



## SAINT CYPRIEN RANDOS - RANDOS SANTE PLANNING JANVIER à MARS 2022

### ANIMATEURS

Jean 06 86 23 44 27 - Willy 04 68 21 17 25 - Yves Ch 06 73 20 62 74

*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 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 pas de 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	horaire départ	Tarif covoiturage	Lieux des randonnées et notes particulières
5/1/22	Jean	13 h	2 €	Cabestany et St Vicens, parc et crèche 8 km
12/1/22	Willy	13 h	3 €	Laroque des Albères 9 km
19/1/22	Yves	13 h	2 €	Le tour de Ste Marie la mer
26/1/22	Willy	13 h	3 €	Peyrestortes
2/2/22	Jean	13 h	4 €	Le Boulou, les étangs de St Jean Pla de Corts 9 km
9/2/22	Willy	13 h	2 €	Canoches 8 km
16/2/22	Yves	13 h	1 €	Palau d'el Vidre, le lac de Villaclara
23/2/22	Willy	13 h	2 €	Port Vendres
2/3/22	Jean	13 h	2 €	St Hyppolite, embarcadère de Latécoère, canal Paul Riquet 8 km
9/3/22	Willy	13 h	3 €	Sorède sud, 8 km
16/3/22	Yves	13 h	2 €	Ortaffa, Brouilla
23/3/22	Jean	13 h	4 €	Castelnou, chapelle sant Marty 8 km
30/3/22	Willy	13 h	3 €	Tresserre 8 km