



SAINT CYPRIEN RANDOS - RANDOS SANTE PLANNING SEPTEMBRE à DECEMBRE 2021

ANIMATEURS

- Jean 06 86 23 44 27 -

Yves Ch 06 73 20 62 74 - Willy 04 68 21 17 25

En cas d'imprévu, la rando programmée peut être annulée ou remplacée par une rando équivalente ou inférieure.

La RANDO SANTE : S'adresse à toutes les personnes capables de se déplacer mais qui, pour des raisons pathologiques, physiologiques ou psychologiques, n'ont pas une progression de marche dite "classique". C'est une randonnée plus adaptée à celles et ceux qui ne peuvent pas suivre le rythme du mardi. Il faut être capable de marcher de 6 à 9 km à une vitesse légèrement inférieure à 4 km/h et avec une dénivelée maximale de 100 m.

La marche se fait sur des sentiers et chemins qui ne présente aucune difficulté technique et dont l'accès est toujours aisé pour l'intervention des secours éventuels.

L'inscription définitive à cette activité ne sera effective qu'au terme de deux essais concluants effectués et confirmés par nos animateurs.

Pour plus de renseignements : Veuillez consulter le site de la Fédération Française de Randonnée.

Les départs se font depuis le parking de la Prade

Date MERCREDI	Animateurs	La Prade	Tarif covoiturage	Lieux des randonnées et notes particulières
15/9/21	Willy	13 h		Montesquieu, par le bas
22/9/21	Jean	13 h		De la Prade à Villerasse, le canal d'Elne puis le château d'eau
29/9/21	Willy	13 h		Treisserre et chapelle St Luc
6/10/21	Choquez	13 h		
13/10/21	Willy	13 h		Sorede, ouest
20/10/21	Jean	13 h		Les alentours du Néoulous
27/10/21	Willy	13 h		Laroque des Albères, ouest
3/11/21	Choquez	13 h		
10/11/21	Willy	13 h		Sorede , sud
17/11/21	Jean	13 h		Banyuls. La chapelle de la Salette et table d'orientation
24/11/21	Willy	13 h		Peyrestortes, ouest, départ cimetière
1/12/21	Choquez	13 h		
8/12/21	Willy	13 h		Alenya, nord, départ caves Escoffier
15/12/21	Jean	13 h		Le vallon de Marie et les cascades