



Programme des randonnées Février 2025

Les départs des randonnées se font du Parking du Stade

DATE Type rando	CLASSE	ANIMATEUR(S)	HEURE DE DEPART Parking du stade	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
Samedi 1 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 2 Sportive		Jordan TORRENTS 06 37 15 18 31	9 h 00		Montesquieu - le puig de Sant Cristau	5 h 40 14 kms 790 m	Oui	1 €	
Mardi 4 Moyenne		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	13 H 30		Villelongue del Monts > Montesquieu	2 H 45 6,5 kms 330 m		1 €	
Mercredi 5 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeu di 6 Sportive		Patrick DUPONT-HUIN 06 79 79 91 58	8 h 30		La Massane - départ de Valmy par le Dolmen - le col del camp d'en Selva roc del Corb - coll del Pomer,	5 h 00 12 km 900 m	Oui	1 €	
Samedi 8 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 9 Moyenne		Petrer Neven 07 86 63 84 15	9 h 00		Eus - Come	4 h 00 9 km 400 m	Oui	5 €	
Mardi 11 Facile		Christian BOHRER 06 33 56 26 38	13 h 30		Laroque Sorède	2 h 30 6 km 200 m			
Mercredi 12 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				
Jeu di 13 Moyenne +		Claudine RIVIERE 06 78 66 10 35 & Patricia DELOR 06 79 57 06 35	8 h 30	9 h 00 Parking camping car Port-Vendres	Chemin du littoral de Port-Vendres à Banyuls et retour par le Coll del Mitg p	5 h 30 15 km 550 m	Oui	2 €	
Samedi 15 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			
Dimanche 16 Moyenne		JP et Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	8 h 30		le Salt de la Caula et les Escaules	4 h 30 12 km 320 m	Oui	4 €	Vacances scolaires
Mardi 18 Facile		Patrick HERAULT 06 76 40 89 54	9 H 00		Biure d'Emporda - Castell del Mont Roig	4 H 00 9 kms 350 m	Oui	3 €	Vacances scolaires
Mercredi 19 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				Vacances scolaires
Samedi 22 Tonic		Josette DUVAL 06 84 47 58 98	9 h 00	Parking du port		1 h 00 6 km 20 m			Vacances scolaires
Mardi 25 Facile		JP et Roselyne RENAUX 06 88 24 63 39	8 h 30		La réserve africaine de Sigean à partir de Peyriac sur mer	4 h 11 km 120 m	Oui	8 €	Vacances scolaires
Mercredi 26 Marche Nordique		Christine COLIN-CHEN 06 88 97 71 54		8 h 45 Parking du Marché aux affaires	Lieux à préciser Info par WhatsApp				Vacances scolaires
Jeu di 27 Sportive		Claudine RIVIERE 06 78 66 10 35 & Patricia DELOR 06 79 57 06 35	8 h 30		Prieure de Serrabone - Puits à neige coll des Arques - coll de Saleig	5 h 00 12 km 610 m	Oui	4 €	Vacances scolaires

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



la vallée de la Desix avec le goufre Saint Mich

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.

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	131 à 155 Kms 6,00 €	156 à 180 Kms 7,00 €	181 à 205 Kms 8,00 €	206 à 230 9,00 €	231 à 265 Kms 10,00 €