



Happy Days de la retraite sportive

association affiliée à la FFRS Fédération Française de la Retraite Sportive

RANDONNEES DU VENDREDI (1)

PROGRAMME DES RANDONNEES (1) - JANVIER à AVRIL 2020					
Date	Début et fin de la randonnée	Difficulté (2)	Dénivelé/longueur rando	Durée	Km A/R
10 janv	Col de l'Ouillat - Pic San Cristo COL DE L'OUILLAT		300m /10km	3h00	80 km
17 janv	La Farga - L'Ultrera SOREDE		400m/11km	5h00	25 km
24 janv	Tordères - Llauro TORDERES		200m/15km	5h00	60 km
31 janv	Le Rimbau COLLIOURE	+	600m/14km	5h00	20 km
7 fév	Autour du Grand Rocher CARAMANY	+	400m/13km	5h00	120 km
14 fév 21 fév	Vacances d'hiver				
28 fév	Chemin muletier - Cosprons PORT VENDRES		200m/14km	4h00	25 km
6 mars	Boucle de Mondony AMELIE LES BAINS		400m/11km	5h00	70 km
13 mars	Montner - Força Real MONTNER	+	400m/11km	4h00	100 km
20 mars	Cap Rédéris - Cerbère CAP REDERIS		400m/12km	5h00	40 km
27 mars	Notre Dame de Roure TAILLET	+	400m/16km	5h00	80 km
3 avril	Col Banyuls - St Quirze Colera COL DE BANYULS		500m/12km	5h00	50 km
10 avril 17 avril	Vacances de printemps				

(1) Voir au dos les informations importantes

(2) + = difficulté particulière. = facile = moyenne = difficile = sportive

(3) Rendez-vous 8h45 Espace Jean Carrère à Argeles - Départ 9h00