



Programme des randos Ur Begi

Deuxieme semestre 2024 - Septembre/Janvier



| DATE | HELMUGA / DESTINATION | GUIDES/ NORK ? |
|---|--|--------------------------------------|
| 12/09/2024 groupes 1, 2, 3 et 4 | Rando rentrée Adartza Mendimotxa | |
| | Le "grand tour" 6,5km +450 2h45 Moyen E3/5 T3/5 R 2/5 | JCB, Alains B et L, Panp, Martine |
| | Le "petit tour": Arrolakoharria et col de Xepakoa Boucle 3,5km +150 1h30 Facile E2/5 T3/5 R 2/5 | Michel MaiteG |
| | Le tour des voitures: boucle 50m +50cm 2mn Facile E0/5 T0/5 R0/5 | Marie-Jo, Patrick |
| 26/09/2024 groupe 1 | Ispégi Itzuli Handia Iguzkitan 938m | Panpilli, JCB, |
| | Rando en boucle avec départ église de Baigorri, ascension par les crêtes de Urrizpilota, Tranpeta, sommet de Urrizpilota 938 m ,col de Nekaitz, col d'Ispégi, sentier Arratia retour Baigorri. 15,3 km D+ 938m Durée 6h30 Effort 4/5 Technicité 4/5 Risque 3/5 | Alain B |
| groupe 2 | Cascade de l'Uzkaingo erreka à Ascaïn. | Martine L Maité G |
| | Boucle autour du Bizkartzun. 9km D+300m Durée 3h30 Effort 2/5 Technicité 2/5 Risque 2/5 | Alain L |
| groupe 2 | Goizamendi, Antsestegi et Lizartzu depuis Lizarze. | Michel, Marie-Jo |
| | Boucle: en crête à l'aller, retour peinard et la vue sur la côte ! 14km 670 m Durée 5h Effort 3/5 Technique 2/5 Risque 2/5 | |
| 10/10/2024 groupe 1 | Behorleguy | Panpilli,JCB |
| | Distance: 10 kms Denivelé: + 600 Durée : 5h00 en boucle Effort: 4/5 Technicité:3/5 Risque 3/5 | |
| groupe 2 | Cascade de l'Uzkaingo erreka à Ascaïn. | Michel, Alain B |
| | Boucle autour du Bizkartzun. 9km D+300m Durée 3h30 Effort 2/5 Technicité 2/5 Risque 2/5 | |
| groupe 2 | Goizamendi, Antsestegi et Lizartzu depuis Lizarze. | Alain L |
| | Boucle: en crête à l'aller, retour peinard et la vue sur la côte ! 14km 670 m Durée 5h Effort 3/5 Technique 2/5 Risque 2/5 | Martine L Maité G |
| 24/10/2024 groupe 1 | Txindoki | Panpilli, JCB Alain B, Patrick |
| | En boucle. Départ de Larraitz 10km d+ 890m durée 5h30 Moyen pour les bons, E 3/5,T3/5,R3/5 | |
| groupe 2 | Chemin de Karmen à Etchalar | Martine L Maité G |
| | Randonnée alliant nature et culture, Carmen, l'héroïne de Prosper Mérimé. 11,5km +250 4h | Michel |
| groupe 2 | Olaberri (Larrondo) Erkiza | Maite P, Jesus |
| | départ d'Azpilkueta le village de St François Xavier. 10,5km 550m (9,6km 450m) 4h30 facile E 2, T1, R1 | |

| | | |
|-----------------------|---|--|
| | | |
| 07/11/2024 | Lac de Leurtza Soratxipi, Moraxketa, Bonozorrotz depuis Urrotz | Patrick M, Michel P |
| <i>groupe 1</i> | boucle 15,5km 750m 5h E 4/5... vous verrez bien. Il se peut qu'on vous y envoie avec une carte, une boussole et sans guide. | |
| <i>groupe 2</i> | Chemin de Karmen à Etchalar Randonnée alliant nature et culture, Carmen, l'héroïne de Prosper Mérimé. Pourquoi pas Quasimodo de Victor Hugo ? 11,5km +250 4h | Martine L Maité G Alain B, JCB Panpilli |
| <i>groupe 2</i> | Olaberri (Larrondo) Erkiza départ d'Azpilkueta 39km 47mn 10,5km 550m (9,6km 450m) 4h30 1 facile | Thomas, Alain L |
| 21/11/2024 | Artzamendy 3 cols en boucle | Alain B, JCB |
| <i>groupe 1</i> | 10,7km +700m 5h | |
| <i>groupe 2</i> | La Joyeuse d'Aran distance 12km denivelé +230 durée 3h40 Facile E 2/5, T1/5, R 1/5 | Yolande S Alain L |
| <i>groupe 2</i> | à la découverte de la Joyeuse boucle départ Bonloc, Mendionde, Greciette 11,5km +200m 4h30 Facile Effort 2/5, Technicité1/5, Risque 1/5 | Panpilli |
| 05/12/2024 | Arantza Ekaitza | Panpilli, JCB Michel Patrick |
| <i>groupe 1</i> | boucle sommets Mendieder Ekaitza +++ 16km +970m 6h30 difficile mais Magique! E 4 T 3 R2 IBP110 | |
| <i>groupe 2</i> | La Joyeuse d'Aran distance 12km denivelé +230 durée 3h40 Facile E 2/5, T1/5, R 1/5 | Yolande S Maite G, Martine |
| <i>groupe 2</i> | à la découverte de la Joyeuse boucle départ Bonloc, Mendionde, Greciette 11,5km +200m 4h30 Facile Effort 2/5, Technicité1/5, Risque 1/5 | Panpilli aussi Alain L Alain B |
| 19/12/2024 | Okoro vallée des Aldudes | Patrick M, Panpilli, JCB, Alain B |
| <i>groupe 1</i> | 12,5km +572 5h E2 T1 R1 | |
| <i>groupe 2</i> | Bordaldea depuis St Martin d'Arberoue 9,6km +390 4h Facile Effort 2/5, Technicité1/5, Risque 1/5 | Michel |
| <i>groupe 2</i> | Chemin archéologique de Zentinela depuis Lizarieta. Belle vue, éviter en période de chasse à la palombe. 13km +455m Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5 | Maité G, Martine L Alain L |
| 02/01/2025 | Ispoure Aradoy | Michel P et les bons danseurs |
| <i>groupe 1&2</i> | Pour continuer à danser. 8,23km +384m 3h Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5 | |

| | | |
|-----------------------------------|--|---|
| 16/01/2025 <i>groupe 1</i> | Tout le monde au cap du figuier | Tous |
| | Cap du figuier Paramoudras Crête Jaizkibel guadalupe et retour Distance 18km, Dénivelé + 671m, Durée 6h30 Effort 4/5 Technicité 3/5, Risque 3/5 | |
| <i>groupe 2</i> | Cap du figuier Gadalupe | Tous |
| | Distance:10km, Denivelé: +380, Durée : 4h Effort:3/5 Technicité: 2/5 Risque 2/5 | |
| 30/01/2025 <i>groupe 1</i> | Sentier des moines , Zelhaiburu, St qui sue. Boucle 12km +660 m 5h30 Difficile E3, T4, R4 Départ Basasagara | Alain B, Michel P Panpilli |
| <i>groupe 2</i> | Bordaldea depuis St Martin d'Arberoue | JCB Alain L |
| | 9,6km +390 4h Facile Effort 2/5, Technicité1/5, Risque 1/5 | |
| <i>groupe 2</i> | Chemin archéologique de Zentinela depuis Lizarieta. | Maité G, Martine L Alain B |
| | Belle vue, éviter en période de chasse à la palombe. 13km +455m Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5 | |

En septembre, le plus vite possible, une sortie en fin de soirée pour profiter du coucher de soleil au sommet, regarder la côte s'éclairer, observer les étoiles et rentrer à la frontale.

Un lundi ou mardi soir par beau temps.

| | | |
|---------------------------|--|-------------------------------|
| <i>groupe 2&1</i> | Errebi depuis Pinodieta | Maité G, Martine L |
| | A/R pour sortie de nuit ou au coucher de soleil 8km 380m 3h E2 T1 R1 | |