

# Programme des Randonnées d'Août 2022

Jour	Date	Accompagnateur	Lieu	Cotation*	Distance	Durée	Dénivelé	Départ**	Observations
Mercredi	3/8	Pierre	Rando Santé Tarnos	Très facile	6 Km	2h	~ 0 m	8h30	Gaston Larrieu
Samedi	6/8	Annick	St Pée : les bergeries	Assez facile	13 km	3h30	303 m	8h	Gaston Larrieu avec casse-croûte
Mardi	9/8	Pierre	Larla depuis Bidarray	Moyenne à difficile IBP 76 T3 R3	11 Km	4h00	600 m	8h00	Gaston Larrieu avec casse-croûte Parcours avec rochers
Jeudi	11/8	Alain	Iraukotuturru (Iraty) Par les Bordes de Malbey	Assez difficile T3-R4 IBP 300	11,5 km	6h	800m	7h30	Maximum 12 personnes Gaston Larrieu avec casse-croûte
Dimanche	14/8	Pierre	Crique Azabaratza (secteur Pasaïa)	Moyenne IBP 41 T3 R2	8 Km	4h30	350 m	8h00	Gaston Larrieu avec casse-croûte Fortes pentes et dalles lisses Protection jambes et tiques
Lundi	15/8	Guy	Les brocs : Port de Lannes	Facile		2h30	50 m	8h30	Repas sur place
Mercredi	17/8	Annick	Uhart Mixe	Assez facile	10 km	3h30	230 m	8h	Gaston Larrieu avec casse-croûte
Mercredi	17/8	Jean Claude	Rando santé						
Dimanche	21/8	Pierre	La Rhune depuis chapelle Olhette	Assez difficile	11 Km	5h30	800 m	8h00	Gaston Larrieu avec casse-croûte IBP 78 T3 R3
Jeudi	25/8	Annick	Labatut	Facile	9 km	3h	180 m	8h	Gaston Larrieu avec casse-croûte
Samedi	27/8	Alain	Lac du Puits d'Arious alt 1967m Vallée d'aspe	Moyenne T2 -R2 IBP 150	10 km	4h	700m	7h	Gaston Larrieu avec casse-croûte
Dimanche	28/8	Marie Isabelle	Lac d'Iseye par la vallée d'Aspe	Assez difficile	8,4 km	6h20	960 m		Hébergement en gîte à Lhers si participation à la rando du samedi
Vendredi	2/9		Assemblée Générale					19 h	Salle Emile Cros
Samedi	3/9		Forum des associations					10 h	De 10h à 12h30 au Mur à Gauche
Samedi	3/9		Repas anniversaire des 10 ans des Croque-Chemins					12h30	Ecole des Barthes

\*Pour une préparation physique moyenne

\*\*Rendez-vous 10 mn avant l'heure de départ