



## Programme prévisionnel de Randonnée De MARS – AVRIL 2011

### Informations diverses :

- **Regroupement sur le parking de Carrefour Tarnos, côté Mac Do**, 15 minutes avant l'horaire du départ indiqué – Covoiturage.
- **Horaires des balades variables** en fonction du temps, de la saison et de la distance.
- **Un goûter convivial** est prévu par l'Association à la fin de la randonnée.

### MARS :

**Merc. 02** A. Midi – les Hauts de Came – Dénivelée 140 M – Durée 2H30 – Départ 13H30 – Covoiturage 3 €.

**Dim. 06** A. Midi – Jatxou – la chapelle St Sauveur – Dénivelée 200 M – Durée 3H00 – Départ 13H30 – Covoiturage 2 €.

**Merc. 16** A. Midi – Bonloc – Intxaurmendi – Dénivelée 170 M – Durée 2H00 – Départ 13H30 – Covoiturage 2.5 €

**Week end 19-20** – LE TEICH – Informations et Inscription clôturées pour les 2 jours.

**Sam. 19** Visite guidée du parc – Départ Tarnos 8H00 – Retour vers 22H00 – Visite 15 € – Covoiturage 10 €.

**Dim. 20** La Leyre et la Dune du Pyla – Départ Tarnos 8H00 – Retour vers 22H00 – Covoiturage 10 €.

**Merc. 30** A. Midi – Peyrehorade – Circuit découverte Saumonerie – Dénivelée 20 M – Durée 2H00 – Départ 13H30 – Covoiturage 2.5 €.

### AVRIL :

**Dim. 03** Journée – Ostabat- La chapelle Harambeltz – Sur le chemin de Compostelle – Dénivelée 150 M – Durée 5H00 – Départ 9H00 – Covoiturage 5 €.

**Dim. 10** Journée – Salies de Béarn – Rando Challenge – Dénivelée 150 à 250 M – Durée 5H00 – Départ 8H00 – Covoiturage 4.5 € + péage + Inscriptions 4 €. Informations à venir.

Bonnes vacances

Toutes ces randonnées sont susceptibles de modifications en fonction de la météo et d'imprévus.

### Quelques règles pour la Sécurité de Tous :

- Chaussures de marche adaptées à la Randonnée, Sac à Dos, Bâtons, Sac poubelle....
- Boisson, En-cas, Pharmacie personnelle, Sucre, ...
- Vêtements de pluie ou de soleil et polaires, ...
- Etre vigilant : ne pas se séparer et rester en groupes ...