



# Association Eztitasuna

Site Internet : [www.eztitasuna.fr](http://www.eztitasuna.fr)

Courriel : [eztitasuna@laposte.fr](mailto:eztitasuna@laposte.fr)

06 15 19 78 19

Le 27/03/2017



## Programme des randonnées du mois de Avril 2017

Date	Lieu	Dénivelé	Durée approx	Niveau	Responsable	Départ
Lundi 3	Alkurruntz depuis le col d'Otxondo		3h	B	Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Mendibil depuis Zugarramurdi	750m	5h	C	Jean Michel : 06 25 31 97 99	8h00 parking Urdazuri retour 15h
Mardi 4	Le Pont du Diable			A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 5	Les redoutes d'Amotz		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h pour tous parking Commissariat
Jeudi 6	Baigura depuis la base de Loisirs	700m	5h30	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri
	Gorospil depuis Dancharia	800m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h00 parking Urdazuri
Samedi 8	Anboto depuis le col d'Urkiola	950m	5h30	C+	André : 06 76 69 67 27	<b>7h30</b> parking Urdazuri

Lundi 10	Artzu Portua depuis Guadalupe (avec pique nique)		3h	B	Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Ursuya depuis Macaye	600m	4h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri retour 15h
Mardi 11	Le long de la Bidasoa (ascenseur)			A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 12	La Montagne de Ciboure depuis Trabenia		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat 8h30 avec Jean Marc
Jeudi 13	Larla depuis Arrossa	700m	5h30	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri
	Adarza Mendimotxa depuis Banca	800m	5h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h00 parking Urdazuri

Lundi 17	Féié.					
----------	-------	--	--	--	--	--

Mardi 18	Le bois de Saint Pée			A	Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 19	Alkurruntz (et pique nique)		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h pour tous parking Commissariat
Jeudi 20	Zentiñel depuis Lizarrieta	700m	5h	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri
	Etchecortia et sources de la Bidouze depuis Saint Just Ibarre (Arla)	900m	6h	C	André : 06 76 69 67 27	<b>7h30</b> parking Urdazuri
Samedi 22	Anboto (si non réalisé le 8)				André : 06 76 69 67 27	<b>7h30</b> parking Urdazuri

Lundi 24	Azkar depuis Urdax		3h	B	Monique : 06 31 52 32 63	8h30 parking Urdazuri
	Tour de l'Harriondi depuis Bidarray	700 m	5h	C	Jean Michel : 06 25 31 97 99	8h00 parking Urdazuri retour 15h
Mardi 25	Le jardin de Bertiz (avec pique nique)				Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 26	Artzu Portua depuis Notre Dame de Guadalupe		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 ou 06 72 76 24 22 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat 8h30 avec Jean Marc
Jeudi 27	Harriondi depuis Bidarray	700m	5h30	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri
	Irumugarrieta (Trois Couronnes) depuis la cidrerie Ola	800m	5h30	C	Claude : 06 81 74 11 98	8h00 parking Urdazuri

## 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).

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).

Le 27/03/2017

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'Irabelakaskoa depuis Sumus par l'arête Nord Est ou le cirque des Asphodèles.

Si vous voulez intégrer un groupe, contactez d'abord l'animateur pour qu'il puisse évaluer votre niveau avec vous.