



Association Eztitasuna

Site Internet : www.eztitasuna.fr

Courriel : eztitasuna@laposte.net

06 72 76 24 22

Le 24/02/2018



Programme des randonnées du mois de Mars 2018

Date	Lieu	Dénivelé	Durée approx	Niveau	Responsable	Départ
Jeudi 1er	Gorramendi Gorramakil depuis le col d'Itzulegi	650m	5h	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Ekaitza Mendieder Mendaur depuis Auritz	800m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri
Lundi 5	Palombières d'Etxalar depuis le col de Lizarrieta		3h	B	Jacques : 07 50 07 09 04	8h30 parking Urdazuri
	Le calvaire de Biriadou		3h	B	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Lizartzu depuis Dancharia	900m	5h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h parking Urdazuri
Mardi 6	Jaizkibel depuis Notre Dame de Guadalupe				Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 7	Parc naturel Aiako Harria		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat 8h30 avec Jean Marc
Jeudi 8	Assemblée générale du CODERS 64					
Lundi 12	Mineria depuis Aiako Harria		3h	B	Jacques : 07 50 07 09 04	8h30 parking Urdazuri
	Palombières d'Etxalar depuis le col de Lizarrieta		3h	B	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Santa Barbara depuis le col de Lizarrieta	500m	5h	C	Jean Michel : 06 25 31 97 99	8h parking Urdazuri
Mardi 13	Le lac de Saint Pée				Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 14	Tour du lac d'Ibardin, et repas cidrerie		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h pour tous parking Commissariat
Jeudi 15	Chemin des Sorcières depuis Zugarramurdi	500m	5h	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Behorleguy depuis la ferme Etcheberriborda	900m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 parking Urdazuri

Dimanche 18	Marche de Printemps					8h45 rue Saint Jacques
Lundi 19	Mondarrain depuis le col des Veaux (et repas à Saint Pierre)		3h	B	Jacques : 07 50 07 09 04	8h30 parking Urdazuri
	Itsusi depuis le col des Veaux (et repas à Saint Pierre)		3h	B	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Burga depuis Iñarbil	800m	5h30	C	Jean François : 06 98 99 92 78	8h parking Urdazuri
Mardi 20	Le long de la plage d'Hendaye				Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 21	Ibarron, Sainte Barbe		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat 8h30 avec Jean Marc
Jeudi 22	Zentinelas depuis le col de Lizarieta	700m	5h30	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Zumaia Deba		5h30	C	Jean Michel : 06 25 31 97 99	8h30 parking Urdazuri
Lundi 26	Paramoudras du Jaizkibel depuis le parking « 12,5km »		3h	B	Jacques : 07 50 07 09 04	8h30 parking Urdazuri
	Tour du Mendibil depuis le col d'Urbia		3h	B	Jean Louis : 06 82 23 23 65	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Paramoudras depuis le cap du Figuier	200m	5h30	C	Jean Michel : 06 25 31 97 99	8h parking Urdazuri
Mardi 27	Le jardin de Bertiz (avec pique nique)				Christian : 05 59 26 44 06 ou 06 52 74 85 84	9h parking Commissariat
Mercredi 28	Redoutes d'Amotz		3h	B	Robert : 06 15 19 78 19 Jean Marc : 06 13 26 71 50	9h parking Commissariat 8h30 avec Jean Marc
Jeudi 29	Autza depuis le col d'Ispeguy	750m	5h30	C	Gene : 06 77 26 91 38	8h30 parking Urdazuri Carrefour Market
	Erroilbide (Trois Couronnes) depuis Erlaitz	750m	5h30	C	André : 06 76 69 67 27	8h30 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 d'assurance**

maladie (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). 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.

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

Equipement de base du marcheur ou randonneur :

Chaussures de randonnées, bâtons de marches, sac à dos contenant a minima un coupe-vent et/ou un vêtement de pluie, chapeau ou casquette, eau, crème solaire, encas pour la pause (ou pique nique pour les sorties à la journée). Couverture de survie. Pièce d'identité et la carte européenne d'assurance maladie (utile pour les sorties en Espagne).