



La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>

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

Programme de JUIN 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 2	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 MONTBOLO Pkg Église	de Montbolo au Coll de la Reducta Aller & Retour	2h30 260m 6km
Jeudi 9	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	13:30	14:00 Lac de VILLENEUVE-DE-LA-RAHO Pkg Central	Tour du Lac de Villeneuve de la Raho	2h30 30m 7km
Jeudi 16	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	* 14:15 SAINT-MARSAL Pkg village sur D618	Saint-Marsal - Collada del Pou	2h30 150m 7km
Jeudi 23	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	-----	des Chartreuses du Boulou au Coll de l'Espinass Aller & Retour	2h30 300m 8km
Jeudi 30	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 LE PERTHUS Pkg Fort de Bellegarde	Fort de Bellegarde - Mas Bardes Coll del Priorat - Coll de Panissars	3h00 250m 7km
PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret					
Mardi 7	Fabienne BEUGNOT 06 38 68 07 41	13:30	13:45 AMÉLIE-LES-BAINS Pkg des arènes	Chapelle Santa Engracia	3h00 320m 8km
Mardi 14	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	14:00	-----	Sentier de Vivès n° 12	2h30 250m 10km
Mardi 21	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:15 MONTFERRER Pkg Église	El Castell	3h00 340m 7,7km
Mardi 28	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:15 PRATS-DE-MOLLO Pkg sous le pont du Tech	Prats - el Roure Puig Fabra - Fort Lagarde	3h00 320m 7,5km
MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700 m - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mardi 14	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	7:15	* 8:15 MARQUIXANES Pkg entrée village	Pla des Avellans (PNR des Bouillousses) GR10 - barrage des Bouillousses Estanys des Esquits (passages délicats) IBP 70 - Effort 3/5 - Tech. 3/5 - Risq. 3/5	5h30 430m 11,5km
Mardi 21	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	7:30	7:40 LE BOULOU Pkg Casino	Sadernes - Ermitage Sant Aniol d'Aguja IBP 55 - Effort 3/5 - Tech. 4/5 - Risq. 4/5	6h30 600m 16km
MARCHE NORDIQUE - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret					
Mercredi 15 juin 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 3	André BACHES 06 44 83 05 21	-----	8:00 REYNES - La Cabanasse Pkg LIDL	La Cabanassa - Coll de Bossells	230 m 10 km
Vendredi 10	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	7:45	8:00 D13 entre VIVÈS et LLAURO Institut Méditerranéen du Liège	I.M.L. - Cortal d'en Durand Coll dels Francesos - les Teixoneres	300m 9km
Vendredi 17	André BACHES 06 44 83 05 21	7:45	8:00 " La Marchette " Route de Llauro	de la Route de Llauro "la Marchette" à Oms (Aller et Retour)	2h30 180m 8km
Vendredi 24	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

L'indice " * " signifie que l'animateur attendra à cet endroit

L'indice " ** " signifie que la randonnée se déroule en Catalogne Sud - Ne pas oublier la carte nationale d'identité

Programme de JUIN 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 5	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 12	Jacques MATHEU 04 68 87 21 85	9:00	Elections législatives 10:00 LAMANERE	Coll del Malrems - Coll de Franso - Boucle piste - Lamanère	4h30 370m 10km
Dimanche 19	Alain et Françoise RUMEAU 06 80 12 94 62	9:15	Elections législatives 10:00 SAINT-LAURENT-DE-CERDANS Pkg Las Cazottes	Ruine de la Serra d'en Grill - Roc dels Pins Cortal del Morer - Coll des Colomines IBP 37 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	4h30 330m 11km
Dimanche 26	 FÊTE DE LA RANDONNÉE CÉRÉTANE Inscription au repas avant le 5 juin dernier délai 				
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 5	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	7:45	* 8:45 MARQUIXANES Pkg entrée village	Ria - Llugols - Sant Cristofol Couvent de Las Monge - Conat Les Termaneres IBP 64 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	5h30 600m 11km
Jeudi 9	Jacques COURTEAU 06 89 69 46 11	7:00	* 7:15 LE BOULOU Pkg Casino	TRAVERSÉE DES ALBÈRES Départ liaison route vers Néoulous avec piste vers Tanyareda - Piste vers refuge puis GR10 jusqu'au Puig de Sallfort - Descente au coll de Banyuls Retour par une voiture emmenée la veille Téléphoner le 6 juin pour inscription et organisation du covoiturage.	7h00 500m positif 900m négatif 17km
Dimanche 12	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	9:00	Elections législatives 9:30 LAROQUE-DES-ALBÈRES Pkg RIVIÈRE (à droite après la Mairie et la Poste)	Laroque-des-Albères - Casot del Guarda IBP 56 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 1/5	5h00 510m 11Km
Dimanche 26	 FÊTE DE LA RANDONNÉE CÉRÉTANE Inscription au repas avant le 5 juin dernier délai 				
LONGE CÔTE / MARCHÉ AQUATIQUE [2h00]					
Jeudi 2	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	Jean ESCUDERO		"Entrée en eau" 10:00	Lundis et Samedis : Groupe sportif Jeudis : Ouverts à tous	
Jeudi	Christian JEAN-PIERRE			Les pratiquants - réguliers ou non - doivent s'inscrire via l'adresse marcheaquatique@randoceretane.org . L'animateur peut ainsi les contacter pour :	
Samedi		- 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 la 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.