



SAINT CYPRIEN RANDOS RANDOS SANTE AVRIL - MAI - JUIN - 2022

ANIMATEURS

Jean 06 86 23 44 27 - Willy 06 47 54 22 81 - Yves Ch 06 73 20 62 74
Le président, Michel - 06 40 27 51 67

En cas d'imprévu, la rando programmée 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 être capable de marcher de 6 à 9 km à une vitesse inférieure à 4 km/h 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 nos 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	covoij- turage	Lieux des randonnées et notes particulières
6/4/22	Willy	13 h	1 €	Alenya Canet le long du Réart 9 km
13/4/22	Yves	13 h	2 €	Ste Marie la Mer, les alentours
20/4/22	Willy	13 h	3 €	Pia, les rives de l'Agly et le village 10 km
27/4/22	Jean	13 h	1 €	St Nazaire, du village à l'étang de Canet 9 km
4/5/22	Willy	13 h	5 €	Corbère, la serre d'en Pouil 10 km
11/5/22	Jean	10 h	11 €	San Père de Rodes depuis le mas Ventos 7 km (Catalogne sud) Abbaye et vues magnifiques sur Port de la Selva <i>Infos complémentaires suivront</i>
18/5/22	Willy	13 h	5 €	Thuir ouest, promenade en campagne au pieds des Aspres 9 km
25/5/22	Jean	13 h	6 €	Depuis la Franqui, le plateau et les falaises de Leucate 9 km
1/6/22	Willy	13 h	1 €	ND de Vie, le pèlerinage , chapelle et ermitage 6,5 km
8/6/22		h		
15/6/22	Willy	13 h	3 €	Villelongue d'el Mont, au pieds des Albères
22/6/22	Jean	13 h	5 €	De Vives vers la chapelle St Luc dans vignobles et bosquets 8 km
29/6/22	Willy	9 h	13 €	BESALU, le village médiéval et ses alentours 6 km Repas au restaurant ou tiré du sac <i>Infos complémentaires suivront</i>