



Association Eztitasuna

Site Internet : www.eztitasuna.fr

Courriel : eztitasuna@wanadoo.fr

05 59 47 41 17

Le 25/09/2016



Programme des randonnées du mois de Septembre et Octobre 2016

Date	Lieu	Dénivelé	Durée approx	Niveau	Responsable	Départ
Lundi 26/09	Les hauts d'Ibarron depuis parking fronton Ibarron St Pée		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
Jeudi 29/09	Mondarrain depuis le col de Pinodieta	700m	5h	C	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri
	Ursuya depuis Urcuray	600m	5h	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri

Lundi 03/10	Xoldokogaina calvaire de Biriadou		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Xoldokogaina et Mandale depuis Ibardin avec pique-nique	600m 11km	4h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri Retour 15h
Mardi 04/10	La baie de Txingudy à Hendaye		3h	A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 05/10	Biskarzun depuis Ascain			B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat
Jeudi 06/10	Ursuya depuis Macaye	600m	5h	C	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri
	Baigura depuis Oyanetcheberria	750m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri

Lundi 10/10	Sentier des mulets depuis Herboure Urrugne		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Erebi Atxulegi depuis Ainhoa avec pique- nique	770m 12km	4h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri Retour 15h
Mardi 11/10	La plaine d'Ansot sur la Nive		3h	A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 12/10	Redoutes des baïonnettes depuis Ibardin			B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat

Jeudi 13/10	Peñas de Itsusi dep. le col des Veaux	500m	5h	C	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri
	Malda depuis le pas de Roland	700m	5h	C	Claude : 06 81 74 11 98	8h30 parking Urdazuri
Samedi 15/10	Beriain depuis Unanu	900m 19km	6h30	C+	André : 06 76 69 67 27	7h30 parking Urdazuri

Lundi 17/10	Fago - Olhain depuis réserve d'eau Sare		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Akomendi depuis le col d'Itzulegi avec pique-nique	640 m 11,5km	4h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri Retour 15h
Mardi 18/10	La Bidasoa à partir de Béhobie		3h	A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 19/10	Pont du Diable depuis Ainhoa			B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat
Jeudi 20/10	Boucle du Xoldokogaina	500m	5h	C	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri
	La Rhune par Arlepoa	800m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri
Samedi 22/10	Beriain (si non réalisé le 15)				André : 06 76 69 67 27	7h30 parking Urdazuri

Lundi 24/10	Pique nique Redoute en étoile depuis carrières d'Ascain		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Sentier des mulets depuis Herboure; 8km et 390m; retour 12h30; niveau B	390m 8km	3h	B	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri Retour 12h30
Mardi 25/10	La lac Marion à Biarritz		3h	A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 26/10	Ermitage de San Martial (avec pique nique)			B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat
Jeudi 27/10	Jara depuis Irouleguy	700m	5h30	C	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri
	Sarastarri depuis le port de Lizarrusti	650m	5h	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri

Lundi 31/10	Suhalmendi depuis le parking du Presbytère de Sare		3h	B	Jo : 06 88 21 50 79 Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Autour de Sare; 10km et 530m; retour 12h30; niveau C	530m 10km	3h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri Retour 12h30

Informations complémentaires

Les informations données dans le programme (notamment durée, dénivelé et distance) sont données à titre indicatif. De plus, les animateurs peuvent changer la randonnée (en général en raison des conditions météo), ou l'annuler. Dans la mesure du possible, le programme hebdomadaire indiqué en page d'accueil du site Internet (article « Agenda et News ») est mis à jour. Dans tous les cas, les groupes concernés sont prévenus par courriel.

Chaque randonneur devra avoir avec lui sa **carte d'identité ou passeport**, ainsi que la **carte européenne de santé** (une partie des sorties se déroule en Espagne).

Le parking Urdazuri est celui qui se trouve côté Pharmacie (nous n'avons plus l'autorisation de nous garer côté Carrefour).

Rappel sur les niveaux des randonnées

Les randonnées organisées par Eztitasuna sont classées en trois niveaux de difficulté :

- **A** : Randonnée en terrain plat, facile et accessible à tous (1 à 2 heures). Exemples de parcours : de la Chambre d'Amour à la Barre à Anglet, de Béhobie à Txingudy le long de la Bidasoa.
- **B** : Randonnée faible dénivelé (inférieur à 500 mètres), accessible à la plupart (durée 2 à 3 heures). Pas de difficulté technique particulière. Exemples de parcours : Suhalmendi par Sare, Alkurruntz depuis le col d'Otsondo.
- **C** : Randonnée avec dénivelé supérieur à 500 mètres pour une sortie à la journée (durée 5 à 6 heures). Demande un certain entraînement. Les itinéraires peuvent présenter quelques passages techniques peu difficiles (pente raide, pierrier, passage escarpé ou aérien) qui nécessitent un pied assez sûr. Exemples de parcours : La Rhune en boucle depuis Trabenia, Mendaur depuis Arantxa ou Aurtiz.

Une fois par mois environ sont organisées le samedi des ascensions un peu plus longues ou techniques, généralement classées C+.

Ces ascensions présentent un dénivelé supérieur aux sorties habituelles (de l'ordre de 1000 mètres ou plus) et/ou des difficultés techniques spécifiques. Pour chaque ascension est établie une fiche descriptive donnant des éléments sur le sommet projeté et l'itinéraire, et détaillant les caractéristiques de l'ascension (dénivelé et difficultés éventuelles) afin que chacun puisse se positionner par rapport à cette ascension. Dans tous les cas, ces ascensions s'adressent à des marcheurs entraînés pratiquant régulièrement la randonnée. Exemples de parcours : le Txindoki depuis Larraitz, l'Irubelakaskoa depuis Sumus par l'arête Nord Est ou le cirque des Asphodèles.