

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Janvier	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet	description	départ
2		cotation	dénivelé							
3	jeudi	pédestre	3H	Jean Louis	La bataille du Boulou	Tresserre	IGN	30km	Le Pla del Rei, à la jonction du Boulou, de Tresserre, et de Passa, fut l'objet de terribles batailles en 1793	9h du stade
4	2	F	240m			Aspres	2449 OT	35mn		
5	dimanche	Pédestre	3h30	Michel	le Mont plat et la Stèle du Constellation	Opoul	IGN	35km	Théâtre d'une tragédie aérienne qui a fait douze victimes	9h
6	5	F	300m			Corbières	2547 OT	40mn		
7	jeudi	Pédestre	5h	Jean Louis	De Torderes à Llauro par la forêt	Torderes	IGN	40km	Une ballade sur le versant oriental des Aspres	8h
8	9	M	510m			Aspres	2449 OT	0h45mn		
9	dimanche	Pédestre	4H	Claude	Le tour du Val de Pintes	Port-Vendres	IGN	35km	Splendides points de vues sur les reliefs de la Côte Vermeille	9h
10	12	F/M	450m			Côte Vermeille	2549 OT	0h40mn		
11	jeudi	Pédestre	3h30	Michel-André	Bélesta	Bélesta	IGN	41km	Sommets arrondis, surplombant le lac de Caramany, Cassagnes	8h
12	16	F	270m			Fenouillèdes	2448 OT	0h 45mn		
13	dimanche	Pédestre	5h30	Michel	de Campôme au pla de Balençou	Campôme	IGN	50km	pierres sèches, roches gravées, chapelles, Orris et coffre sépulcral néolithique	8h
14	19	S	750m			Conflent	2348 ET	1h00		
15	jeudi	Pédestre	3h30	Jean Louis	Le Mont Hélène	Caixas	IGN	46km	Ascension du Mont Hélène, point culminant du secteur, qui offre un magnifique panorama sur le	8:00
16	23	M	450m			Aspres	2449 OT	0h50mn		
17	dimanche	Pédestre	4h30	Michel-André	Lla Serre de Roquefort des Corbières	Aude	IGN	50 km	Chapelle, grotte pastorale, bornes milliaires	8h
18	26	M	530m			Corbieres	2547 OT	01h00		
19	jeudi	Pédestre	6h	Michel	Mines d'or de San Pere- Puig Forcadell	Le Perthus-	ICC	40km	Cascades du Fitonell, Del Fito, Puig Forcadell etc....	8h
20	30	S	900m			Albères	Emporda	50mn		
21	les samedis			Christine	Marche Nordique	autour de Sainte Marie	Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage			09:00
22										
23										
24										

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	

rendez vous Randonnée : parking école maternelle à Ste Marie
co-voiturage : 0,25 € au prorata du nombre d'adhérents présents
l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet	rtis.fr
contact	<a href="mailto:michelprim66@gmail.com">michelprim66@gmail.com</a>
adresse	
siège	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Michel-André	09 54 01 61 08 - 06 28 32 84 35
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Christine	06 31 94 33 39 par SMS Uniquement

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
25	Février	Genre	durée	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet	description	départ
26		cotation	dénivelé							
27	jeudi	pédestre	4H	Jean Louis	De Boule d'Amont à Prunet et Belpuig	Boule d'Amont	IGN	55 km	Au cœur des Aspres, les veïnats (hameaux) se dissimulent depuis des siècles dans les forêts de	8h00
28	6	M	480m			Aspres	2449 OT	0h54		
29	dimanche	Pédestre	4H30	Claude	Col des gascons	Banyuls	IGN	40km	Montée vers Notre Dame de la Salette, les gradins de pierres sèches, et la Batterie 500.	9h00
30	9	F/M	377m			Côte Vermeille	2549 OT	0h45mn		
31	jeudi	Pédestre	5h	Michel	La maison et refuge ONF de Roquefumade depuis Flassa	Flassa	IGN	60km	les parcours pastoraux du dernier berger de Flassa: Jacques Jaulent	8h00
32	13	S	600m			Conflent	2349 ET	1h15		
33	dimanche	Pédestre	4h30	Michel-André	les garrigues de la Bruyère	Tuchan	IGN	50km	Forêt Domaniale des Corbières	8h00
34	16	M	500m			Corbières	2447 OT	0h55mn		
35	jeudi	Pédestre	6h	Jean Louis	La bonne montagne (Serrabona)	Boule d'Amont	IGN	55 km	Un trésor de marbre rose scéllé dans le schiste noir des Aspres	8h00
36	20	M	700m			Aspres	2449 OT	0h54		
37	dimanche	Pédestre	6h30	Michel	La grande boucle du Verdoube	Tautavel	IGN	50km	entre vignobles et pinèdes, garrigues et grottes, visités par les hommes depuis + de 550 000 ans	8h00
38	23	S	550m			Corbières	2448 OT	0h 45mn		
39	jeudi	Pédestre	6h00	Michel	Bellcaire d'Emporda- Muntanya d'Ulla	Bellcaire	ICC	70 km	Un entorn encisador i precios per gaudir d'aquest raco molt fressat de l'Emporda	8h00
40	27	M	600m			Baix Emporda	Montgri	1h15		
41										
42										
43										
44										
45										
46	les samedis			Christine	Marche Nordique	autour de Sainte Marie		Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage		09:00
47										
48										

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	

rendez vous Randonnée : parking école maternelle à Ste Marie
co-voiturage : 0,25 € au prorata du nombre d'adhérents présents
l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet	rtis.fr
contact	<a href="mailto:michelprim66@gmail.com">michelprim66@gmail.com</a>
adresse	
siège	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Michel-André	09 54 01 61 08 - 06 28 32 84 35
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Christine	06 31 94 33 39 par SMS Uniquement

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
	Mars	Genre cotation	durée dénivelé	Animateur	Dénomination	Région	Carte IGN	Trajet voiture	description	départ
49	dimanche	1		Jean Louis	Le chemin des canons	Canavelles	2249 ET	78km	Panorama à 180° sur le Conflent, la massif du Canigou et la plaine du Roussillon.	8:00
50										
51										
52										
53	jeudi	Pédestre	4h	Michel	Le Puig de l'Escatiro	Montferrer	IGN	55km	des sentiers ancestraux forestiers, miniers, excavations minières	8h
54	5	M	740m							
55	dimanche	Pédestre	5h30	Claude	La Serre de Vergès	Ansignan	2448 OT	56km	Départ du Centre des Fenouillèdes vers un sublime panorama à 360°.	9h stade
56	8	S	800m							
57	jeudi	Pédestre	4h	Christine	Marche Nordique	autour de Sainte Marie	Départ salle des sports à proximité du camping municipal à la plage	9h		
58	12	F/M	420m							
59	<b>vendredi 13</b>	<b>présentation du programme du 2ème trimestre 2020</b>				<b>Salle Marine à Confirmer</b>				<b>18h30</b>
60	dimanche	Pédestre	5h	Michel-André	Montesquieu	Montesquieu	IGN	23km	Montesquieu "surprise"...	8h
61	15	M	400m							
62	jeudi	Pédestre	5h	Jean Louis	Les bergeries de Jujols	Jujols	IGN	1h12	Un joli parcours sportif sur les solanes (adrets) de Jujols	8h
63	19	S	930m							
64	dimanche				RELACHE					
65	22									
66	jeudi	Pédestre	5h	Michel-André	Sorède	Sorède	IGN	30km	De la Vallée heureuse à Notre dame du château	8h
67	26	M	600m							
68	dimanche	Pédestre	4h30	Michel	du Gourg de l'Antre à la souce du Verdoble	Cubières-S-Cinoble	IGN	1h15	par le Coll Del Guilhem et les pistes forestières du Montahut dans la forêt domaniale de l'Orme mort	8h
69	29	M	470m							
70	les samedis									

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	

rendez vous Randonnée : parking école maternelle à Ste Marie
co-voiturage : 0,25 € au prorata du nombre d'adhérents présents
l'animateur doit être prévenu la veille de votre participation

site internet	rtis.fr
contact	<a href="mailto:michelprim66@gmail.com">michelprim66@gmail.com</a>
adresse	
siège	3 rue des oliviers - Ste Marie la Mer
Michel	04 68 80 65 90 - 06 18 65 91 73
Michel-André	09 54 01 61 08 - 06 28 32 84 35
Claude	04 68 61 08 25 - 06 29 74 51 56
Jean Louis	06 01 39 83 91
Christine	06 31 94 33 39 par SMS Uniquement