



# RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



janv-17	Genre cotation	durée dénivelé	Animateur	Dénomination	Région	Trajet voiture	description	départ
dimanche		Fem un Mos!!!!		Réveillon et Cotillons!!!! Chapons et Dindons!!!!			Bon Any Nou per Tots- Salut i Cames-Feliz Any Nou per a Tots	
1								
jeudi	pédestre	4h00	Michel	la route des Cabanes de Mataporcs	Laroque/ des Alberes	32km	une forêt riche de mystères de légendes et d'histoire des hommes	8h
5	M	528m			Alberes	0h45		
dimanche	pédestre	4h30	Michel	le sentier des lavoirs	Fontiers-Cabardes	136km	a la poursuite des vestiges du passé dans un cion perdu de l'Aude Profonde	8h
8	F	390m			Aude	1h40		
jeudi	pédestre	5h30	Michel	les environs de l'Estany de Banyoles	Banyoles	70km	un joli lac, un belvédère panoramique, un ermitage	8h
12	M	500m			Baix Emporda	1h15		
dimanche	pédestre	3 h	Claude	le sentier du berger / vigneron	leucate	28 km	dans les sillons du berger, nous rejoindrons un point de vue remarquable	9h
15	F	20 m			corbieres maritimes	0h 30 mn		
Jeudi	pédestre	6h00	Michel	la Serre de Roquefort	Roquefort	40km	ruines, grottes, bergeries et vestiges romains & un promontoire exceptionnel sur les Corbières maritimes	8h
19	S	530m			Aude/ Corbières	0h45		
dimanche	pédestre	5h30	Michel	Vilajuiga-Sant Onofré- Pau-Vilajuiga	vilajuiga	77km	un parcours mégalithique, sur les contreforts sud de la Serra de Verdera. un sentier en balcon avec de multiples pts de vue	8h
22	M	720m			Alt Emporda	1h15		
Jeudi	pédestre	6h00	Michel	la tour de la Massane par le Rimbeau	Banyuls/ Le Rimbeau	31km	cette vieille dame trône là depuis plus de 700 ans, gardienne du patrimoine, de l'histoire et des légendes du Rossello	8h
26	S	900m			Côte Vermeille/ Albères	0h45		
dimanche	pédestre	4h30	Michel	l'Ermitage Saint Guillem de Combret	le Tech	75km	dans une vallée sauvage, un Ermitage Oublié qui servait d'abri aux bergers et aux Pèlerins de St Jacques	8h
29	M	470m			Vallespir	1h30		

cotation	dénivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet : [rtis.fr](http://rtis.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**

FEVRIER 2017	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Trajet	description	départ
	cotation	dénivelé				voiture		
jeudi	pédestre	6h30	Michel	sur les chemins de pâture du berger Jacques Jaulent	Flaçà	70km	il s'agit de l'oncle de mon père, berger de son métier, et dernier habitant du petit hameau aujourd'hui déserté de Flaça	8h
2		1200m			Conflent	1h15		
dimanche	pédestre	3h	Claude	le chemin d'adrienne	fourques	35km	Dans les pas d'Adrienne Cazeilles , pour un dépaysement de tous les instants	9h
5	F	180 m			Aspres	0h50		
jeudi	pédestre	4h30	Michel	Ultera, ou bien Vulturaria? dernier repaire Wisgoth	Saint-André/ La Pave	35km	accessible depuis la vallée de Lavail, un formidable repaire fortifié et aussi une aire pour les vautours et les archéologues	8h
9	S	654m			Albères	0h45		
dimanche	pédestre	4h00	Michel	la Creu Blanca- Municipi de Pau	Pau	80km	A la recherche des mégalithes dans la Serra de Rodés entre Pau- Vilajuiga et Palau-Saverdera	8h
12	M	600m			Alt Emporda	1h30		
jeudi	pédestre	4h36	Michel	Pech Remoli_ les Guarrigues de la Bruyère	Col d' Extrême	55km	balade découverte dans la foret domaniale des Corbières Orientales	8h
16	M	525m			Aude/ Corbières	1h00		
dimanche	pédestre	3 h	Claude	La Bataille du Boulou	le Boulou	40 km	Sur les traces des armées de la République et du Général Dugommier	9h
19	F	200 m			Aspres	0h45		
Jeudi	pédestre	5h30	Michel	le tombeau et le château de la Sybille+ Bornes Frontières	Ille/sur Têt	45km	Un mystérieux tombeau d'une excentrique cantatrice	8h
23	M	530m			Ribéral	0h55		
dimanche	pédestre	4h30	Michel	le Serment de Montferrer+ les ruines du vieux Castell	Montferrer	70km	Sem Catalas, No passaran, Catalas sempre mes- Histoire de la THT	8h
26	M	650m			Vallespir	1h30		

cotation	dénivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet : [rtis.fr](http://rtis.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**

mars-17	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Trajet	description	départ
	cotation	dénivelé				voiture		
Jeudi	pédestre	4h00	Michel	Vignevielle- Noirs Charbonniers	vignevielle		Découverte des activités rurales humaines, aujourd'hui disparues	8h
2	F	423m				Aude		
dimanche	pédestre	4h30	Michel	du sentier des Oliviers au Roc de la Capio	Ginolos	84km	d'anciennes oliveraies et de sombres forêts nous émeuvent des agréables senteurs méditerranéennes+de jolis belvédères	8h
5	M	650m				Aude		
jeudi	pédestre	3 h	Claude	A travers la garrigue de Fitou	Fitou	35 km	Pour les superbes vues sur l'étang Salses - Leucate - <b>départ du parking stade</b>	9h
9	F	220 m				corbières maritimes		
dimanche	pédestre	5h30	Michel	Roca Jalera- Col de Tribes- l Astagnol	col de boca jalera- D 619	70km	Dans un paysage d'arènes granitiques, à la découverte de, 1 Dolmen, 1 Menhir, le Roc Cornut, et de nombreux cortals ruinés	8h
12	M	680m				Conflent		
jeudi	pédestre	5h30	Michel	les Balcons de la Castellane	Molitg-les-Bains	73km	La castellane fatiguée de cascades intrépides s'assagit un moment pour nous accompagner de ses murmures	8h
16	M	600m				Conflent		
vendredi	Présentation Programme 2ème Trimestre 2017- 18h30- Salle Marine- Camping Municipal							
17								
dimanche	pédestre	6h30	Michel	Bentaillole et Ourtizet depuis le Col des Trabesses	Col des Trabesses	130km	Des Sommets aux apparences modestes qui savent toutefois se faire désirer	8h
19	S	931m				Donnezan		
Jeudi	pédestre	6h30	Michel	les balcons de la pêche	Ansignan	50km	Un tour complet du Barrage de Caramany aux multiples perspectives et belvédères	8h
23	S	1030m				Fenouillèdes		
dimanche	pédestre	3 h 50	Claude	Les bornes frontières de Bélesta	Bélesta	44km	A travers la garrigue de Bélesta de la frontière , découverte d'un patrimoine varié	9h
26	F	400 m				Fenouillèdes		
Jeudi	pédestre	3h30	Michel	la Rando du Géologue à Albas	Albas	80km	Entre les couches du Synclinal de la Serre de Ginouffre et les Nids d'Œufs de Dinosaures fossilisés : un délicieux dépaysement - <b>départ du parking stade</b>	9h
30	F	300m				Aude		

cotation	dénivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet : [rtis.fr](http://rtis.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**



# RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



page 32  
guide 48 balades

page 32

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle  
à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre  
d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre  
participation

site internet : [rts.fr](http://rts.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**



## RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



page 22

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle  
à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre  
d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre  
participation

site internet : [rts.fr](http://rts.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**



# RANDO - TRECK - ITINERANCE en SALANQUE



sortir

page 88

carto-explorer

cotation	denivelé	temps de marche
F	inférieur 400m	inférieur à 5h
M	entre 400 et 800 m	inférieur à 5h
S	entre 800 et 1200 m	inférieur à 6h30
S+	supérieur à 1200 m	supérieur à 6h30
T	technicité définie dans le programme	

lieu de rendez vous : parking école maternelle  
à Ste Marie

co voiturage : 0,20 €/km au prorata du nombre  
d'adhérents présents

l'animateur doit être prévenu la veille de votre  
participation

site internet : [rts.fr](http://rts.fr) / [michelprim@orange.fr](mailto:michelprim@orange.fr)

Michel Prim - 3 rue des oliviers - Ste Marie la mer 66470

**Michel : 04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73**

**Claude : 04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56**