

PROGRAMMES RANDOS – MARS 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	Tps	NIV.	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU.		3h	B	JO : 06 88 21 50 79 MONIQUE : 06 31 52 32 63	8h30 parking carrefour market St Jean de Luz
		4 H	C	Jean François 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 15 H Parking Urdazuri
MA 1er	Jaizubia (Espagne)	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 02	Sare-Zugaramurdi depuis les grottes	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 03	Tour des Trois des Couronnes – 600 m	5h 30	C	Beñat 05 59 63 86 17 06 64 52 43 34	Parking Urdazuri 8h30
	La Rhune depuis Sare - 800m	5h 30	C	J. Louis - Tél : 06 82 23 23 65	8 h 30 – Parking Urdazuri
SA		7 H	C+	André 06 76 69 67 27	7h45 - Parking Urdazuri

2ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 7	SAIBERRI depuis les grottes de Sarre	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
	Suhalmendi depuis Ascain; 9,5km 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 8	La Plaine d' Ansot	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 h, Parking Commissariat
ME 09	Le chêne d'Urdax	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 10	Zentinel depuis le col de Lizarieta - 700 m	5 h 30	C	Jean François 06 98 99 92 78	8h30 - Parking Urdazuri

	Artzamendi depuis Olhatia (Bidarray) - 750m	5h30	C	Jean Louis 06 82 23 23 65	Parking Urdazuri 8h30
SA. 12	Jaizkibel, ruta de los Acantilados - 1.250 m	8 H	C+	André 06 76 69 67 27	Parking Urdazuri 7 H 30

2

3ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 14	LES HAUTS D AINHOA depuis les carrières	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
	Mendibil depuis Urbiako lepoa avec repas à Zugarramurdi; 8km pour 480m de montée totale	3 H	C	JEAN-FRANCOIS FAUCHER Tel : 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 15 H parking URDAZURI
MA 15	Le Jaizkibel.	3 H	A	Christian Tél : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 16	Pas de rando, sortie Toulouse	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 17	POUR TOUS : Assemblée générale du CODERS64 à Biarritz (VOIR PROGRAMME ADRESSÉ SÉPARÉMENT)				

4ème SEMAINE

date	Lieu	Tps	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 21	ERLAITZ MINERIA - depuis point infos Aiako Harria -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
	Zizkuitz depuis le col de Lizuniaga avec pique-nique; 11km pour 770m 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 22	Donostia (Espagne) avec repas au restaurant	3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06. Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 23	Irun, parc naturel Aiako Harria 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
				J. Marc ABADIE 06 13 26 71 50	8 H 30 - Parking Commissariat
JE 24	Peñas de Itsusi depuis Olhatia (Bidarray) - 750m	5 H 30	C	Claude 05 24 33 79 99 06 81 74 11 98	8 H 30 – Parking Urdazuri
	Mondarrain depuis le Pas de Roland – 750 m	5 H 30	C	J. Louis - 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING - URDAZURI
SA 26	Jaizkibel, ruta de los Acantilados (si non réalisé le 12)			André 06 76 69 67 27	Parking Urdazuri 7 H 30

5ème SEMAINE

date	Lieu	Tps approx	NIV	Responsable	Départ (heure et lieu)
LU 28	FÉRIÉ	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

	Adarza Mendimotxa depuis Banca avec pique-nique; 12,5km pour 850m de montée totale	6 H	C	Jean François 06 98 99 92 78	D. 8 H 30 – R. 18 H Parking Urdazuri
MA 29	Le Bois de Saint Pée.	3 H	A	Christian : 05.59.26.44.06 Portable : 06.52.74.85.84.	9 H - Parking Commissariat
ME 30	N.D. de l'Aubépine depuis Pinodeta	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 31	lbardin et repas en venta ou cidrerie		C	Beñat Tél :05 59 63 86 17 PORT. 06 64 52 43 34	8 h 30, Parking Carrefour Market
	lbardin et repas en venta ou cidrerie		C	J. Louis Tél : 06 82 23 23 65	8 H 30 - PARKING CARREFOUR MARKET - ST JEAN DE LUZ