



Programme des randonnées Février 2024

Les départs se font au FAC (Place des Albères)

DATE Type rando	CLASSE	ANIMATEUR(S)	HEURE DE DEPART DU FAC	HEURE ET LIEU DE DEPART DE LA RANDONNEE	PARCOURS ET DIFFICULTES SPECIFIQUES	TEMPS DE MARCHÉ ET DENIVELE	REPAS tiré du sac	Covoitu rage	Infos complémentaires
Jeu 1 Moyenne		Khalid OUASMANI 06 20 67 86 81	8 h 15	8 h 30 Parking Casino du Boulou	le lac de Boadella (Darnius)	4 h 15 11 km 350 m	OUI	2 €	
Samedi 3 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98		9 h 00 Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 4 Moyenne		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	9h00		Rhodes sentier des orris	3 h 30 9 km 500 m	Oui	4 €	
Mardi 6 Moyenne +		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	9 H 00		Boucle Eus à Comes	4 H 30 9 kms 550 m	Oui	4 €	
Mercredi 7 Marche Nordique		Christine COLIN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeu 8 Moyenne		Claudine RIVIERE 06 78 66 10 35 Patricia DELOR	9 h 00		Chemin de Vives et le sentier du Liège depuis ST. Jean Plat-Plat-de-Corts	4 h 30 14,80 km 430 m	Oui	3 €	
Samedi 10 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98		9 h 00 Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			Vacances scolaires
Mardi 13 Facile +		Nicole GONZALEZ 06 09 31 74 40 Jackie CARDOT	13 H 30		Amélie les Bains - le Drapeau	2 h 30 6 km 300 m		3 €	Vacances scolaires
Mardi 13 Moyenne		JP et Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	9 H 00		Autour de Maçanet (Espagne)	3 h 30 10 km 400 m	Oui	4 €	Vacances scolaires
Mercredi 14 Marche Nordique		Christine COLIN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				Vacances scolaires
Jeu 15 Sportive		Claudine RIVIERE 06 78 66 10 35 Patricia DELOR	9 h 00		Banuyls - Tombeau de Maillol Mas d'en Reig	5 h 30 13 km 540 m	Oui	3 €	Vacances scolaires
Samedi 17 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98		9 h 00 Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			Vacances scolaires
Dimanche 18 Moyenne		JP et Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	9 H 00		Calce Mas del Fontes	4 h 00 11 km 300 m	Oui	4 €	Vacances scolaires
Mardi 20 Rando Douce		Jackie CARDOT 06 09 40 04 92	13 H 30		Autour du lac de Palau aucun dénivelé	2 H 30 6kms			Vacances scolaires
Mercredi 21 Marche Nordique		Christine COLIN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				Vacances scolaires
Jeu 22 Sportive		Claudine RIVIERE 06 78 66 10 35 Patricia DELOR	9 h 00	Départ du parking le col des Gascons.	Pic de Salfort aller et retour	3 h 00 10 km 550 m	Oui	2 €	Vacances scolaires
Samedi 24 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98		9 h 00 Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			Vacances scolaires
Dimanche 25 Facile		Patrick DUPONT-HUIN 06 79 79 91 58	9 h 00		Pont de Molins Les Escaules (Espagne)	3 h 30 12,5 km 290 m	Oui	4 €	Vacances scolaires
Mardi 27 Moyenne		Philippe DESCHAMPS 06 85 53 64 88	9h00		Chemin des mas pont de Reynes	4 h 00 12 km 450 m	Oui	2 €	
Mercredi 28 Marche Nordique		Christine COLIN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeu 29 Moyenne		Christian BOHRER 06 33 56 26 38 Patrick DUPONT-HUIN	9h00		Le Moulinot - Dolmen d'Arles Jacouty	4 h 50 12 km 480 m	Oui	3 €	

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

Code de difficulté : "Facile" dénivelé entre 100 m et 300 m

Code de difficulté : "Moyen" dénivelé entre 300 m et 500 m

Code de difficulté : "Sportif" dénivelé supérieur à 500 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 du trésorier, Monsieur Daniel Riche.



Chemin de Vives et le sentier du Liège
depuis Saint-Jean-Plat-de-Corts

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

	5 à 20 Kms	21 à 50 Kms	51 à 80 Kms	81 à 105 Kms	106 à 130 Kms
* Forfait Co-voiturage par randonneur transporté	1,00 €	2,00 €	3,00 €	4,00 €	5,00 €
* Forfait Co-voiturage par randonneur transporté	6,00 €	7,00 €	8,00 €	9,00 €	10,00 €