



Le marcheur de Giacometti

RTI-S Rando, Trek, Itinérance en Salanque



Commune de Sainte Marie la Mer

Notre association a pour but le développement de la randonnée pédestre. Notre objectif est la pratique en milieu montagnard, en toutes saisons, sans techniques liées à l'alpinisme.

Nos activités se poursuivent tout au long de l'année, à la journée ou sur plusieurs jours. Des séjours en itinérance ou en étoile sont régulièrement proposés.

Les personnes désirant faire connaissance avec notre association peuvent effectuer une sortie d'essai, sans engagement.

COTATION DES ACTIVITES :

F (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche

M (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

S (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

S+ (Sportive+) : + de 1200m de dénivelé, + de 6h30 de marche

T (Technique) : technicité précisée sur le programme

SEJOURS PROPOSES :

2° Trimestre :

- Du 10 au 13 mai : Travertet - Rupit Cantonigros. En demi-pension ou pension complète. Tous renseignements auprès de Michel. Inscription obligatoire avant le **20 mars**
- 9 & 10 juin : Haut Languedoc. En demi-pension. Coût environ 45€ hors frais de route. Réservation avant le 1 mai. Chèque d'arrhes de 15€ à l'ordre de RTIS. Animateur : Patrick

3° Trimestre :

- 4 & 5 juillet : Pic des 7 Hommes et Puig Roja. Gîte en demi-pension. Coût environ 45€ hors frais de route. Réservation avant le 15 mai. Chèque d'arrhes de 15€ à l'ordre de RTIS. Animateur : Patrick.
- 21 & 22 juillet : Tres Vents et Pic Gallinasse. Gîte à Batère en demi-pension. env. 48€. Réservation avant le 15 mai. Chèque d'arrhes de 15€ à l'ordre de RTIS. Animateur Patrick
- Des séjours itinérants avec bivouac pourront être proposés sur le prochain programme.

Nous conseillons fortement aux personnes désireuses de participer à une activité de s'inscrire au plus tard la veille de celle-ci, soit auprès de l'animateur du jour, soit auprès du Président. Pour des raisons de sécurité, ceci devient une obligation pour les activités en haute montagne.

Notre association est affiliée à la Fédération de la Randonnée Pédestre.



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
Mois d' AVRIL								
Dimanche 01-avr	Pédestre M	4h 700m	Patrick	Autour de Corbère	Corbère Aspres	40 km 40 mn	Circuit familial à la rencontre de vestiges historiques : château, dolmens, ermitage St Maurice...	8h
jeudi 05-avr	Pédestre S+	6h30 1200m	Michel	Maison forestière d'Argudell	Thués/Valls Conflent	1h17 79km	rando sportive en dehors des sentiers battus ou balisés dans la forêt domaniale de Thuès	7h
Jeudi 12-avr	Pédestre M	3h30 523m	Daniel	Boucle Ayguatébia-Talau	Ayguatébia Conflent	1h32 88km	Belle balade familiale avec des vues superbes sur la Garrotxa française	7h
Dimanche 15-avr	Pédestre S	6h 1000m	A-Marie	Pic de Tour	Urbanya Conflent	75 1h20		8h
Jeudi 19-avr	Pédestre S	6h30 1200m	Patrick	Roc Colom (2507m)	Mantet Conflent	90 1h30	Ce circuit, au départ de Mantet, permet de "faire" le premier "2500 frontalier" depuis la Méditerranée.	7h
Dimanche 22-avr	Pédestre M	4h30 600m	Michel	Balcons de Taurinya	Taurinya Conflent	1h 61km	Sur les traces des vestiges ruinés des mines de Taurinya- la Tour de Cors	8h
Jeudi 26-avr								
Dimanche 29-avr	Pédestre M	4h 250m	Michel	FÊTE DE LA RANDO	Vinça Conflent	50mn 47km	Rando pour tous, 19ème fête départ de la randonnée	7 ou 8h

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ par kilomètre voiture

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs :

Anne-Marie Humbert	☎ : 04 68 92 66 10	06 38 51 90 99
Daniel Bénitière	☎ : 04 68 28 33 98	06 13 15 06 99
Michel Prim	☎ : 04 68 80 65 90	06 18 65 91 73
Patrick Masselot	☎ : 04 34 52 02 73	06 36 04 59 76



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
Mois de MAI								
Mardi 01-mai								
Jeudi 03-mai	Pédestre S	5h30 900m	Patrick	Le Prieuré de Serrabonne	Boule d'A Aspres	60 1h	Quelques oratoires, un sentier de chasseurs... Point de vue magnifique avant de plonger vers le Prieuré	8h
Dimanche 06-mai	Pédestre S	4h30 1000m	Patrick	La Serre d'Escales	Mosset Conflent	70 1h10	Une petite course (aller-retour) pour se mettre en jambes. Chaos granitique en chemin et vues superbes.	9h
Mardi 08-mai								
Jeu 10 au Dim. 13 mai	Pédestre séjour	Progr. Supp.	Michel	Tavertet- Rupit.Cantonigros	Tavertet Gsona	160 2h30	4 jours dans les Cingles du Collsacabra et autour del Panta de Sau.Inscrip.et réserv. Obligatoires	6h
Jeudi 17-mai	Pédestre S	5h45 1000m	Patrick	Les Mattes rouges	Py Conflent	80 1h20	Entre Cadì et Rotja, cette rando nous fait découvrir la très grande variété végétale du massif du Canigò.	
Dimanche 20-mai	Pédestre M	5h30 532m	Michel	Boadella les Escaules	Boadella Ampourdan	70 1h	randonnée dépaysante autour du barrage de Boadella et sur la ripsyline de la Mnça	8h
Jeudi 24-mai	Pédestre M	5h 700m	Daniel	Pics de Ourtiset et Bentaillole	Tourrugue Donnezan	100 1h45	Deux belvédaires superbes sur la haute vallée de l'Aude+ "Pastoralisme	8h
Dimanche 27-mai								
jeudi 31-mai	Pédestre S	6h 966m	Michel	Le Mont Major	Oix Garrotxa	110 1h30	Boucle autour et sur le Mont major avec en prime les Gorges de Bodelquer	7h

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ par kilomètre voiture

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs : Anne-Marie Humbert ☎ : 04 68 92 66 10 06 38 51 90 99
Daniel Bénitière ☎ : 04 68 28 33 98 06 13 15 06 99
Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73
Patrick Masselot ☎ : 04 34 52 02 73 06 36 04 59 76



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
Mois de JUIN								
Dimanche 03-juin								
Jeudi 07-juin	Pédestre S	6h 1150m	Michel	Etang Balbonne+Camisette	La restanque Donnezan	100 1h50	Zone lacustre sauvage et peu fréquentée. Superbes lacs-belvédère	7h
Sam. 9 Dim. 10	Pédestre M	Séjour	Patrick	Haut Languedoc	Prémian Somail	155 2h30	L'un des plus beaux sentiers que je connaisse : le saut de Vezolles. En chemin, découverte de Minerves. <u>Réservation avant le 1 mai</u> . Gestion libre, env. 45€. Arrhes 15€ par chèque. Limité à 10 personnes	8h
jeudi 14-juin	Pédestre S+	6h30 1377m	Michel	Puig de la Cometa d'Espagne	Les Angles Capcir	106 1h50	Une belle montée dans des paysages lacustres et un final sur les sommets arides et rocailloux	7h
Dimanche 17-juin	Pédestre Thème M	6h	Patrick	Fleurs de Montagne	Eyne Cerdagne		La vallée d'Eyne est célèbre pour sa flore exceptionnelle. Appareils photos et guide des plantes obligatoires	7h
Jeudi 21-juin			?	Trobada du Canigou				
Samedi 23-juin			Michel	Voir pour la flamme			retour de la flamme du Canigou.....	
Dimanche 24-juin	Pédestre S+ / T	7h30 1314m	Michel	puig de Raco gros, petit Manoliet	Ull de ter Ampourdan	130 2h30	dans la haute vallée de la Carança, parcours aérien aux points de vue extraordinaires	6h
Jeudi 28-juin	Pédestre S+	6h 1300	Patrick	Tour du Cadi	Casteil Conflent	70 1h15	Un aperçu du relief complexe du Massif du Canigou, tout en bénéficiant de vues splendides.	7h30

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ par kilomètre voiture

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs :

Anne-Marie Humbert	☎ : 04 68 92 66 10	06 38 51 90 99
Daniel Bénitière	☎ : 04 68 28 33 98	06 13 15 06 99
Michel Prim	☎ : 04 68 80 65 90	06 18 65 91 73
Patrick Masselot	☎ : 04 34 52 02 73	06 36 04 59 76

L'association est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Ses animateurs participent à l'entretien et au balisage des itinéraires.