















# ASH RANDONNÉE ET MONTAGNE

## Calendrier des sorties week-end et séjours 2025

Version V5 du 22/01/2025



DATES	DESTINATIONS ET RANDONNÉES	HÉBERGEMENTS	NIVEAUX	ANIMATEURS	ORGANISATEURS	OBSERVATIONS	HORAIRES DÉPART
12 janvier	<b>HOURTIN</b>	<i>Sans objet</i>		Corinne BORDE Catherine ALMIN	Corinne BORDE	Sortie « galettes »	8h30
24 au 26 janvier	<b>LUZ-ST-SAUVEUR</b> <i>(Hautes-Pyrénées)</i>	Village de Vacances CEVEO	à	Didier GARNIER Jacques DON	<u>Didier GARNIER</u> Jacques DON	Raquettes montagne 3 niveaux	7h00
15 et 16 février	<b>FABRÈGES – VALLÉE D'OSSAU</b> Cabane de Chérue (1810m) et Pic <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Gîte « La Caverne » Les-Eaux-Chaudes	ou	Philippe FOGNET	Guy BOUILLAC	Raquettes montagne	6h00
17 au 20 mars	<b>CERDAGNE - CAPCIR</b> <i>(Pyrénées-Orientales)</i>	Maison d'hôtes « Les Ramiers » à Bolquère	et	Denis COMPAGNON Sylvie HIS	Denis COMPAGNON Sylvie HIS	Raquettes montagne 2 niveaux	7h00
22 et 23 mars	<b>VALLÉE D'OSSAU</b> Chapelle de Houndas (830m) Pic Bersaut (1368m) ou Col d'Aran (1796m) Col de Marie-Blanque (1035m) et Pic d'Escuret (1440m) <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Chalets Camping des Gaves A Laruns	à	Jean-Paul BURGUET Philippe FOGNET	<u>Jean-Paul BURGUET</u> Philippe FOGNET	Montagne	6h00
19 au 21 avril (WE de Pâques)	<b>SIERRA DE GUARA</b> Tozal de Guara (2077 m) <i>(Aragon)</i>	Refugio Casa Lardies à Nocito	et	Philippe FOGNET Jean-Paul BURGUET	Philippe FOGNET	Montagne	6h00
20 au 23 mai	<b>SIERRA DE MONTSEC ET DE SAVINOS</b> Passerelles du Montfalcó Congost du Mont Rebei Murallas de Finestras <i>(Aragon)</i>	Albergue de Montfalcó	et	Denis COMPAGNON Sylvie HIS	<u>Denis COMPAGNON</u> Sylvie HIS Mercedes PEREZ	Montagne 2 niveaux	7h00
29 au 31 mai (Pont Ascension)	<b>PIC CARLIT (2921 m) – PIC PERIC (2810m)</b> <i>(Pyrénées-Orientales)</i>	Gîte-auberge du Carlit	et	Philippe FOGNET	<u>Elisabeth DELAGRÉE</u> Guy BOUILLAC	Montagne	6h00
16 au 19 juin	<b>FABRÈGE – LAC D'ARTOUSTE</b> <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Appartements aux Eaux-Bonnes	et	Corinne BORDE Bruno GARRET Frédérique MOUNIER	<u>Corinne BORDE</u> Frédérique MOUNIER	Montagne 2 niveaux	7h00

DATES	DESTINATIONS ET RANDONNÉES	HÉBERGEMENTS	NIVEAUX	ANIMATEURS	ORGANISATEURS	OBSERVATIONS	HORAIRES DÉPARTS
21 et 22 juin	<b>VALLÉE D'ASPE</b> Lac (1691m) et Pic de Lhurs (2176m) Pic Gabedaille (2258 m) <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Gîte Despourrins à Accous		Philippe FOGNET	Guy BOUILLAC	Montagne	6h00
19 et 20 juillet	<b>VALLÉE D'AURE</b> Pic d'Arbizon (2831 m) <i>(Hautes-Pyrénées)</i>	<i>Gîte à définir ou camping</i>		Philippe FOGNET	Jean-Paul BURGUET	Montagne	6h00
23 et 24 août	<b>GAVARNIE – GÈDRE</b> Le Taillon (3144m) par la Brèche (2804m) Tour du Cirque de Troumouse <i>(Hautes-Pyrénées)</i>	Camping à Gèdre		Bernard MONTIGNAC	Marie-Claude MONTIGNAC	Montagne	6h00
20 et 21 septembre	<b>VALLÉE D'ASPE</b> Col de Barrancq (1600m) Pic d'Ansabère (2377 m) <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Camping du Lauzart à Lescun		Philippe FOGNET	<u>Sandrine HAUQUIN</u> Catherine VÉRON	Montagne	6h00
28 au 30 septembre	<b>HAUTE VALLÉE DE LA DORDOGNE</b> <i>(Corrèze)</i>	Domaine du Lac à Soursac	 et 	Denis MOYON Frédérique MOUNIER	<u>Frédérique MOUNIER</u> Éric MARGUET	2 niveaux	7h00
18 et 19 octobre	<b>COUSERANS</b> Pic des Trois Seigneurs (2199 m) Cirque de Cagateille <i>(Ariège)</i>	<i>Gîte à définir (secteur Aulus-les-Bains)</i>	 et 	Philippe FOGNET	Guy BOUILLAC	Montagne	6h00
8 au 10 novembre	<b>QUERCY – VALLÉE DU LOT</b> <i>(Lot)</i>	Hôtel-restaurant « Les Gabarres » à St-Cirq-Lapopie	 à 	Didier GARNIER Bruno GARRET	Didier GARNIER	Plaine 3 niveaux	7h00
22 et 23 novembre	<b>PAYS-BASQUE – BASSE NAVARRE</b> Sommet de l'Autza (1305 m) Adarza (1250m) et Mendimotxa (1244m) <i>(Pyrénées-Atlantiques)</i>	Mobil-home à St-Martin-d'Arrossa		Bernard MONTIGNAC	Élisabeth DELAGRÉE	Montagne	6h00
13 ou 14 décembre	<b>PAYS-BASQUE – LABOURD</b> Col d'Ibardin (317 m) depuis Biriadou	<i>Sans objet</i>		Bernard MONTIGNAC	Bernard MONTIGNAC		8h00





Ce calendrier prévisionnel pourra évoluer (consulter la dernière mise à jour sur [www.ashrando.fr](http://www.ashrando.fr)).

Les sorties s'adressent aux adhérents de l'ASH RANDONNÉE ET MONTAGNE.

Elles font l'objet d'une information diffusée à l'ensemble des adhérents. Une inscription préalable est obligatoire et peut nécessiter le versement d'un acompte.

Lieu de départ : sera précisé avant la sortie avec confirmation de l'heure de départ.

Rappel sur les niveaux physiques :

-  Niveau facile, 1 à 4 h de marche par jour, faible dénivelé
-  Niveau intermédiaire, 4 à 5 h de marche par jour et/ou 250 à 450 m de dénivelé
-  Niveau avancé, 5 à 6 h de marche par jour et/ou 450 à 900 m de dénivelé, bonne condition physique
-  Niveau sportif, plus de 6 h de marche par jour et/ou dénivelé supérieur à 900 m, très bonne condition physique