



# La Randonnée Céretane

<<http://randoceretane.org>>  
BP 308 - 66403 - Céret Cedex - Contact : [secretaire@randoceretane.org](mailto:secretaire@randoceretane.org)



## Programme de MARS 2023

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
<b>RANDO SANTÉ® : rythme "adapté" dénivelé maxi 200 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret</b>					
Jeudi 2	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:45 Route de TAILLET (D63) Pkg point côté 244	Boucle autour de la vallée de la Palmera N.D. de Roure	2h30 250m 7km 2€
Jeudi 9	Rose-Marie MONGE 06 87 11 72 02	13:30	* 14:00 LLUPIA Pkg Intermarché	Les Olivedes - le canal Vinyer del Rei	3h00 50m 7km 3€
Jeudi 16	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 43	13:30	14:00 Pkg Caves Terrassous	les Coteaux de TERRATS	3h00 180m 8km 3€
Jeudi 23	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	14:00 TERRATS Rue des Muscats	De Terrats à Trouillas en suivant la vallée de la Canterrane	3h00 130m 9km 3€
<b>PROMENEURS : rythme "facile" dénivelé maxi 300 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret</b>					
Mardi 7	Michel GOSSET 06 28 08 77 21	13:00	* 13:45 BANYULS-SUR-MER Pkg face au port (gratuit) Regroupement départ à l'aquarium	Banyuls-sur-Mer au Cap Rédérés par le sentier du littoral - Retour par le vignoble (bâtons recommandés)	3h00 270m 7km 5€
Mardi 14	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:00	13:30 SORÈDE Pkg de La Poste	N.D. du Château aller sentier (rude montée - bâtons recommandés) retour piste	3h30 350m 9,2km 3€
Mardi 21	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	13:30	13:50 ARLES-SUR-TECH Pkg Salle des fêtes	Arles - Pin parasol el Molinot - Bonabosc 2 rudes grimpettes très courtes	3h00 220m 8km 2€
<b>MARCHEURS : rythme "moyen" dénivelé 300 à 700 m - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret</b>					
Mardi 7	Fabienne BEUGNOT Jean-Claude ZANCO 06 38 68 07 41 06 43 78 79 57	8:30	9:00 AMÉLIE-LES-BAINS Pkg face Hôtel Reine Amélie au bord du Tech	La boucle du Mondony IBP 68 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	4h30 640m 11km 2€
Mardi 14	Martine ITTEL 06 62 05 18 04	8:00	* 9:00 MARQUIXANES Pkg Centre village	Eus - Chapelle Santa Eulària Arboussols en boucle IBP 64 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h30 490m 15km 7€
Mardi 21	Jean-Pierre TARADELLAS 06 05 05 27 42	-----	8:00 LE BOULOU Pkg Casino	** Canyelles Petites - Cala Montjoi Coll d'en Fràguem IBP 50 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h30 500m 15km 4€
Mardi 28	Patricia GOSSET 06 30 08 54 63	8:00	9:00 CALCE Pkg terrain de sport rue du Canigou	Calce - Las Coumes Serrat d'En Bugader - Coma de la Ginesta Mas de Les Founts IBP 45 - Effort 2/5 - Tech. 3/5 - Risq. 2/5	5h30 460m 13km 6€
<b>MARCHE NORDIQUE [2h00] - Rendez-vous Pkg Intermarché de Céret</b>					
Vendredi 3	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:45	9:15 MONTAURIOL Pkg Mairie	De Montauriol à Vallpuig	250m 7,5km 3€
Vendredi 10	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 06	8:45	9:00 LE BOULOU Pkg Casino	Mas Anglada aller - retour	300m 12km 2€
Vendredi 17	Geneviève OMS-BROUSSE 06 14 31 16 07	8:45	9:00 LLAURO Fontaine des Écureuils	Boucle de l'Écureuil	260m 8km 2€
Vendredi 24	André BACHES 06 44 83 05 21	-----	9:00 REYNÈS Pkg Lidl	Lidl - Les Quintanes Coll de Bossells	140m 7,7km 2€
Vendredi 31	Bernard LAMBERT 06 12 75 24 08	8:15	9:00 MONTAURIOL els Hostalets	Boucle dans les Aspres proposée par Anne-Marie	240m 9km 3€

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 MARS 2023**

Date	Animateur	Départ Céret	Regroupement *heure et lieu	Parcours - Difficultés spécifiques Alt. Max - Informations particulières	Tps marche Dénivelé Distance Covoiturage
------	-----------	--------------	-----------------------------	---	---

**RANDO-PROMENADE : rythme "moyen" dénivelé maxi 500m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret**

Dimanche 5	Albert MONGE 06 87 11 72 02	9:00	* 9:30 FOURQUES Pkg entrée village sur D615 à droite en venant de Céret	Eglise Fontcouverte - Puig de Boc Puig de Candell - Chapelle Sant Ponç	4h00 300m 9km 3€
Dimanche 12	Béatrice DEBALLE 07 72 17 64 90	9:00	9:30 THUIR Pkg Super U	Codalet -St Michel de Cuxa Rando le matin jusqu'à 13h A 14h visite de l'abbaye (6€) IBP 33 - Effort 1/5 - Tech. 1/5 - Risq. 1/5	2h45 130m 7km 6€
Dimanche 19	Jean PORQUERES 06 38 52 67 87 04 68 95 40 72	8:15	8:45 THUIR Pkg Super U	Bélesta - Pic Aubeill Roc del Frare	4h30 400m 10,4km 5€
Dimanche 26	Alain et Françoise RUMEAU 06 80 12 94 62	8:00	8:50 CASES-DE-PÈNE Pkg covoiturage entrée village	Saint-Martin-de-Fenouillet Hauts de Taïchac - Fosse IBP 42 - Effort 2/5 - Tech. 1/5 - Risq 2/5	4h30 400m 10km 7€

**RANDO : rythme "soutenu" dénivelé à partir de 500 m - Rendez-vous Pkg Ponts de Céret**

Dimanche 12	Thierry LANSELLE 07 68 06 60 12	7:30	8:00 PORT- VENDRES Rond-Point fin de voie rapide D914	Banyuls - Pkg Puig del Mas Coll del Bast - Coll de Rumpissar Querroig - Puig Joan - Coll de la Creu Torre d'en Pagès	6h00 650m 14km 4€
Dimanche 19	Guy RAMPON 06 26 78 15 37	8:00	8:30 THUIR Pkg Super U	EUS - Coma IBP 65 - Effort 3/5 - Tech. 2/5 - Risq. 2/5	6h00 680m 12,5km 7€

**RAQUETTES : Rendez-vous Pkg Ponts de Céret****Pour toutes les sorties raquettes, appeler l'animateur la veille pour vérifier les conditions d'enneigement**

Les sorties raquettes sont encadrées par 2 à 4 animateurs selon les randonnées. Pour les sorties en milieu dit "alpin" (indiqué par la lettre A), le D.V.A. (DéTECTEUR de victime d'avalanche) est obligatoire. Le club en met à disposition des participants (5€/jour). Leur nombre étant limité à 15, inscription impérative en appelant l'animateur au plus tard 48h avant la sortie. L'initiation à leur utilisation sera faite durant la randonnée et ceci lors de chaque sortie en milieu alpin (indiqué par la lettre A). Pour les sorties raquettes, les véhicules doivent être équipés de pneus spéciaux ou avoir des chaînes.

Les horaires seront communiqués lors de l'inscription obligatoire. Renseignements : Christiane au 06 62 70 32 19.

Dimanche 5	Francis PAGES 06 66 48 92 23 Jean.Gabriel BERNAT Christiane AGRAFEIL-COLIS 06 62 70 32 19	7:00	* 9:30 ODEILLO DE REAL (près du lac de Puyvalador)	Odeillo de Réal - Refuge Oller Appeler Christiane 48h avant la sortie pour inscription et infos. <b>A</b>	400m 8km 12€
---------------	--	------	---	--	--------------------

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

**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.