



# PROGRAMME JUIN 2024

sous réserve conditions météo

Date	Animateur	Heure Lieu RDV	Point de départ	Parcours	Durée KMS dénivelé	Difficulté	COvoit	Observations
VENDREDI 7	DENIS	THERMES 0900	LLANCA Plage Grifeu	GR 92 A/R vers le pic PELAT	5 15 500		5	Baignade dans les criques et au retour Resto à l'issue ?
DIMANCHE 9	SEBASTIEN	THERMES 0930	Ermitage Noguer de Seguro	ND de DEU de la salut del mont	6 15 800		5	Chose promise ; chose due... Déjeuner à l'ermitage
VENDREDI 14	GEORGES	THERMES 0900	Laroque des Albères	Casot del guarda	5 12 600		2	Du déjà vu mais toujours agréable
JEUDI 20 VENDREDI 21	BERNARD SEBASTIEN	THERMES 1030	<b>20 AM : rando des cascades</b> <b>Nuit à l'hôtel (50 € la demi-pension)</b> <b>21 : rando ou visite à Nuria</b>					
DIMANCHE 23	HERVE	THERMES 0900	PAU	San Père de Rodes Chapelle San Onofre	5 12 650		5	Rando de l'adhérent ou activités de l'adhérente ML. Apéro chez nos hôtes avec participation
VENDREDI 28	GERARD	AD	Plage du RACOU	Bord de mer		???		RDV au Racou dans l'AM pour une petite ballade. Apéro à 1900 puis nuit chantante festives sur la plage
SAMEDI 29	<b>JOURNEE GRILLADES LAC DE ST JEAN</b>							



ASSEZ FACILE Petite randonnée cependant pas une promenade



PEU DIFFICILE modérée



ASSEZ DIFFICILE rando plus soutenue nécessite un engagement physique