



RANDOS SANTE 2024

SEPTEMBRE OCTOBRE NOVEMBRE DECEMBRE

ANIMATEURS

Jean 06 86 23 44 27 - J. Claude 06 07 70 96 17

Willy 06 47 54 22 81 - Yves Ch 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 dénivellée 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.

Les départs se font depuis le parking de la Prade

Date MERCREDI	Anima- teurs	Horaire départ	Covoit turage	Lieux des randonnées et notes particulières
18/9/24	Willy	13 h	1€	CORNELLA DELVERCOL chapelle du paradis
25/9/24	Jean	13 h	3€	CLAIRA moulin et chapelle 8km 30 m dénivelé
2/10/24	Yves	13 h	2€	PIA – sur les rives de l'Agly. 8,2 km et 40 m dvl Départ de Pia
9/10/24	Jean	13 h	7€	Aux pieds du NEOULOUS, vues sur Roussillon et Emporda
16/10/24	J. Claude	13 h	3€	St HIPPOLYTE. Chemin de la Solsora étang. 9 km
23/10/24	Willy	13 h	4€	TRESSERRE, la chapelle St Luc
30/10/24	Yves	13 h	4€	THUIR – La suite du canal de Perpignan au départ de Thuir
6/11/24	J. Claude	13 h	1€	ALENYA. L'agouille de la mer, 7,5 km
13/11/24	Yves	13 h	4€	THUIR – Vinier d'el Rey 8,4 km et 40 m dénivelé
20/11/24	Willy	13 h	1€	PALAU del VIDRE. Chapelle santa Eugénia
27/11/24	Jean	13 h	2€	BAGES. Un village et 2 clochers 7 km, 60 m dénivelé
4/12/24	Willy	13 h	€	St CYPRIEN SUD le long du Tech, mas Tastu
11/12/24	Jean	9 h	3€	RIVESALTES + repas fin trimestre
18/12/24	Yves	13 h	1€	ARGELES – Le mas Larrieux au départ d'Argelès