



RANDOS SANTE 2026 AVRIL à JUIN

ANIMATEURS

Denis 07 81 37 71 93 - Jean-O 06 86 23 44 27 - Jean-M 06 60 81 11 60
J. Claude 06 07 70 96 17 - Yves 06 73 20 62 74

En cas d'imprévu, la rando peut être annulée ou remplacée par une rando équivalente ou inférieure.

La RANDO SANTE : S'adresse à toutes les personnes capables de se déplacer mais qui, pour des raisons pathologiques, physiologiques ou psychologiques, n'ont pas une progression de marche dite "classique". C'est une randonnée plus adaptée à celles et ceux qui ne peuvent pas suivre le rythme du mardi. Il faut néanmoins être capable de marcher de 6 à 9 km à une vitesse inférieure à 4 km à l'heure et avec une dénivelée maximale de 100 m.

La marche se fait sur des sentiers et chemins qui ne présente pas de difficulté technique et dont l'accès est toujours aisé pour l'intervention des secours éventuels.

L'inscription définitive à cette activité ne sera effective qu'au terme de deux essais concluants effectués et confirmés par les animateurs.

Pour plus de renseignements : Veuillez consulter le site de la Fédération Française de Randonnée.

Rendez vous et départs depuis le parking de la Prade

Date MERCREDI	Anima- teurs	Horaire départ	Covoit- urage	Lieux des randonnées et notes particulières
01/04/26	Yves	9 h	3€	GRILLADE a ND de consolation precede par une rando depuis le col de Mollo au fort St Elme par fort Dugomier sur les hauteurs de Collioure 6 km et 150 m de dénivelé (rando sur sol facile) stationnement pour grillade se fera à l'entrée du site (venir avec couverts)
08/04/26	Yves	13 h	1 €	Cabestany, la Colomine del Pou
15/04/26	Denis J. Claude	13 h	1 €	Etang de Canet le long du lido 8km pas de denivelé
22/04/26	Yves	13 h	1 €	D'Ortaffa à Brouilla.
29/04/26	Yves	13 h	2 €	Torreilles depuis la plage au village
06/05/26	Yves	13 h	2 €	Pia , le long de l'Agly
13/05/26	Denis J. Claude	13 h	€	St Cyprien, le pourtour des marina et de la lagune
13/05/26	SORTIE FETE DES FLEURS à GERONE ouvert à tous les niveaux (déplacement en bus 20 €) Départ OT à 7h30 pour retour à 19 h Dépose en centre ville au départ de la visite - restauration libre – informations complémentaires suivront Inscription auprès de Patricia (Maxi 53 personnes)			
20/05/26	Yves	13 h	4 €	Les deux Corbères, chapelle de Vallvendosa
27/05/26	Yves	13 h	1 €	Palau del Vidre, bassin San Martri
03/06/26	Denis J. Claude	13 h	1 €	Saleilles – St Nazaire
10/06/26	Jean	9 h	12 €	Sortie resto Guissan , village et salines, rando en boucle autour de la lagune, la tour Barberousse, quartier des chalets, chapelle des Auzils, <i>INFORMATIONS suivront</i>
17/06/26	Denis J. Claude	13 h	1 €	Rec d'el moli à Canet
24/06/26	Bureau	11 h		Repas fin de saison à la chapelle de Villerasa à St Cyprien Amener vos couverts
30/06/26	Bureau	19 h	6 €	RANDO NUIT à FORCA REAL (informations suivront) rando du coll del Bou à la chapelle et pique nique. A/R 4 km Accès direct en voiture