

PROGRAMMES RANDOS – JANVIER 2014
(avoir sur soi sa carte d'identité et sa carte de santé européenne)

- Niveau A : randonnée terrain plat, facile et accessible à tous.
- Niveau B : randonnée faible dénivelé, (200 à 300 m), accessible à la plupart.
- Niveau C : randonnée avec dénivelé supérieur à 500 m, demandant un certain entraînement.

1ère SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 6	Montagne de Ciboure; départ parking Trabenia	3 H	B	MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	Le MIRAMAR à partir d'Ascain - Déniv. 450 m	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
MA. 7	Le Pignada à ANGLET.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME. 8	Irun, parc naturel de Aiako Haria avec pique-nique+galettes	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE. 9	JAIZKIBEL depuis Guadalupe - dénivelé 390m	5 H	B	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	La Rhune depuis Sare dén.: 800m	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Carrefour Market

2ème SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée approx.	NiV .	Responsable	Départ (heure et lieu)
Lundi 13	Suhalmendi par Sare; départ parking du Presbytère	3 h	B	MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	la MONTAGNE DE CIBOURE depuis Trabénia, dénivelé 350m	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
Mardi 14	En forêt d' UZTARITZ.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME. 15	St Pee: redoutes depuis le pont d'Amotz	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	8 H 30 - Parking Commissariat
Jeudi 16	LE LARLA depuis Bidarray, dénivelé 500m	5 H	C	PEGGY : Tél :05 59 26 97 35 PORT. 06 23 14 23 18	8 h 30, Parking Carrefour Market
	St Martin d'Arrossa Le Jara Dén:700	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Carrefour Market

VOIR AU DOS SUITE PROGRAMME

3ème SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
Lundi 20	Ibardin Irungo Soro; départ parking venta Elizalde	3 H	B	MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	La Chapelle d'Ainhoa - dénivelé 350m	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
Mardi 21	Le long de la BIDASSOA. (1ère partie).	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 22	Ibaron: croix de Ste Barbe	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
Jeudi 23	AZPILKUETA depuis le village - dénivelé 520m	5 H	C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 3	8 h 30 – Parking Carrefour Market
	Sare-Sentimel-Uriski - depuis Lizarieta - dén.500m	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	LE BEHORLEGI depuis la ferme ETXEBERRIBORDA - dénivelé 950m	5 H 30	C	ANDRÉ LESTANGUET : 06 76 69 67 27	DEPART 8H DU PARKING URDAZURI

4ème SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
Lundi 27	Artzu Portua-Justiz; départ parking ND de la Guadalupe avec pique-nique	3 H + Tps P.N.	B	MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	Le MONT DU CALVAIRE à partir de Bariatou dénivelé 300m	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
Mardi 28	Le long de la Nive . (2ème partie : rond-point de Sutar).	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 29	Sare: Suhalmendi	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
Jeudi 30	Le ZARKAMBIDE depuis le plateau vert (Bidarray) - dénivelé 550m	5 H	C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 3	8 h 30 – Parking Carrefour Market
	Macaye la boucle de L'Ursuya Dén.500m	3 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET

5ème SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée appro	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)