



## Programme des randonnées Février 2026

Les départs des randonnées se font du Parking du Stade

| DATE<br>Type rando                   | CLASSE | ANIMATEUR(S)   | HEURE DE<br>DEPART<br>Parking du<br>stade | HEURE ET LIEU<br>DE DEPART DE LA<br>RANDONNEE | PARCOURS ET DIFFICULTES<br>SPECIFIQUES           | TEMPS DE<br>MARCHÉ<br>ET<br>DENIVELE | REPAS<br>tiré<br>du sac | Covoitu<br>rage | Infos complémentaires   |
|--------------------------------------|--------|--|---|---|--|--------------------------------------|-------------------------|-----------------|---|
| Dimanche 1                           |        |  |   |   |  |                                      |                         |                 |   |
| Mardi 3<br>Facile                    |        | Mauricette VILASEQUE<br>06 13 43 59 53                   | 13 H 30                                   |   | Valmy - le Dolmen                                | 2 h 00<br>6 km<br>180 m              |                         |                 |   |
| Mercredi 4<br>Marche Nordique        |        | Christine COLIN-CHEN<br>06 88 97 71 54                   |   | 8 h 45<br>Parking du Marché<br>aux affaires   | Lieux à préciser<br>Info par WhatsApp            |                                      |                         |                 |   |
| Jeudi 5<br>Moyenne                   |        | Mauricette VILASEQUE<br>06 13 43 59 53                   | 8 h 30                                    |   | Les 2 Corbères                                   | 4 h 30<br>12 km<br>350 m             | Oui                     | 3 €             |   |
| Vendredi 6<br>Samedi 7<br>Dimanche 8 |        | Claudine RIVIERE<br>06 78 66 10 35<br>P.DELOR 0679570635 |   |   | <b>Week-end Raquettes</b>                        |                                      |                         |                 |   |
| Samedi 7<br>Tonic10                  |        | Josette DUVAL<br>06 84 47 58 98                          | 9 h 00                                    | Parking du port                               | Tonic  | 1 h 00<br>6 km<br>20 m               |                         |                 |   |
| Mardi 10<br>Facile                   |        | Roselyne RENAUX<br>06 88 24 63 39                        | 8 h 45                                    |   | <b>Llança<br/>rando grillades à LA VALLETA</b>   | 3 h 00<br>8 km<br>230 m              | Oui                     | 5 €             | Inscription auprès de Jean Pierre et<br>Roselyne avant le 18 janvier<br>apporter votre grillade |
| Mardi 10<br>Moyenne                  |        | Jean-Pierre RENAUX<br>06 88 24 63 39                     | 8 h 45                                    |   | <b>Llança<br/>rando grillades à LA VALLETA</b>   | 3 h 30<br>11 km<br>400 m             | Oui                     | 5 €             | Inscription auprès de Jean Pierre et<br>Roselyne avant le 18 janvier<br>apporter votre grillade |
| Mercredi 11<br>Marche Nordique       |        | Christine COLIN-CHEN<br>06 88 97 71 54                   |   | 8 h 45<br>Parking du Marché<br>aux affaires   | Lieux à préciser<br>Info par WhatsApp            |                                      |                         |                 |   |
| Jeudi 12<br>Moyenne                  |        | Patrick DUPONT-HUIN<br>06 79 79 91 58                    | 8 h 45                                    | 9 h 30<br>Parking de Paililles                | Boucle de Paililles<br>col de Pediguer - Banyuls | 5 h 00<br>11,5 km<br>350 m           | Oui                     | 2 €             |   |
| Samedi 14<br>Tonic                   |        | Josette DUVAL<br>06 84 47 58 98                          | 9 h 00                                    | Parking du port                               | Tonic  | 1 h 00<br>6 km<br>20 m               |                         |                 |   |
| Dimanche 15<br>Sportive              |        | Serge GARAVAGLIA<br>06.16.99.07.09                       | 8h30                                      | Parking Stade<br>Laroque des Albères          | Opoul-Perillos                                   | 5h 30<br>15 km<br>550 m              | Oui                     |                 | Opoul, Grd Barrenc, Grde Caune, chap,<br>Perillos & Salvaterra                                  |
| Mardi 17<br>Moyenne                  |        | JP et Roselyne RENAUX<br>06 88 24 63 39                  | 8h30                                      |   | Le Cami de ronda<br>Le tour de Cadaquès          | 3 h 00<br>8 km<br>50 m               | Oui                     | 7 €             | Rando Patrimoine Inscription si souhaitez de visite<br>maison de Dalí                           |
| Mercredi 18<br>Marche Nordique       |        | Christine COLIN-CHEN<br>06 88 97 71 54                   |   | 8 h 45<br>Parking du Marché<br>aux affaires   | Lieux à préciser<br>Info par WhatsApp            |                                      |                         |                 |   |
| Jeudi 19<br>Moyenne                  |        | Peter Neven<br>07 86 63 84 15                            | 8h30                                      |   | Les dolmens de Pau                               | 5 h300<br>12 km<br>450 m             | Oui                     | 5 €             |   |
| Samedi 21<br>Tonic                   |        | Josette DUVAL<br>06 84 47 58 98                          | 9 h 00                                    | Parking du port                               | Tonic  | 1 h 00<br>6 km<br>20 m               |                         |                 |   |
| Dimanche 22                          |        |  |   |   |  |                                      |                         |                 | Vacances Scolaires Zone C   |
| Mardi 24<br>Moyenne                  |        | Patrick HERAULT<br>06 76 40 89 54                        | 13 H 30                                   | 13 H 45 Parking de<br>Montesquieu             | Montesquieu                                      | 3 H 15<br>10 kms<br>330 m            |                         | 1 €             | Vacances Scolaires Zone C   |
| Mercredi 25<br>Marche Nordique       |        | Christine COLIN-CHEN<br>06 88 97 71 54                   |   | 8 h 45<br>Parking du Marché<br>aux affaires   | Lieux à préciser<br>Info par WhatsApp            |                                      |                         |                 | Vacances Scolaires Zone C   |
| Jeudi 26<br>Moyenne                  |        | Christian BOHRER<br>06 33 56 26 38                       | 8h30                                      |   | Agullana   | 4 h 30<br>12 km<br>350 m             | Oui                     | 3 €             | Vacances Scolaires Zone C   |
| Samedi 28<br>Tonic                   |        | Josette DUVAL<br>06 84 47 58 98                          |   | Parking du port                               | Tonic  | 1 h 00<br>6 km<br>20 m               |                         |                 | Vacances Scolaires Zone C   |

|   |  |
|---|--|
| 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 FFRP ne pourra participer qu'à 3 sorties maximum ensuite  
l'adhésion devient obligatoire. Inscription auprès de la trésorière Annie Turz.

| En cas de doute météo, appeler l'animateur la veille |               |               |               |              |               |
|--|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| * Forfait Co-voiturage<br>par randonneur transporté  | 5 à 20 Kms    | 21 à 50 Kms   | 51 à 80 Kms   | 81 à 105 Kms | 106 à 130 Kms |
|  | 1,00 €        | 2,00 €        | 3,00 €        | 4,00 €       | 5,00 €        |
| * Forfait Co-voiturage<br>par randonneur transporté  | 131 à 155 Kms | 156 à 180 Kms | 181 à 205 Kms | 206 à 230    | 231 à 265 Kms |
|  | 6,00 €        | 7,00 €        | 8,00 €        | 9,00 €       | 10,00 €       |