

Programme des randonnées de janvier 2019

Jour	Date	Accompagnateur	Lieu	Difficulté	Durée	Dénivelé	Départ	Observations
Vendredi	28/12	Annick	Montagne de Ciboure	assez facile	3h30	400 m	9h	Gaston Larrieu avec casse-croûte.
Dimanche	30/12	Jean-Louis	Adarza et Mendimochta	assez-difficile	5h30	760m	8h30	Gaston Larrieu avec casse-croûte. 14 km
Dimanche	30/12	Annick	Saint Sébastien illuminations	facile			12h30	Gaston Larrieu. Prévoir 25€ environ
Samedi	5/1	Annick	Mondarrain et Ourrezti depuis Itxassou	difficile	4h	558 m	8h30	Gaston Larrieu avec casse-croûte. 9 km.
Jeudi	10/1	Guy	Lac marin à Port d'Albret	facile	2h30	0 m	9h30	Gaston Larrieu avec casse-croûte.
Dimanche	13/1	Bernadette	Baïgoura par chapelle de Hélette	moyenne	4h	610 m	8h30	Gaston Larrieu avec casse-croûte.
Mardi	15/1	Guy	L'étang de Soustons à Azur	très facile	1h45	0 m	9h	Gaston Larrieu. Retour pour 13h
Mercredi	16/1	Michèle	La chapelle d'Aïnhua	assez facile	3h	350 m	9h15	Gaston Larrieu avec casse-croûte.
Samedi et dimanche	19/01 20/01	Patxi Bernadette Marie-Isabelle	Raquettes raclette Soum de Grum	moyen				Sortie nocturne avec accompagnateur de montagne. Raclette au gîte Chavarria préparée en commun. Inscriptions closes
Jeudi	24/01	Comité départemental	Sorde l'Abbaye	facile	2h30	0 m	13h	Gaston Larrieu.
Vendredi	25/01	Annick	St Jean de Marsacq : les us et coutumes	facile	3h30	0 m	8h	Gaston Larrieu. Restaurant à Josse 14,50€. 13,2 km
Samedi	26/01	Guy	Marche nordique Tarnos	facile	2h	0	8h30	Gaston Larrieu retour pour midi

Pour les sorties, inscrivez-vous auprès des accompagnateurs et de Guy: 05 59 56 57 25 / 06 33 06 93 22; guy.miremont@hotmail.fr

Marie-Isabelle : 05 59 56 13 83 ; miball@orange.fr

Annick : 06 04 46 29 15 ; annick.champeaux@sfr.fr

Bernadette : 05 59 93 30 96 ; harispber1@orange.fr

Michèle : 06 81 67 37 34 ; michele.baas@orange.fr

Jean-Louis : 05 59 56 17 49