



Le marcheur de Giacometti

**RTI-S** Rando, Trek, Itinérance en  
Salanque



Commune de Sainte Marie la Mer

Notre association a pour but le développement de la randonnée pédestre. Notre objectif est la pratique en milieu montagnard, en toutes saisons, sans techniques liées à l'alpinisme.

Nos activités se poursuivent tout au long de l'année, à la journée ou sur plusieurs jours. Des séjours en itinérance ou en étoile sont régulièrement proposés.

Nous proposons très régulièrement des randonnées abordables par tous afin de permettre un entraînement progressif vers des activités de haut niveau.

Notre champ d'action, orienté naturellement vers les Pyrénées franco-espagnoles, peut s'étendre à d'autres régions montagneuses.

### **SEJOURS PROPOSES :**

Mercredi 12 et jeudi 13 octobre : 2 jours avec nuit en gîte à ENVEIGT, en demi pension (45 €). En étoile.

- Les lacs de Castellisard : entre Lanòs et Carlit, une boucle pour découvrir ces lacs peu connus.
- La Tossa d'Alp : au départ du refuge de Rebst, la Tossa d'Alp par sa face sud, loin des pistes de ski de sa face nord.

Réservation avant le 9 octobre, auprès de Patrick. Chèque d'arrhes de 15 € à l'ordre de RTIS.

Les personnes désirant faire connaissance avec notre association peuvent effectuer une sortie d'essai, sans engagement.

Nous conseillons fortement aux personnes désireuses de participer à une activité de s'inscrire au plus tard la veille de celle-ci, soit auprès de l'animateur du jour, soit auprès du Président. Pour des raisons de sécurité, ceci devient une règle pour les activités en haute montagne.

Notre association est affiliée à la Fédération de la Randonnée Pédestre.



Le marcheur de Giacometti

Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
------	-------------------	-------------------	-----------	--------------	----------------	-------------------	-------------	--------

## Mois de OCTOBRE

Dimanche 2 02-oct	Pédestre <b>F</b>	3 300	MICHEL	Puig Falco Mont Capell	Coustoges Vallespir	80 1h30	L'histoire vraie du Chaperon rouge s'est déroulée là au temps où il y avait encore des LOUPS;	8 h
Mercredi 05-oct	Pédestre <b>S</b>	4h30 800m	Patrick	Puig Sant Cristau	Montesquieu Albères	40 40 mn	Une longue montée pour atteindre les ruines du Château médiéval des seigneurs de Montesquieu	8 h
Dimanche 09-oct	Pédestre <b>S</b>	6h 1400	Michel	Réserve Naturelle de Nyer	Nyer Conflent	76 1h15	Sentier interprétatif de la RNV de Nyer en aller simple	8 h
Mer-Jeu 12 & 13 oct	Pédestre <b>S+</b>	1000m, 8h 1300m, 6h	Patrick	Lacs de Castellisard La Tossa d'Alp	Enveigt Cerdagne	150 2h30	Casteillisard est un petit massif situé sous le Carlit. Un magnifique circuit dans le Parc Naturel de Cadí-Moixerò. Nuit en gîte (45€). <b>Réservation avant le 9/10</b>	7 h
Dimanche 16-oct	Pédestre <b>M</b>	5h 850 m	Michel	Estellat, Nègre, Blau Les lacs Maudits	Nohèdes Conflent	85 1h30	Une réserve préservée et sauvage au cœur des légendes Catalanes	8 h
Mercredi 19-oct								
Dimanche 23-oct	Pédestre <b>M</b>	5h 650 m	Patrick	Les Tours de Cabrens	Lamanère Vallespir	80 1h22	Un remarquable belvédère depuis les vestiges du plus important château fort du Vallespir	8 h
Jeu 27-oct	Pédestre <b>S</b>	6h30 1200 m	Michel	La Mare de Deu del Mont	Beuda Garrotxa	96 1h40	El Romanic Catala de la Edat Mitjana, monastères Romains, Vallées encaissées et Luxuriantes, Arbres	8 h
Dimanche 30-oct	Pédestre <b>F</b>	3h 300 m	MICHEL	Le Labyrinthe de Nébias	Nébias Aude	90 1h30	Rando découverte, faune, flore, géologie et ludique	8 h

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs : Anne-Marie Humbert ☎ : 04 68 92 66 10 06 38 51 90 99 [humbert-am@wanadoo.fr](mailto:humbert-am@wanadoo.fr)  
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)  
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 [patrickmasselot@yahoo.fr](mailto:patrickmasselot@yahoo.fr)

**Cotation : F** (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche

**M** (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**S** (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**S+** (Sportive+) : + de 1200m de dénivelé, + de 6h30 de marche

**T** (Technique) : technicité précisée sur le programme

L'association est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Ses animateurs participent à l'entretien et au balisage des itinéraires.



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
<b>Mois de NOVEMBRE</b>								
Mercredi 02-nov	Pédestre <b>S</b>	6h30 1200 m	Michel	Le Costabonne	Espinavell Garrotxa	100 1h30	Itinéraire insolite pour les catalans du Nord, mais spectacle grandiose garanti. dép: Cab. D'en Guillot	8 h
Dimanche 06-nov	Pédestre <b>M</b>	4h 630 m	Michel	Sur les sentiers d'Arlette's	Conat Conflent	65 1 h	Pastoralisme, Cortals ruinés, roches gravées, Chapelle,, Dolmen secret, Belvédaires	8 h
Mercredi 09-nov				RELACHE				
Dimanche 13-nov	Pédestre <b>S</b>	5h30 1000 m	Patrick	St Martin du Canigou et Tour de Goa	Vernet Conflent	70 1h	Très belle rando avec un passage à deux points emblématiques du massif du Canigou.	8 h
Mercredi 16-nov	Pédestre <b>S</b>	5h30 980 m	Michel	Castell de Rocaberti	La Jonquere Empourdan	50 1h	Châteaux, chapelles et chemins antiques dans le Haut Empourdan	8 h
Dimanche 20-nov	Pédestre <b>M</b>	4h30 600 m	Patrick	Canal de Bohère	Codalet Conflent	60 1h	Autour de l'Abbaye de Cuixa, randonnée multifacettes avec un riche patrimoine en filigrane.	8 h
Mercredi 23-nov				RELACHE				
Dimanche 27-nov	Pédestre <b>M</b>	4h30 600 m	Michel	La Cèdraie du Riassesse	Arques Htes Corbières	112 2h	Magnifique Forêt préservée de Cèdres avec des sujets centenaires qui font sa réputation.	8 h
Mercredi 30-nov				RELACHE				

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,20€ par kilomètre voiture

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs : Anne-Marie Humbert ☎ : 04 68 92 66 10 06 38 51 90 99 [humbert-am@wanadoo.fr](mailto:humbert-am@wanadoo.fr)  
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)  
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 [patrickmasselot@yahoo.fr](mailto:patrickmasselot@yahoo.fr)

**Cotation: F** (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche

**S** (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**M** (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**S+** (Sportive+) : + de 1200m de dénivelé, + de 6h30 de marche

L'association est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Ses animateurs participent à l'entretien et au balisage des itinéraires.

**T** (Technique) : technicité précisée sur le programme



Date	Genre Cotation	Durée Dénivelé	Animateur	Dénomination	Lieu Région	Trajet voiture	Description	Départ
<b>Mois de DECEMBRE</b>								
Dimanche 04-déc	Pédestre <b>S</b>	5h 900 m	Michel	La Soulane de Flaça	Serdinya Conflent	69 1h06	Entre Nostalgie et Traditions, à la recherche du Passé	8 h
Mercredi 07-déc	Pédestre <b>S</b>	5h15 900 m	Patrick	Le Prieuré de Serrabona	Boule d'A Aspres	60 1h	Un passage à la Roque rouge avant de plonger vers le Prieuré.	8 h
Dimanche 11-déc	Pédestre <b>F</b>	3 h30 450 m	Michel	Cascades du Verdoble, Moulin de Ribaute	Duilhac Fenouillèdes	59 1 h	Cascades rafraichissantes, dalles, vieux moulin ruiné, vue panoramiques	8 h
Mercredi 14-déc	Pédestre <b>M</b>	5h30 500 m	Michel	Sant Marti de Bausitges	S. Miguel de F Empourdan	45 45 mn	A la découverte des chapelles qui ponctuent le Haut empourdan	8 h
Dimanche 18-déc	Pédestre <b>M</b>	4h 700 m	Patrick	Autour de Corbère	Corbère Aspres	40 40 mn	Circuit familial à la rencontre de vestiges historiques : château, dolmens, ermitage St Maurice...	8 h
Mercredi 21-déc	Pédestre <b>T</b>	5h30 600 m	Michel	La Quille, Roc Courbas	Mauray Fenouillèdes	61 1h06	Rando découverte d'un sentier confidentiel, méconnu, aux difficultés non négligeables	8 h
Dimanche 25-déc				NOËL				
Mercredi 28-déc								

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,20€ par kilomètre voiture

Merci de bien vouloir informer l'animateur de votre présence au plus tard la veille de la sortie.

Vos animateurs : Anne-Marie Humbert ☎ : 04 68 92 66 10 06 38 51 90 99 [humbert-am@wanadoo.fr](mailto:humbert-am@wanadoo.fr)  
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73 [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)  
 Patrick Masselot ☎ : 04 68 54 75 79 06 36 04 59 76 [patrickmasselot@yahoo.fr](mailto:patrickmasselot@yahoo.fr)

**Cotation : F** (Facile) : - de 400 m de dénivelé, - de 5h de marche

**S** (Sportive) : de 800 à 1200 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**M** (Moyenne) : 400 à 800 m de dénivelé, - de 6h30 de marche

**Ss** (Sportive) : de 1200m de dénivelé - de 6h30 de marche

L'association est affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Ses animateurs participent à l'entretien et au balisage des itinéraires.

**T** (Technique) : technicité précisée sur le programme