUERES 04 68 95 40 70 06 38 52 67 87	7:45	* 8:05 LE BOULOU Pkg Casino	** Banyoles : Santa Maria de Porqueres Can Morgat - Puig Clarà , Les estunes Santa Maria de Porqueres	4h30 300m 11km
Dimanche 29	Alain et Françoise RUMEAU 06 80 12 94 62	8:00	8:45 CASES-DE-PENE Pkg rond-point entrée village	Tuchan - Château d'Aguilar (visite facultative 2,5 € si + 10 personnes) Donneneuve - Les Rosas IBP 42 - Effort 2/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	4h30 330m 9,5km
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 1	Laurie BAILLY 06 35 13 53 73 Jean Gabriel BERNAT 06 80 90 73 11	7:30	8:30 MARQUIXANES Pkg entrée village *9:30 Col de MANTET	Pic de Très Estelles (Mantet)	5h00 600m 12km
Dimanche 8	Francis PAGÈS 06 66 48 92 33	7:30	8:30 MARQUIXANES Pkg entrée village	Thuès-entre-Valls - Refuge de Dona Pa Mas d'Albaret - Pont Séjourné	5h00 900m 11km
Dimanche 15	SORÈDE FÊTE DÉPARTEMENTALE DE LA RANDONNÉE				
Dimanche 22	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	7:30	8:00 THUIR Pkg Super U	Corbère-les-Cabanes Sant Marti de la Roca IBP 69 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	7h00 590m 14,5km
LONGE CÔTE / MARCHÉ AQUATIQUE [2h00]					
Jeudi 5	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

Chaussures de randonnées obligatoires. Vêtement de pluie, vêtements chauds toujours dans le sac. Eau en suffisance.

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.