



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.

Au cours du trimestre, les activités de raquettes à neige comprendront plusieurs niveaux, de l'initiation aux randos engagées en fonction du niveau des participants. Le programme peut connaître des modifications en raison des conditions météo ou d'enneigement.

SEJOURS PROPOSES :

1° Trimestre :

Jeudi 12 au dimanche 15 janvier :

Si certaines personnes désirent faire des raquettes du jeudi 12 au dimanche 15 janvier, Anne-Marie peut proposer :

vendredi 13 : raquette col de la Llose et refuge du col del Torn, durée 4 h, dénivelé 150 m.

samedi 14 : raquette Pla des Aveillans, Les Bouillouses, durée 4 h, dénivelé 400 m.

dimanche 15 : raquette Col de Creu, Col de Sansa, refuge les Estagnols, durée 3 h, dénivelé 200 m.

Possibilité hébergement à Matemale, centre de la prairie, tarifs 48 euros en pension complète (ou panier repas), tarif demi pension 45 euros (vin compris) (prix approximatifs) couchage en chambre de 2 à 4 personnes, douche/wc

Mercredi 8 et jeudi 9 février :

Raquettes à neige en Cerdagne. En étoile. Niveau adapté aux participants. Séjour en demi-pension.

Au gîte d'Enveigt. Environ 43€ par personne, hors frais de covoiturage. Hébergement **limité à 10 personnes**. Inscription avant le 10 janvier 2012, arrhes de 15€ par chèque au nom de l'association. Il conviendra de prévoir les pique-niques de mercredi et jeudi midi.

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 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 de JANVIER

Jeudi 05-janv	Raquettes M	4h 300m	Anne-Marie	Balcère - Iglésiettes	Les Angles Capcir	105 1h45	Lac de Balcère et découverte des origines du village des Angles. Inscription obligatoire minimum 48 h à l'avance	7h30
Dimanche 08-janv	Pédestre M	5h30 800m	Michel	Serre des Aiguilles château de Puilaurens	Puilaurens Aude	73 1h13	ballade forestière, remarquables , citadelle du vertige	8h
Jeudi 12-janv	Raquettes M	4h30 500m	Anne-Marie	Lac d'Aude	Les Angles Capcir	105 1h45	Découverte de la source de l'Aude. Inscription obligatoire minimum 48 h à l'avance	7h30
Dimanche 15-janv	Raquettes M	4h30 400	Anne-Marie	Lac et refuge de la Balmette	Les Angles Capcir	105 1h45	Panorama sur les Pérics. Inscription obligatoire minimum 48 h à l'avance	7h30
Jeudi 19-janv	Pédestre M	4h30 700m	Patrick	Pla de Vallenso	Catllar Conflent	60 1h	Joli parcours ensolleillé (si le temps le permet) entre Catllar et Llugols, entre la Castellana et el Callau	8h
Dimanche 22-janv	Pédestre M	4h30 630m	Michel	Les Roches Gravées de Llugols	Conat Conflent	50 45mn	Pastoralisme, hameaux ruinés, chapelle insolite et Cami Ramader caladé	8h
Jeudi 24-janv	Pédestre S	6h 1000m	Patrick	Pic de Bau	Eus Conflent	55 55 mn	Par le chemin d'Arboussols, parcours par les crêtes surplombant la moyenne vallée de la Têt.	8h
Dimanche 29-janv	Pédestre F	3h30 400m	Michel	Le Sentier Géologique de Taïchac	St Martin Fenouillèdes	60 1h	Joli sentier de découverte et d'initiation à la Géologie. Très beaux points de vue sur la vallée du Fenouillèdes	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 34 52 02 73	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



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

Mois de FEVRIER

jeudi 02-févr	Pédestre M	4h30 720m	Michel	Forêt de Boucheville	Gincla Fenouillèdes	78 1h20	Une des plus belles et grandes forêts de l'Aude	8h
Dimanche 05-févr	Pédestre F	4h 400m	Michel	Ermitage de Consolation	Collioure Albères	40 40 mn	Ballade côtière au charme méditerranéen	8h
Mercredi & Jeudi 8&9 Fév.	Raquettes Séjour S	2 jours	Patrick	Parcours en Cerdagne	Enveitg Cerdagne	160 2h30	En étoile, parcours dans les hautes vallées enneigées. En 1/2 pension. 42 €. Réservation avant le 10/1/2012 avec chèque de 15 € à l'ordre de RTIS. Prévoir pique-niques midis	7h
Dimanche 12-févr	Pédestre M	5h30 800m	Michel	château de Requesen, Veinat, four à chaux	Col de Medas Albères	60 1h	Vestiges du superbe château, four à chaux. Exploitation du bois de scierie, place charbonnière	8h
Jeudi 16-févr	Pédestre M+	7 1250m	MICHEL	Embardissada Beget	Beget Garrotxes	117km 2h15	Itinéraire proposé par le célèbre club Olotin lors des traditionnelles Embardissades	7h30
Dimanche 19-févr	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
Jeudi 23-févr	Pédestre S	5h30 900m	Michel	St Génis, St Marti, St Miquel	Espolla Empourdan	40 45 mn	L'Ampourdan sauvage et secret pastoralisme et Art Roman	8h
Dimanche 26-févr	Pédestre M	5h 600 m	Patrick	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

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 34 52 02 73 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

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)

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



Le marcheur de Giacometti

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

Mois de MARS

Jeudi 01-mars	Pédestre S	6h30 1250m	Michel	Ste Colombe, Dourmidou	Ste Colombe Aude	87 1h30	Pays de transhumance, d'Estives ,de Pastoralisme	8h
Dimanche 04-mars	Raquettes F	4h 450m	Michel	du Col de la Llosa au col Del Torn	la Llagone Capcir	96km 1h30	sentier facile d'initiation à la raquette à neige	8h
Jeudi 08-mars	Pédestre S	6h30 950m	Michel	Sadernes	St Aniol Garrotxa	113 1h34	La Garrotxa sauvage et sportive, paysages à couper le souffle!!!!!!	8h
Dimanche 11-mars	Pédestre M	4h30 520 m	Patrick	Réserve naturelle de Jujols	Jujols Conflens	80 1h20	Le versant exposé au sud déroule une riche végétation de la forêt méditerranéenne à l'étage montagnard.	8h
Jeudi 15-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 18-mars	Pédestre F	3h 360m	Michel	Taïchac. Sentier géologique.	St Martin Fenouillèdes	60 1h	Sentier à vocation géologique patrimonial (viticole), belvédères remarquables et découverte.	8h
Dimanche 22-mars	Pédestre S	6h30 1000m	MICHEL	St Llorenç de Sous à Albanya	Benda Alta Garrotxa	100km 1h30	Magnifique Monastère roman catalan, St André de Lliurona,El Mont qui inspira à Jacint Verdaguer son poème "Canigo"	7h30
Dimanche 25-mars	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
Jeudi 29-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 34 52 02 73 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.