

## PROGRAMMES RANDOS – MARS 2015

(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

date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 2	Miramar par carrière Ascain	3 H	B	<b>JO : 06 88 21 50 79</b> <b>MONIQUE : 06 31 52 32 63</b>	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	Mont du Calvaire depuis Le Filtre avec pique-nique en fin de rando – dénivel. 570m	3 H	B	<b>JEAN-FRANCOIS FAUCHER</b> Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 - parking URDAZURI
MA. 3	Le long de la NIVE depuis Héauritz	3 H	A	<b>Christian</b> Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME. 4	Ibarron, les hauts d'Ibarron	3H	B	<b>Robert</b> tél : 05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE. 5	Erakurri Iruñarri depuis Ezkurra – déni. 700m	5 H 30	C	Beñat 05 59 63 86 17 Port. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	Mendaur depuis Arantza – dénivel. 800 m	5 H 30	C	<b>J. Louis</b> Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Carrefour Market
<b>SA. 7</b>	Crêtes d'Iparla en boucle depuis Urdoz dénivel. 1150m	6 H 30	<b>C+</b>	André <b>06 76 69 67 27</b>	Parking Urdazuri <b>8h00</b>

### 2ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx.	NiIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 9	Sainte Barbe depuis Ibaron	3 h +	B	<b>JO : 06 88 21 50 79</b> <b>MONIQUE : 06 31 52 32 63</b>	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	tour de Fago depuis le réservoir de Sare – dénivel. 450m	3 H	B	<b>JEAN-FRANCOIS FAUCHER</b> Tel : 06 98 99 92 78	départ 8h30 parking URDAZURI
MA. 10	Vers le Château d'ABADIA	3 H	A	<b>Jean Marc ABADIE</b> Portable : 06.13.26.71.50	9 h, Parking Commissariat
ME. 11	St Pée: redoutes depuis le pont d'Amots <u>départ 8h30</u>	3H	B	<b>Robert</b> tél : 05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	<b>8 H 30</b> - Parking Commissariat
JE 12	Astate depuis la route militaire du Gorramendi (Aizpitza) – dénivel. 700m	5 H	C	Claude Tél : 05 24 33 79 99 PORT. 06 81 74 11 98	8 h 30, Parking Carrefour Market
	Ursuya depuis Macaye – dénivel. 600 m	5 H	C	<b>J. Louis</b> Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Carrefour Market
<b>INFO</b>	<b>RANDOS AVEC JO &amp; MONIQUE</b>				
	Les programmes peuvent être modifiés au dernier moment. Si vous ne passez pas par le lieu de R.V au parking, renseignez vous auprès de vos animatrices. Merci.				

**Dimanche 15**  
**marche de printemps: St Jean/Hendaye**

VOIR  
SUITE  
P.2

## 3ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 16	Le Pont du Diable depuis Aihnoa	3 H	B	<b>JO : 06 88 21 50 79</b> <b>MONIQUE : 06 31 52 32 63</b>	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	autour de Sare – dénivel. 500m	3 H	B	<b>JEAN-FRANCOIS FAUCHER</b> <b>Tel : 06 98 99 92 78</b>	départ 8h30 parking URDAZURI
MA 17	Autour du Lac Mourisco	3 H	A	<b>Christian</b> Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 18	Irun: Minéria	3H	B	<b>Robert</b> tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE 19	Erlo depuis Azpeitia – dénivel. 800m	5 H 30	C	<b>Beñat</b> 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	8 h 30 – Parking Carrefour Market
	Adarza Mendimotxa depuis le col d'Aharza – dénivel.700m	5 H	C	<b>J. Louis</b> Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
<b>SA. 21</b>	Crêtes d'Iparla (si non réalisé le 7)			André 06 76 69 67 27	Parking Urdazuri <b>8h00</b>

## 4ème SEMAINE

date	Lieu	Durée approx.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 23	Xoldokogaina depuis Benta Elissalde Ibardin	3 H	B	<b>JO : 06 88 21 50 79</b> <b>MONIQUE : 06 31 52 32 63</b>	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	Palombières de Sare - dénivel. 400m	3 H	B	<b>JEAN-FRANCOIS FAUCHER</b> <b>Tel : 06 98 99 92 78</b>	départ 8h30 parking URDAZURI
MA. 24	Au sud du Lac de Saint Pée	3 H	A	<b>Christian</b> Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 25	Ermitage de San Martial avec pique-nique départ 8h30	3H	B	<b>Robert</b> tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	<b>8h30</b> - Parking Commissariat
JE 26	Repas à Ibardin			Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34 Jean Louis 06 82 23 23 65	Parking Urdazuri 8h30

## 5ème SEMAINE

Jour & date	Lieu	Durée appro	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 30	Suhalmendi depuis maison retraite Ascain - Jeu de Piste et pique nique en fin de rando	3 H + P.N.	B	<b>JO : 06 88 21 50 79</b> <b>MONIQUE : 06 31 52 32 63</b>	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET ST JEAN DE LUZ
	Mandale depuis Ibardin par le versant espagnol – dénivel. 400m.	3 H	B	<b>JEAN-FRANCOIS FAUCHER</b> <b>Tel : 06 98 99 92 78</b>	départ 8h30 parking URDAZURI
MA 31	Aux environs du Jardin de BERTITZ (Espagne) avec le pique-nique.	3 H	A	<b>Christian</b> Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat