



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 :

5 séjours de 2 à 4 jours, ainsi qu'un bivouac, sont proposés durant ce trimestre.

En juillet :

- En Andorre, au départ d'Arinsal, le Pic de Comapedrosa et la Pica d'Estat. Départ le mercredi 24 après-midi et nuit en route, en gîte et en gestion libre, puis 2 nuits au refuge de Vallferrera.

En août :

- En Ariège, le Mont Vallier et le Pic des 3 Comtes. 1 nuit en refuge. Départ le 1.
- En Ariège et Andorre, autour du Pic de Rulhe. 2 nuits au refuge de Rulhe et 1 nuit au refuge de Juclà. Départ le 15.

En septembre :

- Les Encantats. Circuit de 4 jours, en gîtes et refuges. Départ le 7.
- En Cerdagne, le brame du cerf. Bivouac. Départ le 28.

Pour les séjours proposés veuillez consulter l'annexe jointe. Tous renseignements complémentaires auprès de l'animateur concerné.

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

Nous demandons 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 obligation 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 juillet

Jeudi 04-juil	Pédestre S	6h30 1100m	Michel	Vallée du galbe	Espousouille Capcir	113km 2h00	Zone lacustre sauvage.Sommets escarpés et sportifs.Panoramas grandioses sous le "Roc Blanc"	6h00
Dimanche 07-juil	Pédestre S	6h00 1050m	Daniel	Puigmal d'Err, de Sègre et de Llo	Err Cerdagne	106km 2h00	Panorama immense au sommet culminant de la chaîne frontière des deux Catalognes	6h00
Jeudi 11-juil	Pédestre S	6h30 1150m	Michel	Etangs Balbonne et Camisette	La Restanque Donnezan	112km 2h00	Dans le Périmètre du PNR,un itinéraire insolite et dépaysant,pour redécouvrir ce massif rude à l'âpre beauté	6h00
Dimanche 14-juil	Pédestre S	6h00 900m	Daniel	Les Esquerdes de Rotja	La Preste Haut Vallespir	95km 1h45	Cheminement le long d'une crête ressemblant à une épine dorsale de saurien pétrifié, haute vallée du Tech.	7h00
Jeudi 18-juil	Pédestre S+	7h30 1275m	Daniel	Pic de Nélassol 2632m	L'Hospitalet d'A Ariège	150km 2h50	La vallée de Siscar et son étang , puis porteille du Sisca jusqu'au pic de Nélassol au centre de jolies vallées.	6h00
Dimanche 21-juil	Pédestre S	7h30 1050m	Michel	Le Pic de Costabone	Prats de Mollo Vallespir	100km 1h50	Sommet transfrontalier chargé d'histoires et d'Histoire. Haut lieu d'estive et de transhumance. Camis ramaders	6h00
Jeudi 25-juil	Itinérance S+	3 jours	Patrick	Comapedrosa 2942m et Pica d'Estat 3143m	Arinsal Andorre	185km 3h15	Le premier 3000 des Pyrénées et au passage l'un des 3 seigneurs d'Andorre, le Pic de Comapedrosa. <i>Voir l'annexe et renseignements auprès de l'animateur</i>	
Dimanche 26-juil								

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ 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
Daniel Bénitière ☎ : 04 68 28 33 98 06 01 43 17 85
Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73
Patrick Masselot ☎ : 04 34 52 02 73

COTATION DES ACTIVITES	
Dénivelé inférieur à 400m, temps de marche inférieur à 5h	F
Dénivelé compris entre 400 et 800m, temps de marche inférieur à 5h	M
Dénivelé compris entre 800 et 1200m, temps de marche inférieur à 6h30	S
Dénivelé supérieur à 1200m, temps de marche supérieur à 6h30	S+
Technicité définie dans le programme	T



Le marcheur de Giacometti

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

Mois de août

Judi 01-août	Itinérance S+ T	2 jours	Daniel	Mont Valier 2838m, Pic des 3 Comtes 2689m	Pla de la Lau Ariège	320km 3h50	La très belle vallée du Riberot. le Mt Vallier s'il n'est pas le plus haut, reste l'un des grands seigneurs d'Ariège. <i>Voir l'annexe et renseignements auprès de l'animateur</i>	6h00
Dimanche 04-août	Pédestre S	6h 1200m	Michel	Les 4 Puigmal	Port de Tosas Cerdanya	130km 2h45	Mont légendaire et emblème de Catalunya.un des 4 Grands de Cerdagne,par un circuit original et surprenant	6h00
Judi 08-août	Pédestre S	5h30 1000m	Michel	La ruta dels Segadors	Bellver de C. Cerdanya	132km 2h00	Chemin (pr c-124)que prenaient jadis les faucheurs de Gosol,journaliers qui venaient pour les moissons.	6h00
Dimanche 11-août	Pédestre S	6h00 1080m	Daniel	Porteilla d'Orlu et Puig de Terrers 2540m	Formiguères Capcir	109km 2h15	Vallée glacière considérée comme l'une des plus belles des Pyrénées et magnifique panorama au Puig de Terrers	6h00
Judi 15-août	Itinérance S	4 jours	Patrick	Autour du Pic de Rhule	Mérens Ariège	163km 2h30	Très beau circuit qui par Rhule nous conduira aux Estanys de Juclà. Pic de Rhule en prime ?. 3 nuits en refuge. <i>Voir l'annexe et renseignements auprès de l'animateur</i>	6h00
Dimanche 18-août								
Judi 22-août	Pédestre S	6h30 700m	Daniel	Puig de la Grava 2671m	Bouillouses Cerdagne	106km 2h15	Depuis le lac des Bouillouses et la longue et douce vallée de la Grava effectuons l'ascension du puig de la Grava	7h00
Dimanche 25-août	Pédestre S+	7h30 1180m	Patrick	Balcon de la Lentilla	Finestret Conflent	56km 0h46	En remontant la Lentilla par le GR36 jusqu'à Ballestavy et retour par la crête orientale	8h00
Judi 29-août	Pédestre S+	6h15 1150m	Patrick	El Vulturó 2658m	Martinet Cerdagne		Intéressant parcours passant par Prat de Cadí, paysages magnifiques et point de vue grandiose.	6h00

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ 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
 Daniel Bénitière ☎ : 04 68 28 33 98 06 01 43 17 85
 Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73
 Patrick Masselot ☎ : 04 34 52 02 73

COTATION DES ACTIVITES	
Dénivelé inférieur à 400m, temps de marche inférieur à 5h	F
Dénivelé compris entre 400 et 800m, temps de marche inférieur à 5h	M
Dénivelé compris entre 800 et 1200m, temps de marche inférieur à 6h30	S
Dénivelé supérieur à 1200m, temps de marche supérieur à 6h30	S+
Technicité définie dans le programme	T



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

Mois de septembre

Dimanche 01-sept	Pédestre S	5h30 1080m	Michel	Le Madres par Urbanya	Col de Tour Conflent	73km 1h24	Dans le Cadre du PNR PC un itinéraire insolite et dépaysant pour redécouvrir ce massif rude à l'âpre beauté	7h
Jeudi 05-sept	Pédestre M	5h15 600m	Patrick	Les crêtes de la Castellane	Mosset Conflent	90km 1h30	Du col de Jau à Mosset, en passant par le Dormidou, un itinéraire aux vues imprenables.	8h
Samedi 07-sept	Itinérance S	4 jours	Michel	Les Encantats	Boï-Taüll Noguera de Tor	200km 3h15	<i>Le parc des superlatifs, des vallées d'exception, des lacs à profusion et des 3000 à l'envie. Nuits en gîtes</i> Voir l'annexe et renseignements auprès de l'animateur	6h
Jeudi 12-sept	Pédestre S	5h30 885m	Daniel	Le Pic des Salines	Las Illas Vallespir	50km 1h00	Le pic des Sallines est le point culminant de ce circuit en crête frontière avec un beau belvédère sur les deux pays.	7h
Dimanche 15-sept			Michel	Forum des Associations	Ste Marie Roussillon		Un stand nous permettra de présenter notre association	
Jeudi 19-sept	Pédestre S+	7h30 1300m	Daniel	Le Roc de France	Montalba Vallespir	73km 1h20	Le Roc de France (Roc de Frausa), point culminant du moyen Vallespir constitue un belvédère exceptionnel.	7h
Dimanche 22-sept	Pédestre S	5h30 950m	Patrick	Font Freda	Jujols Conflent	80km 1h10	Le versant exposé au sud déroule une riche végétation de la forêt méditerranéenne à l'étage montagnard.	8h
Jeudi 26-sept	Pédestre M	5h00 600m	Daniel	Col de Siern	La Preste les B Vallespir	95km 1h45	Ascension de la crête frontière, remarquable point de vue sur le Costabonne et la vallée de Mollo (Espagne)	8h
Samedi 28-sept	Bivouac S	2 jours	Patrick	Le brâme du cerf	Porta Cerdagne	160km 2h30	NUIT EN BIVOUAC. A la Jasse du Printemps, sous le Coll de l'Home Mort, le cerf s'en donne à cœur joie	

Lieu de rendez-vous : parking de l'école maternelle, à Sainte Marie. Co-voiturage : 0,25€ 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
Daniel Bénitière ☎ : 04 68 28 33 98 06 01 43 17 85
Michel Prim ☎ : 04 68 80 65 90 06 18 65 91 73
Patrick Masselot ☎ : 04 34 52 02 73

COTATION DES ACTIVITES

Dénivelé inférieur à 400m, temps de marche inférieur à 5h **F**

Dénivelé compris entre 400 et 800m, temps de marche inférieur à 5h **M**

Dénivelé compris entre 800 et 1200m, temps de marche inférieur à 6h30 **S**

Dénivelé supérieur à 1200m, temps de marche supérieur à 6h30 **S+**

Technicité définie dans le programme **T**

Sont dénommées "séjours" toutes activités d'une durée supérieure à 1 journée.

Dénomination : **Comapedrosa et Pica d'Estat** Date : **du 25-juil au 27-juil-2013**
 Durée : 3 jours Type : Itinérance
 Hébergement : 1/2 pension Refugi de Vallferrera
 Casse-croûte : Non compris Coût : 10,20 €
Départ le mercredi après-midi. Première nuit en gîte en gestion libre
 Limité à : 10 personnes Coût des prestations : 97,00 €
 Date limite d'inscription : **dimanche 16 juin 2013** Arrhes : 25,00 €

Dénomination : **Mt VALIER & Pic des 3 COMTES** Date : **du 01-août au 02-août-2013**
 Durée : 2 jours Type : Itinérance
 Hébergement : 1/2 pension Refugi des ESTAGNOUS
 Casse-croûte : Non compris Coût :
 péage : 8,90€
 Limité à : 10 personnes Coût des prestations : 36,00 €
 Date limite d'inscription : **dimanche 16 juin 2013** Arrhes : 15,00 €

Dénomination : **Autour du Pic de Rulhe** Date : **du 15-août au 18-août-2013**
 Durée : 4 jours Type : Itinérance
 Hébergement : 1/2 pension Refuges de Rulhe et Juclà
 Casse-croûte : Non compris Coût : 8 à 10,20 €
 Limité à : 10 personnes Coût des prestations : 105,00 €
 Date limite d'inscription : **lundi 1 juillet 2013** Arrhes : 25,00 €

Dénomination : **Les Encantats** Date : **du 07-sept au 10-sept-2013**
 Durée : 4 jours Type : Itinérance
 Hébergement : 1/2 pension
 Casse-croûte : Non compris Coût : 8 à 10 €
 Limité à : 12 personnes Coût des prestations : 126,00 €
 Date limite d'inscription : **mercredi 31 juillet 2013** Arrhes : 32,00 €

Dénomination : Date :
 Durée : Type :
 Hébergement :
 Casse-croûte : Coût :
 Limité à : personnes Coût des prestations :
 Date limite d'inscription : Arrhes :

Casse-croûte non compris : le prix est donné à titre indicatif pour achat sur place.

Gestion libre : le repas et le petit déjeuner, non fournis par la structure d'accueil, sont préparés par nos soins.

Les arrhes sont à régler le jour de l'inscription par chèque à l'ordre de RTIS.