

PROGRAMMES RANDOS – OCTOBRE 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.

LES PROGRAMMES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS EN FONCTION DE LA MÉTÉO

1ère SEMAINE

date	Lieu	Durée appro	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 29	Montagne de Ciboure par Trabénia	3 H	B	JO : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking carrefour market St Jean de Luz
	-			Jean François 06 98 99 92 78	8H30 Parking Urdazuri
MA			A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 1er	Tour du lac d'Ibardin depuis le col	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE 2	Atxuria (Peña Plata) depuis Zugarramurdi Déniv. 600 M	5 H	C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	Ibanteli depuis l'aire de Xabalo – Déniv. 700 m	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Carrefour Market

2ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 6	Benta Negra depuis Sare	3 h	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ
	Montagne de Ciboure – Déniv. 300 m	3 H	B	Jean François 06 98 99 92 78	8h30 - Parking Urdazuri
MA 7	Baie de Chingudi à Hendaye.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 8	Irun: Minería		B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE 9	Mendaur depuis Aurtiz – Déniv. 750	5 H	C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	La Rhune en boucle depuis Trabénia Déniv. 800	6 H	C	Jean Louis 06 82 23 23 65	8 h – Parking Carrefour Market

3ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 13	SAINT MARCIAL avec pique nique en fin de rando	3 H	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ
	SAINT BARBE IBARRON Déniv. 250 M	3 h	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
MA 14	Plaine d' Ansot.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 15	Getaria avec pique-nique	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE 16	Ursuya depuis Urcuray – Déniv. 600	5 h	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	8 H 30 – Parking Carrefour Market
	Haltzamendi depuis Ossès Déniv. 700	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
SA 18	Txindoki depuis Larraitz – Déniv. 950	6 H	C	André 06 76 69 67 27	8h00 - Parking Urdazuri

4ème SEMAINE

date	Lieu	Durée appro	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 20	Col des Abeilles - Ibardin	3 H	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ
	ESNAUR – Déniv. 400 m	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
MA 21	Lac Marion.	3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 22	Zori Benta depuis le pont du diable , route de Dancharia	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 – 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE 23	La Rhune en boucle depuis Trabenia – Déniv. 800	6 H	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	Parking Urdazuri 8 h 30
	Mondarrain depuis Pinodieta Déniv. 700	5H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
SA 25	Txindoki (si non réalisé le 18)	6 H	C	André 06 76 69 67 27	8h00 - Parking Urdazuri

5ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 27	Presbytère Sare	3 H	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ
	MIRAMAR depuis la Carrière d'Ascain Déniv. 450 m	3 h	B	Jean François 06 98 99 92 78	8h30 - Parking Urdazuri
MA 28	Le long de la Bidassoa (1ère partie)	3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06 Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 29	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
JE 30	Tour de l'Harriondi depuis Bidarray – Déniv. 700 m	5 H	C	Beñat Tél : 05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	Baigura depuis Helette Déniv. 750 m	5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ