



## Les Randonneurs des Sables du Born Programme avril 2026

### **INFORMATIONS IMPORTANTES :**

**JEUDI 02 AVRIL** : Journée Interclub à Moliets – détails en pièce jointe

Rendez-vous 1 : Départ **10h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **10h45** parking U Parentis en Born

Covoiturage : **36 €** aller/retour par voiture selon les règles RdSB

**LUNDI DE PÂQUES (06 AVRIL)** : Omelette pascale « **ARCACHON** »

Rendez-vous 1 : Départ **9h45** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **9h45** parking U Parentis en Born

Départ de la rando de 7 km : **10h30** au centre du parc Mauresque à Arcachon pour aller jusqu'aux Halles d'Arcachon

Omelette pascale ou pique-nique tiré du sac au milieu de la braderie

Reprise de la randonnée avec arrêt chez le célèbre Moustache

Retour domicile prévu vers 16h/17h.

Prévoir 15 à 20 € pour l'omelette et la glace

Responsable : Sabine GUINGNIER

**DU 07 AU 14 AVRIL INCLUS** : en raison de la fête foraine à Biscarrosse, rendez-vous covoiturage habituellement à la gare routière se feront sur la place du marché

**11 ET 12 AVRIL** : Championnat régional longe côte à l'Île d'Oléron (Boyardville)

**DIMANCHE 05 JUILLET - 12h00** : 40 ans du club sur le site de Millas à Biscarrosse

Coupon réponse à retourner avant le 30 avril – Voir détails en pièce jointe

**FÉLICITATIONS** à notre animateur marche aquatique, Alain L'Huillier, qui a brillamment réussi sa formation d'entraîneur longe-côte.

### **RAPPEL**

<https://xoyondo.com/u/5488> est à consulter par les inscrits avant chaque marche aquatique, nordique et bâtons dynamiques au cas où la séance serait annulée.

# BÂTONS DYNAMIQUES (nouvelle activité)

**INSCRIPTIONS INTERNET OBLIGATOIRES SUR** : <https://xoyondo.com/u/5488>

Pour 9 participants maximum par séance avec prêt des bâtons dynamiques

Responsable : Armand NODIN

**CHAQUE MARDI de 09h15 à 11h00 sauf LE 21 AVRIL** : BISCARROSSE - Gifi

Rendez-vous 1 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 et départ de la marche : **09h15** parking Gifi

**CHAQUE JEUDI de 09h15 à 11h30 sauf LE 23 AVRIL** : BISCARROSSE - Trappe

Rendez-vous 1 : Départ **08h45** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** gare routière Biscarrosse (sauf du 07 au 14 inclus place du marché)

Départ de la marche : **09h15** parking du cimetière

Séance plus longue et plus technique que le mardi

## RANDO CLASSIQUE

*(Pour les 1/2 journées, boucle de 10 à 12 km environ à allure normale)*

**DIMANCHE 05** : Dimanche de Pâques (pas de rando)

**DIMANCHE 12** : PAYS BASQUE « Itxassou »

Rendez-vous 1 : Départ **06h45** place du marché Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **07h00** parking U Parentis en Born

Circuit 12 km avec un dénivelé positif cumulé de 600 m - Pique-nique tiré du sac

Selon proposition rappelée en pièce jointe

Responsable : Sylviane BORZEIX

**DIMANCHE 19** : ARCACHON

Rendez-vous 1 : Départ **13h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **13h30** parking U Parentis en Born

Départ de la rando : **14h20** parking de la Criée d'Arcachon, rue du Capitaine Allègre

Responsables : Noëlle BERNET - Tél : 06 77 92 42 69

Georges LEFÈVRE

**DIMANCHE 26** : BISCARROSSE NAVARROSSE « La montagnotte »

Rendez-vous 1 : Départ **14h00** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **14h15** gare routière Biscarrosse

Départ de la rando : **14h30** parking Port de Navarrosse

Responsables : Martine BERHOUET

Henriette LHOSTE

## **RANDO DOUCE**

*(Boucle de 8 km environ à allure modérée)*

### **MARDI 07 : SANGUINET « Boucle de l'Estey »**

Rendez-vous 1 : Départ **13h45** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **13h45** place du marché Biscarrosse

Départ de la rando : **14h10** parking du Port de l'Estey à Sanguinet

Responsable : Christine DI MEO

### **MARDI 14 : PARENTIS EN BORN « Poms »**

Rendez-vous 1 : Départ **13h45** place du marché Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **14h00** parking U Parentis en Born

Départ de la rando : **14h15** parking à Poms

Responsable : Serge HUET

### **MARDI 21 : MIMIZAN « lac et forêt »**

Rendez-vous 1 : Départ **13h45** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **14h00** parking U Parentis en Born

Départ de la rando : **14h30** parking Promenade Fleurie Mimizan, avenue du Lac

Responsable : Viviane BOULESTEIX

### **MARDI 28 : BIGANOS « le port dans la forêt »**

Rendez-vous 1 : Départ **13h45** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **13h45** parking U Parentis en Born

Départ de la rando : **14h30** rue Pierre de Coubertin, salle des sports Robert Paul

Responsables : Gérard MÉLÉ

Sylvie MÉLÉ

## **MARCHE RÉCRÉATIVE ET ANIMÉE**

### **SAMEDI 18 : BISCARROSSE**

Rendez-vous : Départ **09h40** parking U Parentis en Born

Départ de la marche **10h00** parking Latécoère à Biscarrosse

Circuit 5 km environ pour un parcours - exercices - jeux

Merci d'envoyer un SMS à la responsable : Sabine GUINGNIER

# MARCHE NORDIQUE

Merci de penser à vous pré-inscrire sur le site : <https://xoyondo.com/u/5488>

**MERCREDI 01** : YCHOUX – Étang - Crastes et Barats

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h00** étang des Forges

Responsable : Philippe COMPIN

**SAMEDI 04** : SANGUINET – plage de Caton

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **08h30** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h00** plage de Caton

Responsable : Bertrand PERRIN

**MERCREDI 08** : SAINTE EULALIE EN BORN - Pont neuf

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** place du marché Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h00** parking du Pont Neuf

Responsable : Christian ROYAL

**SAMEDI 11** : BISCARROSSE - La Broustasse

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** place du marché Biscarrosse

Départ de la marche **09h00** parking haut La Broustasse

Responsable : Armand NODIN

**MERCREDI 15** : PARENTIS EN BORN - Autour de Poms

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h00** de Poms

Responsable : Philippe COMPIN

**SAMEDI 18** : BISCARROSSE - Cugnes

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** gare routière Biscarrosse

Départ de la marche : **09h00** parking de Cugnes

Responsable : Alain WIRTH

**MERCREDI 22** : BISCARROSSE - Sentier botanique

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** gare routière Biscarrosse

Départ de la marche : **09h00** parking sentier botanique

Responsable : Alain WIRTH

**SAMEDI 25** : BISCARROSSE - Le Vivier

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** gare routière Biscarrosse

Départ de la marche : **09h00** parking du Vivier

Responsable : Bertrand PERRIN

**MERCREDI 29** : PARENTIS EN BORN - Le Pierron

Rendez-vous 1 : Départ **08h30** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **08h45** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h00** du Pierron

Responsable : Armand NODIN

# MARCHE AQUATIQUE

LUNDI	14h30 PLAGE DE NAVARROSSE BISCARROSSE	14h30 PLAGE DE CATON SANGUINET
MERCREDI	14h30 PLAGE DE NAVARROSSE BISCARROSSE	
JEUDI	17h30 PLAGE DU PIAOU PARENTIS EN BORN	17h00 PLAGE DE CATON SANGUINET
VENDREDI	14h30 PLAGE DE NAVARROSSE BISCARROSSE	14h30 PLAGE DU PIAOU PARENTIS EN BORN
SAMEDI	10h00 PLAGE DE CATON SANGUINET*	* séance <b>santé</b> en parallèle
DIMANCHE	10h00 PLAGE DU PIAOU PARENTIS EN BORN	10h00 PLAGE DE NAVARROSSE BISCARROSSE

***Ceci ne sont que des prévisions, la validation apparaît le dimanche à S-1 sur <https://xoyondo.com/u/5488>  
INSCRIPTIONS SUR INTERNET OBLIGATOIRES  
Séance annulée à moins de 5 personnes la veille 20h00***

## CONTACT ANIMATEURS :

- SABINE \*
- J-P
- ALAIN W
- MARGIT \*
- BERTRAND
- CHRISTIAN \*
- MAÏTÉ
- ALAIN L
- MARCELINE
- SÉVERINE \*