

PROGRAMME SEPTEMBRE 2022

INSCRIPTIONS UNIQUEMENT SUR: cleopatre0703@gmail.com

au plus tard le mercredi minuit, mercredi précédant la sortie

VENREDI 02 SEPTEMBRE

Lac Hossegor

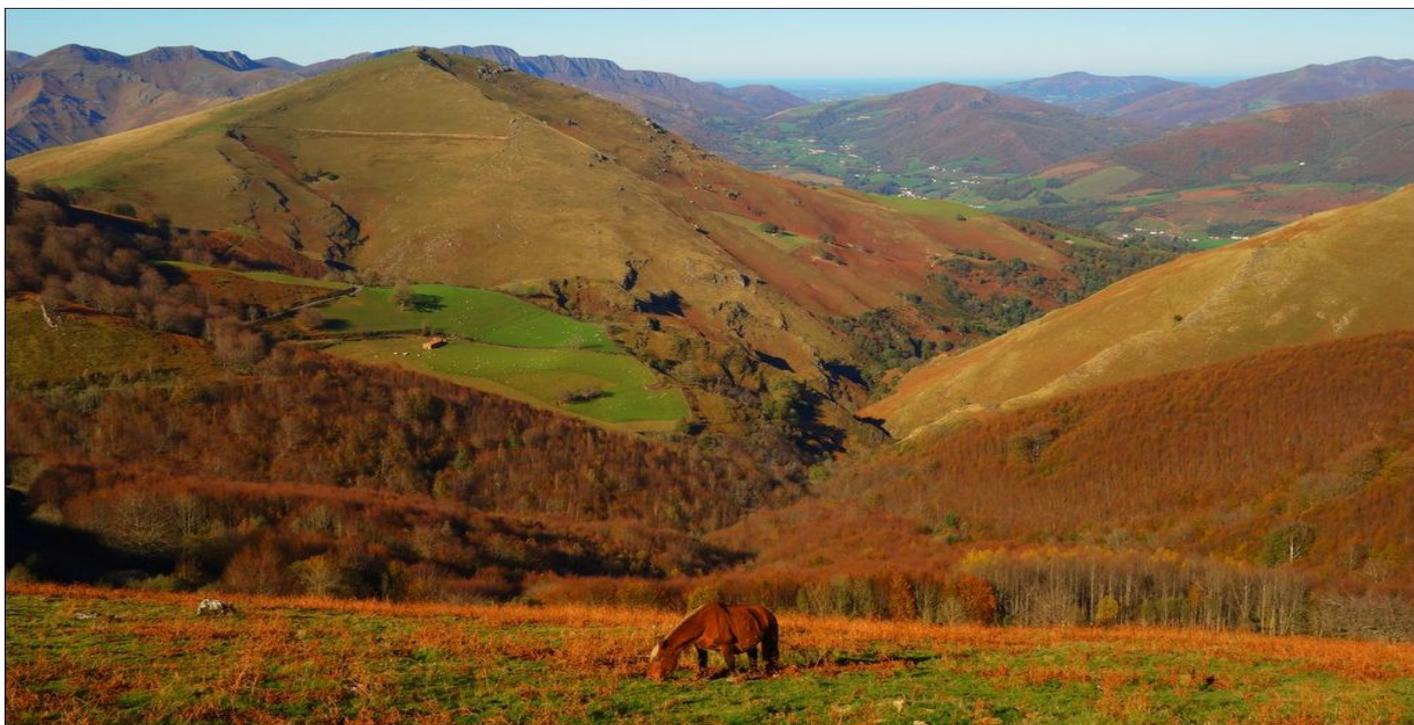


Enfin, le lac pour nous !!!

Rendez-vous :13h30 Parking Mac Do de Tarnos (devant la Boulangerie Ange)

DIMANCHE 04 SEPTEMBRE

LE MUNHOA en boucle depuis Lasse



*Magnifique belvédère de 360 °. La majorité de la montée se fait en pente douce.
Quelques sentes pentues permettent de couper les virages.*

Dénivelé : 600 m

Rendez-vous : 8 H 30 à l'ASPTT (pique-nique)

VENDREDI 09 SEPTEMBRE

Marche active à St Martin de Seignanx

Pour un départ à l'ancienne école des Barthes.

Rendez-vous : 13h30 Boulangerie Les Palmiers - RN 117 - Tarnos

DIMANCHE 11 SEPTEMBRE

L'AZKOBEGI à Lantabat



Vous êtes là au cœur de la province de Basse-Navarre dans ce qu'elle a de plus secret. L'itinéraire proposé offre la possibilité d'un beau parcours de crêtes. La vue sur le massif des Arbailles au sud et des crêtes d'Ipara à l'ouest est de toute beauté !

Dénivelé : 300 m – Distance : 8km.

Un deuxième parcours, facile de 8km et 140 m de dénivelé, serpentant entre champs et collines, pourra être proposé.

Rendez-vous : 8 H 30 à l'ASPTT (pique-nique)

VENDREDI 16 SEPTEMBRE

BARDOS



Selon l'état du terrain :

Soit

*** 1 circuit de 13 km dans les Barthes du Baluar (condition siné qua none : terrain sec)**

Soit

*** 1 circuit de 10 km**

Rendez-vous : à 13h Parking BetM Grand Basque à Bayonne

DIMANCHE 18 SEPTEMBRE

SEJOUR CANTABRIE

VENDREDI 23 SEPTEMBRE

Pas de sortie.

DIMANCHE 25 SEPTEMBRE

HASPARREN



**Randonnée variée, associant une montée par une longue vallée connue pour ses sources et un parcours confortable à flanc de montagne remarquable pour ses points de vue.
Dénivelé : 410 m – Distance 10 km**

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

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

Marche active de pont à pont à Bayonne

Rendez-vous : 13h30 Quai de Lesseps devant les Ets Duprat à Bayonne