



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.

Nous proposons très régulièrement des randonnées abordables par tous afin de permettre un entraînement progressif vers des activités de haut niveau.

Notre champ d'action, orienté naturellement vers les Pyrénées franco-espagnoles, peut s'étendre à d'autres régions montagneuses.

SEJOURS PROPOSES :

1° Trimestre :

Samedi 05 et dimanche 6 février. Initiation à la raquette à neige en Cerdagne. Séjour en gestion libre. Environ 25€ par personne, hors frais de covoiturage. Hébergement limité à 10 personnes. Inscription avant le 25 décembre, arrhes de 10€ par chèque au nom de l'association.

2° Trimestre :

Samedi 23, dimanche 24 et lundi 25 avril (Pâques) : Découverte du Plateau du Larzac. Séjour en ½ pension en Gîte à Lodève. Détails non fixés à ce jour, communiqués début janvier sur demande.

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

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 règle 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 de Janvier 2011

Jeudi 06-janv	Pédestre S	5h30 1200 m	Patrick	Le Néulos	Laroque des A. Albères	32 0h35	En aller-retour. Une belle course, histoire d'évacuer les excès des fêtes	7h30
Dimanche 09-janv	Pédestre M	4h 650 m	Patrick	Sous le Pic de Bau	Eus Conflent	55 1h	Village et château médiévaux, hameau de pierres sèches, chaos gréseux, chapelle étrange sont au rendez-vous	8h
Jeudi 13-janv	Pédestre S	5h 900 m	Anne - Marie	Le col des Quarante Croix	Mosset Conflent	70 1h15	Région insolite où l'on peut observer de remarquables chaos granitiques, et admirer le Canigou enneigé.	8h
Dimanche 16-janv	Raquettes M	4h 400 m	Patrick	Le col de Mantet	Mantet Conflent	80 1h30	Journée initiation à la pratique de la raquette à neige. Réserver la location dans les magasins de sport	7h30
Jeudi 20-janv								
Dimanche 23-janv	Raquettes S	7h 1500 m	Michel	Le col Mitja(2367m)Pic de Gallinas(2624m)	Prats-Balaguer Conflent	80 1h30	Rando Raquette vers le plus beau col des Pyrénées.Sommet Exceptionnel sous la neige	7h
Jeudi 27-janv	Raquettes M	4h 600 m	Patrick	Le Dormidou	Col de Jau Conflent	80 1H30	Journée initiation à la pratique de la raquette à neige. Réserver la location dans les magasins de sport	7h30
Dimanche 30-janv	Pédestre M	4h30 750 m	Anne - Marie	Le Prieuré de Serrabonne	Boule d'Amt Conflent	55 1h	En plein cœur des Aspres, au dessus des gorges du Boulès, l'art roman est au rendez-vous avec le néolithique.	8h

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,20€ 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 humbert-am@wanadoo.fr
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 michelprim@orange.fr
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 patrickmasselot@yahoo.fr

Cotation : **F** (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche **S** (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche
M (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche **S+** (Sportive+) : + de 1200m de dénivelé, + de 6h30 de marche
T (Technique) : technicité précisée sur le programme)



Le marcheur de Giacometti

Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
------	-------------------	-------------------	-----------	--------------	----------------	-------------------	-------------	--------

Mois de Février 2011

Jeudi 03-févr	Pédestre S	5h30 900m	Michel	Les Mines oubliées	Padern Aude	54 1h	Circuit en balcon sur les méandres du Torgan et visite des sites miniers du Tistoulet et d'Anglades	8h
Week-End 05 et 06 Février	Raquettes M	suitant niveau	Patrick	Plateau de Béna. Vallée de Font Vive	Enveigt Cerdagne	120 2h30	Parcours d'initiation (lieux suivant enneigement). Nuit en gîte et gestion libre (environ 25€). Réservation avant le 25/12/2010 par chèque (10€) à l'ordre RTI-S	Sam. 8h
Jeudi 10-févr	Pédestre M	5h 600 m	Anne-Marie	Les Gorges de Galamus	Galamus Fenouillèdes	65 1h10	Ce remarquable circuit visite une très belle région et offre des vues splendides par temps clair.	8h
Dimanche 13-févr	Pédestre M	4h30 490 m	Patrick	Les bornes de Roquefort	Roquefort des Corbières	40 0h40	4 bornes romaines égarées là, loin de leur voie d'origine. L'occasion d'admirer la superbe falaise de Rochefort.	8h
Jeudi 17-févr	Pédestre F	3h 300	Michel	Vadrouille autour d'Auriac	Auriac Aude	80 1h30	Vestiges du vieux Château et de la ferme de l'Auradiou	8h
Dimanche 20-févr	Pédestre M	6h 700 m	Michel	Autour de St Pere de Rhodes	La Pallera Ampourdan	98 1h30	Rando de Caractère dans un site prestigieux découverte du Monastère et des Mégalithes (7 Dolmens).	8h
Jeudi 24-févr	Pédestre S	7h 1100 m	Patrick	Le Pic de Sailfort	Banyuls Roussillon	40 45	Ultime sommet avant la méditerranée, c'est une très belle excursion.	8h
Dimanche 27-févr	Pédestre M	5h 450 m	Patrick	La Côte Vermeille	Banyuls Roussillon	40 45	Avant de parcourir la côte déchiquetée, le passage au Pic Joan permet une vision féérique des lieux.	8h

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,20€ 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 humbert-am@wanadoo.fr
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 michelprim@orange.fr
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 patrickmasselot@yahoo.fr

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

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

T (Technique) : technicité précisée sur le programme)

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

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

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



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
------	----------------	----------------	-----------	--------------	-------------	----------------	-------------	--------

Mois de Mars 2011

Jeudi 03-mars	Pédestre S	7h 1100m	Michel	La Mare de Deu del Mont	Beuda Alta Garrotxa	105 1h30	1 monastère perdu, 5 chapelles romanes, ravins et falaises sur les traces de Jacint Verdaguer et de Tallafero	8h
Dimanche 06-mars	Pédestre M	5h 600 m	Patrick	Le Montoullié-de-Périllou	Opoul Roussillon	30 30	Peu de montagnards connaissent ce sommet le plus septentrional du département, qui offre des vues splendides.	8h
Jeudi 10-mars	Pédestre M	6h 700 m	Patrick	Le Circuit de Sournia	Sournia Fenouillèdes	60 1h05	Cet agréable circuit présente deux aspects bien différents : crêtes aux vues remarquables et chaos granitiques typiques	8h
Dimanche 13-mars	Pédestre S	6h30 1100	Michel	La Colometa	Lamanère Vallespir	80 1h15	Jolie Vierge noire en bois poly chrome des siècles anciens	8h
Jeudi 17-mars	Pédestre S+	8h 1100 m	Patrick	Serre d'Escales et col de Jau	Mosset Conflent	70 1h15	Ce long parcours en boucle permet de contempler le massif du Canigou.	7h30
Dimanche 20-mars	Pédestre M	4h 600m	Michel	Un village fantôme : En	Thuès-les-B. Conflent	80 1h15	En village abandonné et des villages méconnus du Haut-Conflent Nyer, Marians, Souanyas.	8h
Jeudi 24-mars	Pédestre F	4h 450	Michel	les 4 Châteaux de Lastours	Lastours Aude	110 1h30	Cabaret, Tour Régine, Fleur-Espine, Quertineux, sentinelles fantomatique sur l'Orbieu	8h
Dimanche 27-mars	Pédestre S	6h 1000 m	Patrick	Circuit du Coronat	Joncet Conflent	70 1h10	Une modeste montagne qui offre de splendides perspectives sur le Canigou. Train jaune Villefranche-Joncet	7h30

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,20€ 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 humbert-am@wanadoo.fr
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 michelprim@orange.fr
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 patrickmasselot@yahoo.fr

Cotation : **F** (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche **S** (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche
M (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche **S+** (Sportive+) : + de 1200m de dénivelé, + de 6h30 de marche
T (Technique) : technicité précisée sur le programme)

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