

# Programme des randos Ur Begi

Premier Semestre 2025 - Janvier/Juin

DATE	HELMUGA / DESTINATION	GUIDES
<b>16/01/2025</b>	<b>Tout le monde au cap du figuier</b>	Tous
groupe1	Cap du figuier Paramoudras Crête Jaizkibel guadalupe et retour Distance 18km, Dénivelé + 671m, Durée 6h30 Moyen Effort 4/5 Technicité 3/5, Risque 3/5	
	<b>Cap du figuier Gadalupe</b>	Tous
groupe 2	Distance:10km, Denivelé: +380, Durée : 4h	
	Facile Effort:3/5 Technicité: 2/5 Risque 2/5	
<b>30/01/2025</b>	<b>Okoro vallée des Aldudes</b>	Alain B, Michel Panpilli
groupe1	Boucle 12,5km +570 m 5h00 Facile E2, T1, R1	
	<b>Bordaldea depuis St Martin d'Arberoue</b>	JCB Alain L
	9,6km +390 4h Facile Effort 2/5, Technicité1/5, Risque 1/5	
groupe 2	<b>Chemin archéologique de Zentinela depuis Lizarieta.</b>	Maité G, Martine L
	Belle vue, éviter en période de chasse à la palombe. 13km +455m Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	
<b>13/02/2025</b>	<b>Sentier des moines , Zelhaiburu, St qui sue.</b>	Alain B, Michel P Panpilli
groupe1	Boucle 12km +660 m 5h30 Difficile E3, T4, R4 Départ Basasagara	
	<b>Cascade de l'Uzkaingo erreka à Ascain.</b>	JCB Alain L
	Boucle autour du Bizkartzun. 7 km +220m Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	
groupe 2	<b>Itzulegi depuis Amaieur</b>	Maité G, Martine L Alain B
	8,5km 515m boucle Moyen Effort 3/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	

<b>27/02/2025</b>	<b>Ispégi Itzuli Handia Iguzkitan 938m</b>	
groupe1	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 ou 14km D+ 938m (ou 11km +860) Durée 6h30 Effort 4/5 Technicité 4/5 Risque 3/5	<b>Panpilli</b>
groupe 2	<b>Cascade de l'Uzkaingo erreka à Ascain.</b>	
	Boucle autour du Bizkartzun. 7 km +220m Facile Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	<b>Maité G, Martine L</b>
	<b>Itzulegi depuis Amaïur</b>	
	8,5km 515m boucle Moyen Effort 3/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	

<b>13/03/2025</b>	<b>Lindus depuis Bihurriabuztanenea (Urepel)</b>	
groupe1	Boucle 14,3km +710 m 5h30 Moyen E3/5 T2/5 R1/5	<b>Michel</b>
groupe 2	<b>Le ravin de Satan vers le col d'Ehunzaroy.</b>	
	Départ de Valcarlos 13km +550m Moyen Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	<b>Maité</b>
	<b>Bidart- St jean de Luz</b>	
	Si passage par plage de Bidart, vérifier la marée 13 km +140m 4h Aller simple, retour en bus Moyen E3/5 T2 ou 3/5 suivant le point de départ R2/5	<b>Michel</b>

<b>27/03/2025</b>	<b>Puztitza-Mendieder depuis Arantza</b>	
groupe1	Distance:16 kms Denivelé: +920 Durée :7h15 en boucle Difficile Effort: 4/5 Technicité: 3/4 Risque: 3/4	<b>Panpilli Michel</b>
groupe 2	<b>Le ravin de Satan vers le col d'Ehunzaroy.</b>	
	Départ de Valcarlos 13km +550m Moyen Effort 2/5, Technicité 1/5, Risque 1/5	<b>Maité</b>
	<b>Bidart- St jean de Luz</b>	
	Si passage par plage de Bidart, vérifier la marée 13 km +140m 4h Aller simple, retour en bus Moyen E3/5 T2 ou 3/5 suivant le point de départ R2/5	

<b>10/04/2025</b>	<b>Alba depuis beartzun</b>	
groupe1	13km +780 5h45 Difficile Effort: 4/5 Technicité: 3/4 Risque: 3/4	<b>Alain B</b>
groupe 2	<b>Agina, Ikatzbizkarra, Lesaka</b>	
	En partie en boucle, hêtres, crêtes, belvédère, monuments, visite village Lesaka 4,5km +210m 3h30 Très facile E 2/5 T 1/5 R1/5	<b>Panpilli</b>
	<b>Iturbide</b>	
	9,2km +410m Moyen E3/5 T2 R2/5	<b>Alain L</b>

<b>24/04/2025</b>	<b>Txindoki</b>	
groupe1	Boucle au depart d'en bas. 10km + 880 durée 5h30 Moyen E 3/5,T3/5,R3/5	<b>Panpilli</b>
groupe 2	<b>Agina, Ikatzbizkarra, Lesaka</b>	
	En partie en boucle, hêtres, crêtes, belvédère, monuments, visite village Lesaka 4,5km +210m 3h30 Très facile E 2/5 T 1/5 R1/5	<b>Panpilli</b>
	<b>Iturbide</b>	
	9,2km +410m Moyen E3/5 T2 R2/5	<b>Alain L</b>

<b>08/05/2025</b>	<b>Autza Abraku Atsola depuis Ixtausko hegia</b>	
groupe1	Boucle 14,2 +910m De tout: des forêts, des dolmens, un village, des rochers pointus, des rochers plats... Difficile Effort 4/5 Technicité 4/5 Risque 3/5	<b>Michel</b>
groupe 2	<b>à la découverte de la Joyeuse</b>	
	Boucle départ Bonloc, Mendionde, Greciette 11,5km +200m 4h30 Facille E2 T1 R1	<b>Panpilli</b>
	<b>La petite Rhune</b>	
	8km +450m Moyen Effort 3/5, Technicité 3/5, Risque 3/5	<b>Alain L</b>

<b>22/05/2025</b>	<b>Le gd tour du massif de l'Urkulu, Ursario</b>	
groupe1	12,6km +616m Moyen Effort 3/5 Technicité 3/5 Risque 3/5	<b>Maité</b>
groupe 2	<b>Urculu depuis Orgambide et visite de la fabrique et musée</b>	<b>Patrick Martine</b>
	Facile Effort 2/5, Technicité 2/5, Risque 2/5	

<b>05/06/2025</b>	<b>Buztanzelai</b>	
groupe1	Boucle Baigorri col Apaloy, Buztanzelai, descente par le gr10, sentier de crête. Distance 12,6km, dénivelé 955, durée 5h40 Difficile E 4/5, T3/5, R 3/5	<b>Patrick</b>
groupe 2	<b>à la découverte de la Joyeuse</b>	
	Boucle départ Bonloc, Mendionde, Greciette 11,5km +200m 4h30 Facile E2 T1 R1	
	<b>La petite Rhune</b>	
	8km +450m Moyen Effort 3/5, Technicité 3/5, Risque 3/5	

<b>19/06/2025</b>	<b>Le Rallye des 30 ans d'Urbegi</b>	
groupe 2 et groupe1	Peu de physique, beaucoup de mauvais esprit et de mauvaise foi, comme d'habitude. 9km +380m 7h30 Facile E 2/5 T 2/5 R2/5	<b>Tous</b>

<b>03/07/2025</b>	<b>Bidarray - Crêtes et Pic d'Iparla</b>	
groupe1	15km +955 7h Difficile Effort 4/5 Technicité 4/5 Risque 3/5	<b>Alain B</b>
groupe 2	<b>Sources de la bidouze</b>	<b>Alain L</b>
	10km +450m 4h30 Facile E2 T1 R1	
	<b>Ihizelay Miramar</b>	<b>Alain L aussi !</b>
	8km +450m Moyen Effort 3/5, Technicité 2/5, Risque 2/5	

groupe 2 et groupe1	<b>Rando de nuit</b>	Tous
	Où ? Quelque part. Quand ? Une nuit sans lune avec un ciel dégagé.	

groupe 2 et groupe1	<b>Séjour 3 jours, 2 nuits dans le Néouvielle.</b>	Tous
	En septembre ... si on trouve un hôtel !	

groupe1 motivé	<b>Raid 4 jours 3 nuits en refuge Cauterets</b>	Certains
	J1 Refuge Wallon par le lac du Pourtet 12,3km +966 m J2 Col de la Fache AR 10km +790m (avec Grande Fache 11,6km +1100m) J3 Refuge des Hourquette par cols Aratille et des mulets 9,5km +850m J4 Petit Vignemale AR et descente parking 17km +870m ou descente seule 8,3km +0m	