












Calendrier des sorties week-end et Séjours 2020 (Maj. 17/10/2019)

<i>Dates</i>	<i>Randonnées</i>	*	<i>Hébergement</i>	<i>Niveau</i>	<i>Animateur de la randonnée</i>	<i>Organisateur de la sortie(logistique)</i>	<i>Observations</i>	<i>Départ</i>
12 janvier	En Gironde						Galettes	8h00
25-26 janvier	Laruns : Montagne verte, cabane de Besse et pic de la gentiane	*	Gite		Bernard M	Guy B et Philippe S	Raquettes	6h00
Vendredi 7 février		Assemblée générale – Apéritif et Repas						
7-8 Mars	Gavarnie : Troumouse et plateau de Saugué	*	Gite		Bernard M	Elisabeth D	Raquettes	6h00
4-5 avril	Pays Basque : Iparla et Irubelakaskoa	*	Gite		Bernard M	Laurent F		6h00
Dimanche 12 avril		10 km et 5 km du HAILLAN et randonnée pédestre dans et autour du Haillan						
8-9-10 Mai	Lescun : Labigouer ,boucle Acherito et Gabedaille.	*	Gite		Bernard M	A définir		6h00
Semaine 20 (3 jours en semaine à préciser)	La Bastide d'Armagnac	*	Gite		Philippe G	Philippe G	Sous réserve possibilité pour le Gite	A définir
13-14 juin	Cantal : Gorges de la Jordane, Puy Griou et Puy Marie	*	Gite		Jean-Paul B	Jean-Paul B		6h00
fin juin en semaine (date à définir)		Sortie annuelle en bus						
18-19 Juillet	Ariège, Ax les Thermes : Pic des 3 seigneurs	*	Gite		Bernard M	Jean-François		6h00


22-23 Aout	Gèdre : Escuzana , Piméné	*	Camping		Bernard M	Bernard M		6h00
5-6 Septembre	Espagne,Sallent : La Grande Fache depuis le refuge de Respumoso.	*	Refuge		Bernard M	Philippe S		6h00
10-11 Octobre	Laruns : Anayet au départ du Corral de las Mulas (Espagne) et le Soum d'Aas	*	Gite		Bernard M	Guy B		6h00
14-15 Novembre	Barèges : Bergons, Pic de Madamète .	*	Gite		Bernard M	A définir		6h00
12 ou 13 Décembre	Pays Basque : La Rhune au départ d'Olhette.				Bernard M		Rando à la Journée suivant Météo	8h00

Lieu de départ : Eglise du Haillan, les heures peuvent être modifiées (cf Rando Mag).


* **Pour les sorties avec inscription** : Vous recevrez en temps utile un bulletin d'inscription.


Pour participer à une sortie, il est nécessaire d'être adhérent de l'ASH section randonnée et montagne lors de la sortie.

Rappel sur les niveaux physiques :

 Niveau facile, 1 à 4h de marche par jour, faible dénivelé

 Niveau intermédiaire, 4 à 6h de marche par jour, avec 300 à 400m de dénivelé

 Niveau avancé, 5 à 6h de marche par jour, avec 500 à 800m de dénivelé, bonne condition physique

 Niveau sportif, plus de 6h de marche par jour, dénivelé de 1000m ou plus, très bonne condition physique