



ClaiRando



Calendrier du mois de Mai 2024

<p>Mercredi</p> <p>01</p> <p>Mai</p>	<p>A la recherche des bornes frontières</p> <p>Direction : Belesta</p> <p>Distance A/R : 87km Covoiturage : 7€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 29 Avril 20 heures</p> <p>OU</p> <p>La meulière de St Louis de Parahou</p> <p>Direction : Bugarach</p> <p>Distance A/R : 134km Covoiturage : 10€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 29 Avril 20 heures</p>	<p>Départ : 9 H 00</p> <p>Animateur référent Françoise : francoiselegros44@gmail.com</p> <p>2ième animateur Patrick : 06.08.14.69.65</p> <p>IBP : 44 / dist : 11 Km deniv cumulé : 270 m</p> <p>Départ : 7 H 30</p> <p>Animateur référent Michel: mcaussin@hotmail.com</p> <p>2ième animateur Alain : 06.81.29.59.82</p> <p>IBP : 59 / dist : 15 km deniv cumulé : 560 m</p>
<p>Vendredi</p> <p>03</p> <p>Mai</p>	<p>Autour des lacs</p> <p>Direction : St-Jean-pla-de-Corts</p> <p>Distance A/R : 84km Covoiturage : 8€ (autoroute incluse)</p> <p>Rando douce</p> <p>Inscription avant mercredi 01 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 8 H 30</p> <p>Animateur référent Christian : fernandez.christian@hotmail.fr</p> <p>2ième animateur Jean Claude C: 06.67.38.06.24</p> <p>IBP : 00 / dist : 8,3 km deniv cumulé : 20 m</p>

<p>Lundi 06 Mai</p>	<p>La ronde des légendes</p> <p>Direction : Montseret</p> <p>Distance A/R : 126km Covoiturage : 11€ (autoroute incluse)</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant Samedi 04 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 9 H 00</p> <p>Animateur référent Georges : g.lafumas@hotmail.fr</p> <p>2ième animateur Nadine : 06.87.79.96.08</p> <p>IBP : 38 / dist : 10,6 km deniv cumulé : 300 m</p>
<p>Mercredi 08 Mai</p>	<p>Le signal de l'Alaric</p> <p>Direction : Moux</p> <p>Distance A/R : 198km Covoiturage : 19€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 06 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 8 H 00</p> <p>Animateur référent Patrick : patrick.teil2@wanadoo.fr</p> <p>2ième animateur Françoise : 07.85.40.70.06</p> <p>IBP : 00 / dist : 13,4 km deniv cumulé : 470 m</p>
<p>Dimanche 12 Mai</p>	<p>Fête de la randonnée Sainte-Marie-la-Mer</p> <p>distance A/R : 12km Covoiturage : 1€</p> <p>En cas d'annulation de la fête, nous ferons une sortie qui vous sera communiquée</p> <p>inscription avant lundi 06 mai 20 heures Michel : mcaussin@hotmail.com</p> <p>Difficulté : </p>	<p>Animateurs : à préciser</p> <p>dist : 7 km, dénivelé 20 m Départ : 8 H 30</p> <p>dist : 12 km, dénivelé 40 m Départ : 8 H 00</p> <p>dist: 15 km, dénivelé 47 m Départ : 7 H 30</p> <p>au choix sur inscription</p> <p>Inscription pour la fête avant lundi 06 mai 20 heures Michel : mcaussin@hotmail.com</p>
<p>Mercredi 15 Mai</p>	<p>La baie</p> <p>Direction : Paulilles</p> <p>Distance A/R : 92km Covoiturage : 7€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 13 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 9 H 00</p> <p>Animateur référent Jean Claude C jcoud94@aol.com</p> <p>2ième animateur Georges Lafumas 06,2195,35,66</p> <p>IBP : 30 / dist : 8 km deniv cumulé : 140 m</p>

Mercredi 15 Mai	OU	Départ : 7 H 00 Animateur référent Jean : jobert.jean@orange.fr 2ième animateur Michel : 06.77.58.79.03 IBP : 82 / dist : 18,3 km deniv cumulé : 840 m
	Aygues bones de Fenouillet	
	Direction : Fenouillet Distance A/R : 128km Covoiturage : 10€ Difficulté : 	
Inscription avant lundi 13 Mai 20 heures		

Vendredi 17 Mai	L'île Sainte-Lucie	Départ : 8 H 00 Animateur référent Christian : fernandez.christian@hotmail.fr 2ième animateur Georges : 06.21.95.35.66 IBP : 26 / dist : 9 km deniv cumulé : 40 m
	Direction : Port-la-Nouvelle	
	Distance A/R : 74km Covoiturage : 6€ Rando douce	
Inscription avant mercredi 15 Mai 20 heures		

Lundi 20 Mai	Notre Dame du Carla	Départ : 8 H 00 Animateur référent Georges : g.lafumas@hotmail.fr 2ième animateur Nadine : 06.87.79.96.08 IBP : 43 / dist : 10,7 km deniv cumulé : 330 m
	Direction : Lagrasse	
	Distance A/R : 172km Covoiturage : 13€ Difficulté : 	
Inscription avant samedi 18 Mai 20 heures		
visite de la vinaigrierie		

Mercredi 22 Mai	La vallée de l'Aleman	Départ : 8 H 00 Animateur référent Patrick : patrick.teil2@wanadoo.fr 2ième animateur Dominique : 06.22.16.17.91 IBP : 76 / dist : 8,5 km deniv cumulé : 650 m
	Direction : Mantet	
	Distance A/R : 174km Covoiturage : 13€ Difficulté : 	
Inscription avant lundi 20 Mai 20 heures		

<p>Dimanche</p> <p>26</p> <p>Mai</p>	<p>Le plateau de Lacamp</p> <p>Direction : Dernacueillette</p> <p>distance A/R : 112km Covoiturage : 9€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant vendredi 24 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 8 H 00</p> <p>Animateur référent Didier : didieralbert1003@gmail.com</p> <p>2ième animateur Brigitte : 06.64.01.00.67</p> <p>IBP : 61 / dist : 15 km deniv cumulé : 530 m</p>
<p>Mercredi</p> <p>29</p> <p>Mai</p>	<p>En passant par la cascade</p> <p>Direction : Catllar</p> <p>Distance A/R : 112km Covoiturage : 9€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 27 Mai 20 heures</p> <p>OU</p> <p>Le Madres</p> <p>Direction : Col de Jau</p> <p>Distance A/R : 158km Covoiturage : 12€</p> <p>Difficulté : </p> <p>Inscription avant lundi 27 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 8 H 00</p> <p>Animateur référent Christian : fernandez.christian@hotmail.fr</p> <p>2ième animateur Françoise L : 07.85.40.70.06</p> <p>IBP : 48 / dist : 9,2 km deniv cumulé : 450 m</p> <p>Départ : 7 H 30</p> <p>Animateur référent Michel : mcaussin@hotmail.com</p> <p>2ième animateur Alain : 06.81.29.59.82</p> <p>IBP : 105 / dist : 17 km deniv cumulé : 920 m</p>
<p>Vendredi</p> <p>31</p> <p>Mai</p>	<p>Autour de la chapelle Sant Josep de Torremilà</p> <p>Direction : Saint-Estève</p> <p>Distance A/R : 30 km Covoiturage : 3 €</p> <p>Rando douce</p> <p>Inscription avant mercredi 29 Mai 20 heures</p>	<p>Départ : 9 H 00</p> <p>Animateur référent Christian : fernandez.christian@hotmail.fr</p> <p>2ième animateur Dominique : 06.22.16.17.91</p> <p>IBP : 18 / dist : 7,5 km deniv cumulé : 15 m</p>

Rappel :

les randonnées se font sur inscription auprès de l'animateur référent.