



Programme des randonnées Janvier 2026

Les départs des randonnées se font du Parking du Stade

DATE Type rando	CLASSE	ANIMATEUR(S)	HEURE DE DÉPART Parking du stade	HEURE ET LIEU DE DÉPART DE LA RANDONNÉE	PARCOURS ET DIFFICULTÉS SPECIFIQUES	TEMPS DE MARCHÉ ET DENIVELÉ	REPAS tiré du sac	Covoiturage	Infos complémentaires
Jeudi 1					Jour de l'AN				
Samedi 3 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port	Tonic	1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 4 Sportive		Jordan TORRENTS 06 37 15 18 91	8 H 30		Céret - Pic de Garces	6 h 00 12 km 600 m	Oui	2 €	
Mardi 6 Facile		Christian BOHRER 06 33 56 26 38	13 H 30		Laroque - Sorède	2 h 30 6 km 200 m			
Mercredi 7 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Mercredi 7			16 h 00		Galette des Rois salle du FAC				Inscription avant le 03 janvier par mail laroquerando66740@gmail.com
Jeudi 8 Sportive		Peter Neven 07 86 63 84 15	8h 30		Le Perthus - Col de l'Ouillat	3 h 30 10 km 700 m	Oui	2 €	
Samedi Tonic10		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port	Tonic	1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 11 Facile		Claudine RIVIERE 0678661035	9 h 00	Stade	Banyuls sur mer a Notre Dame de la Salette	3h15 8 km 273 m	Oui	2 €	
Mardi 13 Facile		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	13 H 30		Laroque - Le casot d'En Lic	2 h 45 7 km 270 m			
Mercredi 14 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeudi 15 Sportive		Serge GARAVAGLIA 06 16 99 07 09	8 h 30		Château de Peyrepertuse	5 h 15 12 km 685 m	Oui	6 €	
Samedi 17 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port	Tonic	1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 18 Moyenne		JP et Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	8 h 30		Autour des orgues de l'Ile sur Têt	1 h 00 12 km 350 m	Oui	3 €	Possibilité de visiter le site officiel des orgues après la rando à titre individuel
Mardi 20 Facile		Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	8 h 45		Llança rando grillades à LA VALLETA	3 h 00 8 km 230 m	Oui	5 €	Inscription auprès de Jean Pierre et Roselyne avant le 18 janvier apporter votre grillade
Mardi 20 Moyenne		Jean-Pierre RENAUX 06 88 24 63 39	8 h 45		Llança rando grillades à LA VALLETA	3 h 30 11 km 400 m	Oui	5 €	Inscription auprès de Jean Pierre et Roselyne avant le 18 janvier apporter votre grillade
Mercredi 21 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeudi 22 Moyenne		Patrick DUPONT-HUIN 06 79 79 91 58	8 h 30		Cadaques - Far de Cala Nans Punta Prima	4 h 00 10 km 350 m	Oui	7 €	
Samedi 24 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port	Tonic	1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 25									
Mardi 27 Moyenne		Patricia DELOR 06 79 57 06 35	9 h 00		Mont Hélène - Caixas	4 h 00 10 km 415 m	Oui	3 €	
Mercredi 28 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeudi 29 Moyenne		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	8 H 30		Le pont de Reynes - le chemin des mas	4 H 00 13 kms 375m	Oui	2 €	Passage au chêne liege remarquable
Samedi 31 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98		Parking du port	Tonic	1 h 00 6 km 20 m			

Code de difficulté : "Douce" dénivelé moins de 100 m

Code de difficulté : "Facile" dénivelé entre 101 m et 300 m

Code de difficulté : "Moyen" dénivelé entre 301 m et 500 m

Code de difficulté : "Sportive" dénivelé entre 501 et 900 m

Code de difficulté : "Exigeant" dénivelé supérieur à 901 m



Randonnées réservées en priorité aux adhérents licenciés de LAROQUE RANDO. Tout invité occasionnel non licencié FFRR ne pourra participer qu'à 3 sorties maximum ensuite l'adhésion devient obligatoire. Incription auprès de la trésorière Annie Turz,

En cas de doute météo, appeler l'animateur la veille

* Forfait Co-voyageur par randonneur transporté	5 à 20 Kms 100 €	21 à 50 Kms 2.00 €	51 à 80 Kms 3.00 €	81 à 105 Kms 4.00 €	106 à 130 Kms 5.00 €
* Forfait Co-voyageur par randonneur transporté	131 à 155 Kms 6.00 €	156 à 180 Kms 7.00 €	181 à 205 Kms 8.00 €	Kms 9.00 €	231 à 265 Kms 10.00 €