

Octobre 2019	Genre cotation	durée dénivelé	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
jeudi	Pédestre	03H30	Claude	La Combe Française	Salses	IGN	20km	Autour et au dessus de Salses et de sa forteresse	9:00 du stade
3	F	120M			Roussillon	2547 OT	25mn		
dimanche	Rando	2 parcours	Capitaine d'équipe	Rando-Challenge Départemental	Estagel	IGN	40 Km	Par équipes de 4 à 6 par équipes- inscriptions en ligne- inscriptions obligatoires	7:00
6	challenge	au choix			Fenouillèdes	2448 OT	0h45Mns		
jeudi	pédestre	5h	Jean Louis	De Leca à la Devesa	Leca (Corsavy)	IGN	63 Km	La vallée du Riuferrer et panorama sur le Haut-Vallespir	8:00
10	S	920m			Vallespir	2349 ET	1h06mn		
dimanche	Pédestre	04h30	Michel	Le Fajas d'en Baillette	le Vivier	IGN	60 km	Balade sylvestre dans la Forêt Domaniale du Vivier	8:00
13	M	600m			Fenouillèdes	2348 ET	1h15		
jeudi	pédestre	7h	Jean Louis	Baillestavy-Valmanya-El Prat Mitja	Baillestavy	IGN	59 km	Dans la Forêt Domaniale du Canigo, visite de lieux de pacages aujourd'hui abandonnés et panorama sur le Pic du Canigo	8:00
17	S	1051m			Conflent	2349ET	56mn		
dimanche	Pédestre	03h00	Michel	Le Pas de l'Escale et le Roc redou-300m	Cases de Pène	IGN	24 km	une chapelle, une géologie, un terroir ancestral	8:00
20	M	360m			Fenouillèdes	2548 OT	0h30		
jeudi	Pédestre	5h00	Jean Louis	Les Tours de Cabrenç	Serralongue	IGN	73km	Vue panoramique sur tout le territoire du "Sud-Canigo" (Haut-Vallespir)	8:00
24	S	700m			Vallespir	2349ET	1h16mn		
dimanche	Pédestre	3h00	Michel André	Autour de Santa Maria del Vilar	Villelongue dels Monts	IGN	33km	Dans un site montagneux et boisé une riche collection d'éléments archéologique et divers.	8:00
27	M	712 m			Albères	2549 OT	0h40		
jeudi	Pédestre	4h15	Michel André	du plateau à L' Etang de leucate	Leucate village	IGN	23km	itinéraire sans difficulté entre les falaises calcaires et les bordures de l' Etang.	8:00
31	M	182m			Corbières	2547OT	0h20		
les samedis			Christine	Marche Nordique	autour de Sainte Marie	Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage		09:00	

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



site internet	rtis.fr
contact	66470rtis@gmail.com
Michel Prim	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel Prim	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Michel André	
Christine	alvech@orange.fr - tel aux adhérents

Novembre 2019	Genre cotation	durée dénivelé	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
dimanche	Pédestre	06h00	Michel	Depuis le Mas Nou au Roc de Frausa	Reynès	IGN	47km	Un ancien sentier perdu, et réhabilité par une équipe de Dynamiques bénévoles	8:00
3	S	1430m			Bas Vallespir	2449 OT	0h50		
jeudi	pédestre	5h00	Jean Louis	La Tour de Batère et la Voie Romaine	Saint Marsal	IGN	62km	Le village de Saint Marsal, la Voie Romaine taillée dans le roc, la Tour de Batère et le point de vue depuis le Col de Porta	8:00
7	M	720m			Aspres	2449OT	1h06mn		
dimanche									
10									
jeudi	pédestre	5h00	Jean Louis	Le Col de Paracolls via la Chapelle Santa Engracia	Arles sur Tech	IGN	54 km	Magnifique chapelle restaurée et randonnée en sous-bois / Départ : 8H	8:00
14	M	685m			Vallespir	2449 OT	1h		
vendredi 15 novembre à 19h - Salle Marine - Assemblée Générale									
dimanche	Pédestre	4h30	Michel André	le plateau de la Tourèze	la Tour de France	IGN	37km	Un plateau karstique jadis pâture d'ovins et caprins aujourd'hui reconquis par la garrigue	8:00
17	M	425m			Fenouillèdes	2448 OT	0h40		
jeudi	Pédestre	04h00	Michel	La Vall d'Oriole(Chapelle) et le Genévrier millénaire	Opoul	IGN	27km	Depuis le Talweg et la Caune de la Nanteil (Opoul)	8:00
21	M	350m			Fenouillèdes	2547 OT	0h30		
dimanche	Pédestre	03h45	Claude	Le village de Les Cazes	Rodès	IGN	45km	Une balade patrimoine sur les hauteurs de rodès	9:00
24	F	370m			Conflent	2448 OT	0h50		
jeudi	Pédestre	6h30	Michel André	autour de la vallée du Caillan	Ria	IGN	60km	Ria et son ancienne butte castrale où flotte le fantôme de Guifred el Pelut	8:00
28	M	1090m			Conflent	2348 et 2349	0h55		
les samedis			Christine	Marche Nordique	autour de Sainte Marie	Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage			09:00

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

site internet	rtis.fr
contact	66470rtis@gmail.com
Michel Prim	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel Prim	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Michel André	
Christine	alvech@orange.fr - tel aux adhérents

Décembre 2019	Genre cotation	durée dénivelé	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
dimanche 1	Pédestre	04H00	Claude	Les salins de Sigean	Sigean	IGN	40km	Le sel au fil du temps , des Romains à nos jours	9:00 du stade
	F	127M			Aude	2546 OT	0h45		
jeudi 5	Pédestre	04h30	Michel	Col de Panissars et Fort de Bellegarde depuis el Mas del Forn de	Le Perthus	ICC	48km	l'adret ou versant sud des Albères depuis le Mas ruiné del Forn del Vidre jusqu'au Col Frontalier del Priorat	8:00
	M	481m			Alt Emporda	Topografic	0h45		
samedi					7 décembre - Balade autour de Ste Marie pour le Téléthon				
dimanche 8	Pédestre	4h45	Michel André	le sentier des pèlerins à Galamus	St Paul de fenouillet	IGN	51km	Sentier historique, assise de processions (17 janvier, lundi de pâques et pentecote)entre St Paul de F et l'ermitage St Antoine	8:00
	M	450m			fenouillèdes	2348 ET	0h55		
jeudi 12		5h30	Jean Louis	Col de Teixo et mines de fer de La Coume	Baillestavy	IGN	59km	Randonnée en sous-bois et belle vue sur le Massif du Canigo	8:00
	M	809m			Conflent	2349 ET	56mn		
vendredi	13-déc				Présentation du programme du 1er trimestre 2020				
dimanche 15	Pédestre	04H00	Claude	Le sentier de la garrigue de Caves	Caves	IGN	35km	Panorama unique sur la Méditerranée et les lagunes qui bordent l'étang	9:00
	F	220m			Aude	2547 OT	0h40		
jeudi 19	pédestre	5h30	Jean Louis	La grande boucle des Aspres	Thuir	IGN	28km	Une grande boucle d'environ 22km au cœur des Aspres sauvages, paradis de la garrigue ... Départ : 8h	8:00
	M	790m			Aspres	2448 ot	35mn		
dimanche 22									
jeudi 26									
dimanche 29									
les samedis			Christine		Marche Nordique	autour de Sainte Marie	Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage		

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

site internet	rtis.fr
contact	66470rtis@gmail.com
Michel Prim	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel Prim	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Michel André	
Christine	alvech@orange.fr - tel aux adhérents