

PROGRAMMES RANDOS – FÉVRIER 2016

(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

" Les distances et les dénivelés sont donnés à titre indicatifs.

Les animateurs se réservent le droit de changer la destination de la randonnée ou de l'annuler"

1ère SEMAINE

date	Lieu	Durée appro.	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU. 1er	Sainte Barbe depuis Ibarro	3h	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8h30 parking carrefour market St Jean de Luz
	Col de Zizkuit depuis le col de Lizuniaga avec pique-nique- 11,2km pour 770m de montée totale	4 H	C	Jean François 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 15 H Parking Urdazuri
MA	Bois de Saint Pée.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 3	Le chêne d'Urdax	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
				Jean Marc ABADIE 06 13 26 71 50	8 H 30 - Parking Commissariat
JE	Mondarrain depuis Atharri - 600m	5h	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	Parking Urdazuri 8h30
	Les villages du Baztan – 450 M	5h	C	J. Louis - Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Urdazuri
SA. 06	Irumugarrieta depuis le port de Lizarrusti - 1150m	7 H	C+	André 06 76 69 67 27	Parking Urdazuri 7h45

2ème SEMAINE

date	Lieu	Durée appro.	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 8	Intsola depuis Mantto Baïta	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
	Sentier des Mulets depuis Herboure; 8km pour 400m de montée totale	3 H	B	Jean François 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 12 H 30 Parking Urdazuri
MA 9	Le long de la Nive (2ème partie)	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 10	Artzu-Portua depuis N.D. de la Guadalupe	3 H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
				Jean Marc ABADIE 06 13 26 71 50	8 H 30 - Parking Commissariat
JE 11	Legate depuis Lekaroz – 800 M	5h30	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	8h30 - Parking Urdazuri
	Baigura depuis la base de loisirs - 700m	5h30	C	Jean Louis 06 82 23 23 65	Parking Urdazuri 8h30
SA. 13	Irumugarrieta depuis le port de Lizarrusti (si non réalisé le 6)			André 06 76 69 67 27	Parking Urdazuri 7h45

3ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 15	Irungo Soro depuis venta Elizalde	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
	Punta Biosnar depuis Guadalupe avec pique-nique; 12km pour 600m de montée totale	4 H	C	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 15 H parking URDAZURI
MA 16	Au sud du lac de Saint Pée	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 17	San Martial avec pique-nique	3H	B	Robert :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 – 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
				J. Marc ABADIE 06 13 26 71 50	8 H 30 - Parking Commissariat
JE 18	Alkurruntz depuis Amaiur - 750m	5 H 30	C	Claude 05 24 33 79 99 06 81 74 11 98	8h30 - Parking Urdazuri
	Mondarrain depuis le Pas de Roland - 750m	5 H 30	C	Jean Louis 06 82 23 23 65	8 H 30– Parking Carrefour Market

4ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 22	Suhamendi depuis parking maison de retraite d'Ascain avec Pique nique	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
	Azkar depuis Urdax; 8km pour 420m de montée totale	3 H	B	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 12 H 30 parking URDAZURI
MA 23	Lieu-dit « Jaizubia » (Espagne)	3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 24	Suhalmendi depuis Sare	3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 – 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
				J. Marc ABADIE 06 13 26 71 50	8 H 30 - Parking Commissariat
JE 25	Jara depuis Saint Martin d'Arrossa - 700m	5 h 30	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	8 H 30 – Parking Urdazuri
	Mendaur depuis Auritz – 750 M	5 H 30	C	J. Louis - 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING - URDAZURI

5ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 29	Venta Négra 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
	Mondarrain depuis le col de Légaré avec pique-nique - 12km pour 640m de montée totale	4 H	C	Jean François 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 15 H 30 Parking Urdazuri
MA		3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06 Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME		3H	B	Robert tél :05 59 26 32 92 06 15 19 78 19 – 06 72 76 24 22	9 H - Parking Commissariat
JE		5 H	C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT : 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
		5 H	C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ