

Programme AVRIL - MAI - JUIN - 2022



ANIMATEURS

André 07 51 62 02 72 - Claude 06 32 46 02 44 - Christian 06 46 00 12 60 - Didier 06 65 09 85 69
 Eric 06 95 88 59 65 - Gisèle 06 70 59 65 95 - Guy 06 16 47 70 55 - Jean M. 06 60 96 90 59
 Jean Ob 06 86 23 44 27 - J. Paul 06 70 55 75 57 - Michel 06 40 27 51 67 - Stéphane 06 50 85 07 52
 Yves Ch 06 73 20 62 74 - Yves M 06 64 51 63 49 - Willy 06 47 54 22 81

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

Date		Anima-teurs	Descriptifs	Depart Tarif	Durée Distanc	Déniel Niveau	Intérêts et difficultés <i>Contactez l'animateur du jour pour des renseignements complémentaires</i>
Dim	3/4	Christian Didier	Prat Mitja Dpt Ballestavy	8 h 11 €	6 h 30 14 km	950 m ☆☆☆	La crête du Prat Mitja dans la forêt domaniale du Canigou
Mar	5/4	André Jean M Michel	St Martin Canigou Dpt Castell	9 h 11 €	3 h 30 9 km	400 m ☆☆	La magnifique abbaye de St Martin du Canigou et les gorges du Cady
Jeu	7/4	Michel André Jean M	Roc Rodon Dpt Case de Pene	9 h 5 €	6 h 16 km	500 m ☆☆	ND de Pene, village de Caixas par les crêtes et le vignoble
Dim	10/4	Jean	ELECTIONS Pdt Le NEOULOUS Dpt du col de l'Ullat	9 h 7 €	4 h 10 km	470 m ☆☆	Du col de l'Ullat à la ligne frontière. Montée au Néoulous. Retour par Tanyarède et le puit à neige. Magnifiques points de vue.
Mar	12/4	Jean	DARNIUS Dpt du village	9 h 6 €	4 h 10 km	400 m ☆☆	Le Dolmen Caneres, chapelle St Esteve et rocher Tortuga. Retour sur les hauteurs du lac de Boadella
Jeu	14/4	André Jean M	Col de l'Estanyol Dpt Leca	8h30 9 €	5 h 14 km	700 m ☆☆☆	Le col de l'Estanyol, le refuge de la Devèze
Dim	17/4	Claude V	Le Pic Joan Dpt Banyuls	8 h 5 €	7 h 17 km	760 m ☆☆☆	De Banyuls à Cerbere par la côte et retour par le pic Joan. Très belles vues sur la côte
Mar	19/4	Eric Jean	Plateau Sequières Dpt du col	9 h 10 €	3 h 11 km	230 m ☆	Le plateau de Sequières entre la vallée de la Têt et les Fenouillèdes. Vues sur Canigou
Jeu	21/4	Claude V	Couillade Campeau Dpt Caudiès	9 h 11 €	5 h 13 km	500 m ☆☆	Le chemin du facteur. Les bergeries
Dim	24/4	Christian Didier	ELECTIONS Pdt Col d'el Ric Dpt Amélie	9 h 6 €	6 h 30 13 km	1000 m ☆☆☆	Le col de Ric par la ligne de crête et la Peira Baixa
Mar	26/4	Michel André Jean M	Sentier mégalithique Dpt Capmany	9 h 8 €	4 h 13 km	250 m ☆	Itinéraire entre dolmens, pierres de sacrifice et autres menhirs dans la garrigue catalane du sud
Jeu	28/4		Pas de rando				
Dim	1/5		Pas de rando				
Mar	3/5	Michel André Jean M	Le pic Estelle Dpt Batère	9 h 9 €	4 h 10 km	400 m ☆☆	Depuis le refuge à la tour de Batère
Jeu	5/5	Eric Jean	Laroque des Albères Dpt Laroque	9 h 3 €	4 h 14 km	560 m ☆☆	Randonnée dans la forêt domaniale de Laroque des Albères jusqu'au casot d'el guardia
Dim	8/5	Claude V	Col de l'Estanyol Dpt Allau (le Tech)	8 h 10 €	7 h 30 ?? km	960 m ☆☆☆	Coll de la Rua, fontaine du brigadier. Chapelle et refuge de St Guillem
Mar	10/5	Jean O	Montferrer Dpt du village	9 h 9 €	4 h 11 km	400 m ☆	Depuis le village (hauteurs d'Arles/Tech) à 800 m d'altitude aux ruines du château. Superbes vues à 360°
Jeu	12/5	André Jean M	Besalu Dpt Pkg du pont	8 h 13 €	5 h 14 km	380 m ☆☆	Magnifique village médiéval sur la route d'Olot. Village de Beuda, cloître Sta Maria de Palera
Dim	15/5		FETE DE LA RANDO à SOREDE			Ouvert à tous niveaux	<i>Journée rando de la Fédération de randonnée Enregistrement sur place Affiche à venir et voir le site de la FFRP</i>
Mar	17/5	J. Paul	Escala/Cala Montgo Dpt du port	9 h 15 €	5 h 14 km	330 m	Du port de l'Escala, le long de la côte jusqu'à une tour puis la plage. Retour par une forêt puis la ville
Jeu	19/5	Michel Jean M André	Vallée de l'Ory Dpt Prat Ballaguer	9 h 14 €	5 h 10 km	700 m ☆☆	Depuis Aixeques jusqu'à l'estanyol le long de la Riberolle. <u>Attention:</u> Chemin d'accès en voiture assez accidenté
Dim	22/5	Christian Didier	Puig Sec Dpt Prats Mollo	7 h 10 €	7 h 15 km	1000 m ☆☆☆	Splendides points de vue depuis le Puig Sec - Retour par la tour de Mir

Date		Anima-teurs	Descriptifs	Depart Tarif	Durée Distan- c	Dénive Niveau	Intérêts et difficultés
Mar	24/5	Michel Jean M André	Villeneuve Raho Dpt point Barbecue lac	9 h 2 €	3 h 12 km	100 m ★	RANDO BARBECUE Informations complémentaires suivront
Jeu	26/5	Jean	Jujols Dpt du village	9 h 12 €	4 h 10 km	450 m ★★	Rando dans la réserve naturelle de Jujols en face du massif du Canigou jusqu'au hameau de Flassa
Dim	29/5	Gisèle Guy	Tour du fort Béar Dpt Paulilles	8 h 4 €	5 h 12 km	540 m ★★	Cosprons, Port-Vendres, Cap Béar. Nombreux petits coins sympas, vignoble, hameau, points de vue sur Port-Vendre
Mar	31/5	André Jean M Michel	Le Mondony Dpt Marché d'Amélie	9 h 6 €	3 h 30 10 km	350 m ★	Les gorges du Mondoni, piscines naturelles
Jeu	2/6	André Jean M Michel	St Quirz de Colera Dpt col de Banyuls	9 h 5 €	5 h 13 km	600 m ★★	Depuis le col de Banyuls au col d'el Torn puis descente sur le monastère. Beau site
Dim	5/6	Stephane	El Campots Dpt Conat	8 h 10 €	6 h 30 12 km	450 m ★★	Rivière à truites Quelques passages techniques
Mar	7/6	Claude V	FITOU Dpt du vilage	9 h 7 €	3 h 40 11 km	200 m ★	Ballade sous les éoliennes et dans les buis, romarin et chênes
Jeu	9/6	Claude V	Opoul Dpt village	9 h 6 €	6 h 16 km	530 m ★★	Chapelle santa Barbara, grotte de la Caune et le village de Périllos
Dim	12/6	Gisèle Guy	ELECTIONS Député Formentera Dpt Montbolo	9 h 7 €	4 h 30 12 km	580 m ★★	La crête de Formentera avec vues sur Aspres, Vallespir et Canigou. Élément clé du transport de minerai de fer
Mar	14/6	SCR Bureau Jean O	RANDO de NUIT Chapelle St Féréol Dpt Aubiry	19 h 6 €	3 h 8 km	250 m ★	Du château d'Aubiry à la chapelle St Feréol où se fera le casse croute dans un beau cadre, (accessible aux voitures) Retour avec les lampes par une crête puis un vallon. <i>Boissons et apéros fourni par le club</i>
Jeu	16/6	J. Paul	Cala Prona Dpt Puig d'en Benet	8 h 15 €	6 h 17 km	500 m ★★	Dans le parc du Cap Creus. Rando sauvage le long de la côte au travers du cap
Dim	19/6	Stephane	ELECTIONS Député Pla de Gril Dpt de Sansa	9 h 15 €	5 h 14 km	600 m ★★	Orry de l'oratori et de M. Hullo. Pont mégalithique, cortal, refuge pla de gril et Estanyols
Mar	21/6	Michel Jean M André	Pont de Reynes Dpt Pont de Reynes	9 h 6 €	4 h 13 km	350 m ★★	Panorama sur la vallée du Tech, sur Céret et Reynes, Cascade
Jeu	23/6	Michel Eric	Le Saillfort Dpt du col de Serra	9 h 5 €	6 h 17 km	650 m ★★★	Montée au pic du Saillfort par le GR 10. Le chemin de l'eau (qui alimentait les bateaux de Port Vendres en eau). Au retour, passage par souterrain, prévoir lampe frontale.
Dim	26/6	Gisèle Guy	Le Conflent (mines) Dpt de Sahorre	8 h 11 €	6 h 14 km	660 m ★★	Sahorre, Thorent et son chateau, Aytua. La vallée de la Rotja et découverte de la vie du bassin minier
Mar	28/6	Eric Jean	Plateau de Leucate Dpt du Phare	9 h 5 €	4 h 9 km	250 m ★	Les paysages du plateau et de la falaise. Déjeuner tiré du sac sur la plage de la Franqui
Jeu	30/6	Claude V	Tour de Madeloc Dpt Collioure	9 h 3 €	5 h 17 km	700 m ★★	La tour de Madeloc depuis Collioure, par ND de Consolation et le col de Mollo

INSCRIPTION IMPERATIVE auprès de l'animateur 1/4 heure AVANT le DEPART

Durant la période COVID : DISTANCIATION PHYSIQUE - COVOITURAGE AVEC MASQUE

INFORMATIONS - 5 niveaux de randonnées sont proposés

**IMPORTANT - Il appartient à chaque randonneur de se positionner en fonction de ses possibilités et capacités
Il y va de la sécurité de la randonnée et de son bon déroulement**

Le MARDI: 1/2 journée et journée: Randonnée d'entretien de 2 à 5 heures sur 10 à 15 km et un dénivelé de 200 à 500 m.

Le MERCREDI après-midi: La "RANDOS SANTE" s'adresse exclusivement à des personnes aux capacités physiques diminuées mais ne nécessitant pas de tierce personne ou d'équipement particulier. CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE

Le JEUDI 1/2 journée: Rythme soutenu de 3 ou 4 heures sur 8 à 12 km et un dénivelé de 300 à 500 m.

Le JEUDI journée: Randos sur un rythme soutenu durant 4 à 6 heures sur 8 à 15 km et un dénivelé de 300 à 700 m.

Le DIMANCHE journée: Randos de 15 à 20 km et de 500 à 1200 m de dénivelé. Nécessite une certaine habitude de la rando.