

# RANDO AMITIÉ

Association Loi du 1er Juillet 1901, déclarée en préfecture des Pyrénées-Orientales

**Le 11 octobre 2002 sous le N° 066 2012932.**

Adhérente à la Fédération Française de Randonnée Pédestre

Agréée par la Direction Départementale de la Cohésion Sociale sous le N° 66S1257.

Structure bénéficiant de l'Extension de l'Immatriculation Tourisme Fédérale et du Label Rando Santé 2024/2025



Elle a pour objet de faire découvrir le département, de s'intégrer dans une région et de partager des moments agréables et amicaux en milieu naturel.

Ses activités sont centrées autour de randonnées programmées le jeudi et le dimanche :

## 1°) Les jeudis : Périodes estivales 1/09 au 31/10 et du 1/04 au 30/06

**Lieu de rendez-vous : Rue des glaïeuls 66000 Perpignan. Parking « Carrefour Market »**

- 07 h 15 : Rendez-vous pour la Rando R+PN 12 à 14 km, 600 m de dénivelé,
- 08 h 15 : Rendez-vous pour la Rando moyenne 10 à 12 km, 400 m de dénivelé
- 08 h 15 : Rendez-vous pour la Rando Santé 6 à 9 km, 200 m de dénivelé



**En période hivernale du 1/11 ai 31/03**

**Les randonnées moyennes et Rando Santé seront programmées l'après-midi à 13 h 00**

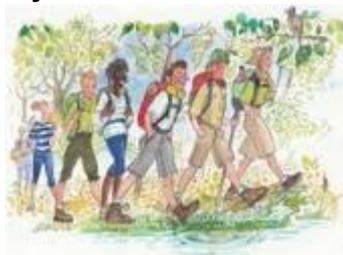
**Les randonnées R+PN seront programmées le 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> jeudi matin à 8 h 15**

## 2°) Les dimanches : En toutes saisons

**Lieu de rendez-vous : Avenue René Cassin 66000 Perpignan. Parking « ALDI »**

- **Le 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> dimanche de chaque mois**, rando famille (Multi-génération)
  - 9 h 15 rendez-vous pour la randonnée famille. 12 km 500 m de dénivelé
- **Le 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> dimanche de chaque mois**, randonnée à la journée.
  - 7 h 15 : Randonnée sportive à la journée 16 à 20 km et jusqu'à 1200 m de dénivelé

## 3°) Organisation de Week-end et de séjours de randonnées.



# RANDO AMITIÉ

Formalités d'inscription : 2024-2025

**Cotisation à l'association :**

**15 € / an**

**Achat d'une licence en fonction du profil choisi :**

- **IRA.** Individuelle RC et Accidents corporels (Tarif fédéral) : **30.85 €**
- **FRA.** Familiale RC et accidents corporels (Tarif fédéral) : **61.50€** (Pour 2 personnes et plus)

**Documents à fournir :**

- Copie de la carte d'identité
- Certificat médical de moins de 6 mois.

**Équipements :**

- Chaussures de randonnée à semelles crantées et tiges hautes.
- Vêtements chauds et vêtement de pluie, chapeau ou casquette.
- Gourde d'eau et en-cas nutritif.
- Petite trousse de pharmacie individuelle.

**Contact : Murielle DENIS**

- Rando Amitié 18 Rue des Rossignols 66430 Bompas
- Tel : 06.62.36.64.77 – Courriel : [randoamitie66@gmail.com](mailto:randoamitie66@gmail.com)

<b>Récapitulatif :</b>	<b>Du 1<sup>er</sup> septembre au 31 octobre et du 1<sup>er</sup> avril au 30 juin</b>	<b>Du 1<sup>er</sup> novembre au 31 mars</b>
<b>Rando santé</b> Distance de 6 km à 9 km Dénivelé de 0 m à 200 m Durée de 2 h 30 à 3 h	Tous les jeudis Rendez-vous à 8 h 15	Tous les jeudis Rendez-vous à 13 h 00
<b>Rando jeudi ½ journée</b> Distance de 10 km à 12 km Dénivelé de 200 m à 400 m Durée de 3 h à 4 h	Tous les jeudis Rendez-vous à 8 h 15	Tous les jeudis Rendez-vous à 13 h 00
<b>Rando jeudi R+PN</b> Distance de 12 km à 14 km Dénivelé de 400 m à 600 m Durée de 4 h à 6 h	Tous les jeudis Rendez-vous à 7 h 15	Les 1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> jeudis Rendez-vous à 8 h 15
<b>Rando famille (multi-génération)</b> Distance de 10 km à 12 km Dénivelé de 300 m à 500 m Durée de 5 h à 6 h	Les 1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> dimanches Rendez-vous à 9 h 15	Les 1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> dimanches Rendez-vous à 9 h 15
<b>Rando dimanche</b> Distance de 16 km à 20 km Dénivelé de 600 m à 1200 m Durée de 6 h à 8 h	Les 2 <sup>ème</sup> et 4 <sup>ème</sup> dimanches Rendez-vous à 7 h 15	Les 2 <sup>ème</sup> et 4 <sup>ème</sup> dimanches Rendez-vous à 7 h 15