

RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	OCTOBRE	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Régi+F1:H13on	Carte IGN	Trajet	description	départ
2		cotation	dénivelé							
3	jeudi	Pédestre	5h30	Michel	Le coffre de Pech Redon	la Ricardelle	2546	76km	L'Hospitalet- le Gouffre, la Vierge de Cruques et le chemin de la couleuvre	8:00
4	1	M	499m			Aude	OT	1h00		
5	dimanche	Pédestre	4h30	Pascale	randonnée en fenouillèdes	Planèzes	2448	45km	entre les belles chapelles romanes de Planèzes et Rasiguères, un terroir viticole authentique.	9:00
6	4	M	400m			Fenouillèdes	OT	0h40		
7	jeudi	Pédestre	3h30	Michel André	Ille sur Têt	Ille sur Têt	2448	50km	Autour du Pic Pédrus, une incursion en Ribéral	08:00
8	8	F	300m			Conflent	OT	0h40		
9	dimanche	Pédestre			RELACHE					
10	11									
11	jeudi	Pédestre	4h	Michel André	Les dolmens de st Michel de Llotes	St Michel de Llotes	2448	55km	Ballade dans un secteur sauvage avec des points de vue sur la plaine du Roussillon	8:00
12	15	M	550m			Aspres	OT	0h40		
13	dimanche				RANDO CHALLENGE				Equipes de RTI-S sur inscriptions uniquement	
14	18									
15	jeudi	Pédestre	5h00	Michel	La Serre de Vingrau	Vingrau	2547	31km	La serre des 20 marches, la trace originelle et la source du Roboul	8:00
16	22	M	620m			CU.Perpignan-Med	OT	0h32		
17	dimanche	Pédestre	4h30	Michel	Notre Dame de Consolation	Collioure	2549	32km	la découverte d'un joli petit ermitage, d'oratoires et des constructions défensives de la Côte Vermeille	8:00
18	25	M	680m			côte vermeille	OT	0h38		
19	jeudi	Pédestre	2h	Pascale	île aux oiseaux	Port Leucate	2547	18km	découverte d'une île secrète , lieu de nidification idéal pour les oiseaux marins.	9:00 du stade
20	29	F	0 m			Aude	OT	0h18		
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	NOVEMBRE	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet	description	départ
26		cotation	dénivelé							
27	dimanche	Pédestre	3h	Michel	Abbaye de St Martin de la Roca	Camélas	2448	45km	une superbe ballade bucolique au milieu des Aspres sauvages	8:00
28	1	M	300m	André		Aspres	OT	0h40		
29	jeudi	Pédestre	6h	Michel	La boucle de quéribus	Mas Janeill	2447	47km	itinéraire insolite et sportif par le Trou de l'ouille	8:00
30	5	S	620m			fenouillèdes	OT	0h50		
31	dimanche	Pédestre	4h	Pascale	Avencs et Karst	Pla de Perillos	2547	45km	entre le Planal du sorbier et le Serrat de la Murtra, découverte du mileu karstique et de ses avencs.	09:00
32	8	M	312m			Corbières	OT	0h55		
33	jeudi	Pédestre	4h	Michel	Laroque des albères	Laroque	2549	50km	Le Prieuré de santa Maria del vilar et la visite du jardin botanique de Montesquieu	8:00
34	12	M	400m	André		Albères	OT	0h45		
35	dimanche	Pédestre	6h	Michel	le châteu de Requesens	Pic Neulos	ICC	43km	depuis le Puits à neige, le château, le four à chaux, la place charbonnière et les collades del Parmal	08:00:00
36	15	S	850m			Albères	Albères	0h50		
37	jeudi				Relâche					
38	19									
39	dimanche	Pédestre	5h30	Michel	Serrat de Bougadé	Estagel	2448	40km	un ermitage, un four à chaux des belvédères, une richesse géologique, paysagère et fantasmagorique	08:00
40	22	S	800m			fenouillèdes	OT	0h40		
41	jeudi	Pédestre	6h	Michel	Roc frausa et Pic des Salines	Fonfrede	2449	70km	une ballade bien ombragée sur les chemins du GR 10	8:00
42	26	M	500m	André		Vallespir	OT	0h60		
43	dimanche	Pédestre	7km	Pascale	la réserve naturelle du mas Larrieu	Argelès	2549	26km	Réserve naturelle et ses richesses	09:00
44	29	M	10m			Côte vermeille	OT	0h31		
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	DECEMBRE	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
50		cotation	dénivelé							
51		jeudi	Pédestre							
52	3	M	60m	Michel	La Tour d'hortoux et le Montoulier	Côte radieuse	OT	oh15	itinéraire insolite et inhabituel pour faire le Montoulier	8:00
53	dimanche	Pédestre	6h							
54	6	S	790m	Michel André	boucle au dessus d'Amélie les Bains	Amélie	2449	70km	une boucle autour d'Amélie et sur les hauteurs environnantes	8:00
55	jeudi	Pédestre	4h35							
56	10	M	800m	Michel André	Autour de la serre d'Ansignan à St Arnac	Vallespir	OT	1h00	Une ballade permettant de découvrir l'aqueduc Romain du 3ème siècle	8:00
57	dimanche	Pédestre	4h							
58	13	M	700m	Michel André	Autour de la serre d'Ansignan à St Arnac	St Arnac	2448 OT	55km	Une ballade permettant de découvrir l'aqueduc Romain du 3ème siècle	8:00
59										
VENDREDI 18 DECEMBRE PRESENTATION du 1er TRIMESTRE 2021 à 18h30 (salle à définir)										
60	jeudi	Pédestre	4h	Michel	Autour du Roboul	Vespella	2547-48	25km	entre le serrat de l'Userda, le Correc de Matavert et la Coma del Llop	8:00
61	17	F	290m							
62	dimanche				BONNES FÊTES DE FIN D'ANNEE					
63	20									
64	jeudi									
65	24									
66	dimanche				REPRISE LE 2 JANVIER 2021					
67	27									
68	jeudi									
69	31			Pascale	autour de Ste Marie	PASCALE NORMAND	ou JOSETTE BAYLE	départ du camping municipal	9h	
70	samedi		MARCHE RAPIDE							

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