

RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	JANVIER	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet	description	départ
2		cotation	dénivelé							
3	dimanche	Pédestre								
4	3									
5	jeudi	Pédestre	04:00	Michel	Salses le Château	Salses le Château	IGN	30km	Balade sur le Theme des Bornes Geodesiques: Terme Boreal et Terme Austral	9:00
6	7	F	20m			CC Corbieres	2548 OT	0h30		
7	dimanche	Pédestre	04:00	Michel	St Jaume de Calahons depuis Catllar	Catllar	IGN	57km	une belle Chapelle- Ermitage à découvrir par de jolis sentiers de traginers	09:00
8	10	F	350m			CC. Conflent-Canigo	2348ET	0h50		
9	jeudi	Pédestre	04h30	Michel André	La Serre de Roquefort des Corbières	Roque des corbières	IGN	40km	Chapelle Grotte pastorale Bornes militaires Moulins a découvrir	8:00
10	14	M	530m			Aude	2547 OT	0h50		
11	dimanche	Pédestre	06:00	Michel	La Boucle des Taixous	Feilluns	IGN	65km	Un sentier bichonné par une association locale de sauvegarde du patrimoine culturel local	8:00
12	17	M	780m			CC.Agly- Fenolledes	2348ET	01h17		
13	jeudi	Pédestre	04:00	Michel André	Laroque les Albères-Montesquieu	Laroque	IGN	50km	En passant devant le prieuré de Santa Maria del vilar visite du jardin botanique de Montesquieu	8:00
14	21	M	400m			CC Alberes	2549 OT	0h45		
15	dimanche	Pédestre	04h00	Michel André	Castelnou-Camélas-Roc Majorque	Castelnou	IGN	30 Km	Découverte du petit village de Camélas et du prieuré du Roc Majorque	8:00
16	24	F	330m			Aspres	2448 OT	30mn		
17	jeudi	Pédestre	05:00	Michel	les mines du Sarrat de Germa	Montgaillard	IGN	62km	un exemple remarquable du patrimoine minier Audois	9:00 du stade
18	28	M	620m			vallée du Torgan- Aude	2447 OT	01h15		
19	dimanche	Pédestre	04h30	Michel	le moulin de Ribaute	Duilhac	IGN	50km	Escapade rafraichissante vers les ruines du vieux moulin	8:00
20	31	F	400m			Aude	2548 OT	01h05		
21	samedi		MARCHE RAPIDE	Pascale	autour de Sainte Marie	départ camping municipal			09:00	
22										
23										
24										

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

rendez vous Randonnée : parking école maternelle à Ste Marie
co-voiturage : 0,25 € au prorata du nombre d'adhérents présents
l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

Michel : 0468806590 - 0618659173
 Michel- André : 0749028282 - 0628328435
 Pascale : 0646355354
 Josette BAYLE : 0624154273

RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
25	FEVRIER	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet	description	départ
26		cotation	dénivelé							
27	jeudi	Pédestre								
28	4									
29	dimanche	Pédestre	03:30	Michel	La grande Arche de Maury depuis le col de Maury	Col de Maury- D 19 fenolledes	IGN 2448 OT	58km 01h10	Une curiosité géologique résultat de l'érosion capricieuse du Karst du synclinal	9:00
30	7	M	150m							
31	jeudi	Pédestre	05:00	Michel André	Roc de Frausa-Pic des salines	Céret Vallespir	IGN 2449 OT	65km 01h10	Ballade sur le chemin des trabaycaires	08:00
32	11	M	500m							
33	dimanche	Pédestre	05:30	Michel	Petite vadrouille à Albières en compagnie de l'écureuil	Albières Aude	IGN N° 2447 OT	89km 01h50	Le Col et Lac du Paradis, la source de l'Orbieu	8:00
34	14	M	740m							
35	jeudi	Pédestre	04h30	Michel André	Corneilla la rivière-les campeils	Corneilla CC roussillon Conflent	IGN 2448 OT	30km 30mn	Autour de la chapelle de Força réal	08:00:00
36	18	M	580 m							
37	dimanche	Pédestre	6h00	Michel André	Cucugnan- Padern- Quéribus	Padern Cc salanque Corbières	IGN 2447 OT	52km 60mn	Belle promenade sur le sentier cathare	8:00
38	21	S	900m							
39	jeudi	Pédestre	03:30	Michel	Tour du Milobre de Massac- Aude	Col de la Redoulade Forêt de l'Orme mort	IGN N°2447 OT	74km 01h23	Découverte d'un sommet modeste et méconnu dans la Forêt Domaniale de l Orme mort	9:00 du stade
40	25	F	340m							
41	dimanche	Pédestre	05H00	Michel André	Baillestavy-collada del Teixo-cortal Rastilla	Vallée de la Lentilla CC Conflent canigou	IGN 2349 ET	55km 60mn	Belle balade dans la vallée de la Têt	8:00
42	28	M	750m							
43		Pédestre								
44										
45										
46	samedi		MARCHE RAPIDE	Pascale		autour de Sainte Marie			Départ camping municipal	09:00
47										
48										

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

rendez vous Randonnée :
parking école maternelle à Ste Marie

co-voiturage : 0,25 €
au prorata du nombre d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille
de votre participation

Michel : 0468806590 - 0618659173
Michel- André : 0749028282 - 0628328435
Pascale : 0646355354
Josette BAYLE : 0624154273

RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
49	MARS	Genre	durée		Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
50		cotation	dénivelé							
51		jeudi	Pédestre	02h45						
52	4	F	180m	André	Château Aubiry (job)	Vallespir	2549 OT	55mn	Céretane	stade
53	dimanche	Pédestre	04h00	Michel	Lansac la Tour le Roc les Carrieres et la légende du village trahi par le coq	Lansac Coop	IGN	53km	Un village au riche passé historique et patrimonial enjolivé par la légende du chant du Coq	9:00
54	7	F	346m			CC Agly- Fenolledes	2348OT	01h00		
55	jeudi	Pédestre	03h30	Michel	les rocs nègres de Paziols	Paziols	IGN	54km	Dépaysement assuré avec son point de vue	9:00 du
56	11	F	340m			Corbieres	2447 OT	01h00		
57	dimanche	Pédestre	05h30	Pascale	La Capoulade Ile St Martin, les salins, Tour Barberousse	Gruissan	IGN	83km	le Tour de l'Etang de Gruissan , l'étang du Grazel, les salins, ile St Martin	9:00
58	14	M	130m			Aude	2546 OT	01h00		
59										
60	jeudi	Pédestre	04h30	Michel	le GR 92 ou E12	Portus Veneris	IGN	37km	Le sentier du littoral les redoutes militaires	9:00 du
61	18	M	500m			CC des Alberes Cote	2549OT	0h40		
62	dimanche	Pédestre	04h30	Michel	les gorges de Saint Jaume	St jaume	IGN	60km	des gorges surprenantes et rafraichissantes avec des parois en surplomb	08:00
63	21	F	370m			Fenouillèdes	2548 OT	55mn		
64	jeudi		5h30	Pascale	Les carrières, les redoutes militaires autour des Ambouillas	villefranche de Conflent	IGN	65km	des mines et des carrières des fortifications militaires et belvédère magnifique	8:00
65	25	M	789m			CC Conflent -Canigo	2349 ET	01h00		
66	dimanche	S	06h30	Michel	Vernet- découverte du village intime de ses racines	Vernet les Bains	IGN	69km	Station Thermale- piemont du Massif du Canigo-sites miniers et de traitement du minerai...etc	08:00
67	28	S	800m			CC Conflent -Canigo	2349ET	01h00		
68										
69										
70	samedi		MARCHE RAPIDE	Pascale	autour de Ste Marie	PASCALE NORMAND	ou	JOSETTE BAYLE	départ du camping municipal	9h

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

rendez vous Randonnée : parking école maternelle à Ste Marie
co-voiturage : 0,25 € au prorata du nombre d'adhérents présents
l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

Michel : 0468806590 - 0618659173
 Michel- André : 0749028282 - 0628328435
 Pascale : 0646355354
 Josette BAYLE : 0624154273