

PROGRAMME AVRIL 2025

**INSCRIPTIONS UNIQUEMENT SUR: cleopatre0703@gmail.com
au plus tard le mercredi minuit, mercredi précédant la sortie**

VENDREDI 4 AVRIL

De la plage du Métro à Tarnos jusqu'à la digue : une boucle de 10 km, parfaite pour une marche active dans la plus grande tranquillité.

Rendez-vous à 13h30 Pkg Mac Do Tarnos

DIMANCHE 6 AVRIL

VILLEFRANQUE

Parcours de la Milafrangan Gaindi



Randonnée qui vous fera découvrir les paysages de la vallée de la Nive.
Distance : 11 km - Dénivelé : 400 m

Rendez-vous à l'ASPTT à 9 h (pique-nique)

VENDREDI 11 AVRIL

Circuit de la grande barthe à Saubusse



Dans ses vastes prairies inondables, appelées barthes, vivent des chevaux en semi-liberté. La faune y est très riche : hérons cendrés, aigrettes, ...

Parcours de 12 km environ.

Rendez-vous : 13h15 Pkg Mac Do Tarnos

DU SAMEDI 12 AU LUNDI 14 INCLUS



Vallée de Caderechas et Burgos

JEUDI 17 AVRIL

Un jeudi à la campagne : GUICHE



Situé à la confluence de l'Adour et de la Bidouze, **GUICHE** bénéficiait d'une position stratégique pour le commerce et transit par voie d'eau.

Les Gramont deviennent les seigneurs de Guiche. (Période du XVI au XVIII siècle) C'est le temps des guerres de religion, celui de Corisande d'Andoins, comtesse de Guissen. Le village prend sa forme actuelle, la révolution clôture cette période.

Distance : 17 km - Dénivelé : 450 m

Rendez-vous à l'ASPTT à 9 h (pique-nique)

LUNDI 21 AVRIL

DEBA ZUMAIA ou la Route du Flysch



Ce sentier longe l'une des falaises côtières les plus impressionnantes de la côte basque.

D'une superficie de 4300 hectares terrestre et maritime, le site protégé entre Deba et Zumaia s'étire sur 8 kilomètres de côtes. Il a été déclaré biotope protégé en 2009 par le gouvernement Basque. Le littoral d'une rare beauté abrite un véritable trésor naturel de plusieurs millions d'années : le «flysch ». Les roches qui composent ces couches ont été créées par l'accumulation de sédiments sous la mer. Ces superpositions de strates, où s'alternent des couches de matériel dur (calcaires, grès) avec d'autres molles (marnes et argiles) ont été redressés par les mouvements de la terre pendant la période du crétacé.

Distance : 16 km - Dénivelé cumulé : 500 m

Rendez-vous à l'ASPTT à 8H00 (pique-nique)

JEUDI 24 AVRIL

Reconnaissance : maximum 5 personnes

Les antennes du Jaizkibel

Sur tout le parcours, on longe la crête du Jaizkibel avec une belle vue sur les deux flancs.

Dénivelé : 300 m - Distance : 9 km

Rendez-vous à l'ASPTT à 9 h (pique-nique)

DIMANCHE 27 AVRIL

Les Aldudes



Avec pour origine étymologique « chemin vers les sommets », le village des Aldudes illustre parfaitement le déroulement de l'itinéraire : à travers hêtraie et fougèraie, vous atteindrez la crête rocheuse de l'Hargibel et Harrikulunka (la roche basculante). Ce bloc de 30 tonnes peut bouger. A nous d'essayer.....

Distance : 12 km - Dénivelé : 550 m

Rendez-vous à l'ASPTT à 8H00 (pique-nique)