



## Les Randonneurs des Sables du Born Programme octobre 2024

### **Infos importantes :**

- 01 octobre : Réunion du Conseil d'Administration salle des Arènes à Parentis en Born

### **Marches solidaires Octobre Rose**

- 06 octobre à Biscarrosse : **LES ROSES D'OCTOBRE (VENEZ en ROSE)**

Parking Triscos – Inscriptions 08h30 – Départ marche 09h00

- 13 octobre à Parentis en Born : **TOMATE ET CERISE ROSES**

Arènes – Échauffement en musique 09h30 – Départ marche 10h00

### **NOUVEAU**

**Samedi 12 octobre**

### **Marche récréative et animée à Biscarrosse**

Rendez-vous 1 : départ 09h40 parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : départ 09h50 gare routière Biscarrosse

Départ de la marche 10h00 port de Navarrosse

Circuit 5 kms

**Exercices - jeux**

Merci de s'inscrire par SMS au 06 43 36 25 36 : Sabine GUINGNIER



## **MONTAGNE**

**Programme envoyé séparément**

**Responsable : Éric ZAMPARUTTI –**

# RANDO CLASSIQUE

**DIMANCHE 06 OCTOBRE** : Journée club sentier littoral Pays Basque

Pour les inscrits

Rendez-vous 1 : Départ **07h15** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ du bus **07h30** parking Weldom Parentis en Born

Responsables : Bruno BERNADET -

Viviane BOULESTEIX -

Serge HUET -

Christian LOUET -

**DIMANCHE 13 OCTOBRE** : BISCARROSSE « Trappes - Forêt usagère »

Rendez-vous 1 : Départ **13h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **13h45** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous et départ de la rando **14h00** parking Latécoère

Circuit : environ 11 kms

Responsables : Famille ESCALARD -

**DIMANCHE 20 OCTOBRE** : BISCARROSSE « Coté Ball-Trap »

Rendez-vous 1 : Départ **13h30** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **13h45** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous et départ de la rando **14h00** Croisement La Rive - chemin du ball-trap, direction Sanguinet sur la droite – se garer à 500m de la route

Responsables : Chantal JAMINAIS -

Béatrice FAURE -

**DIMANCHE 27 OCTOBRE** : BISCARROSSE « Petit étang – la Broustasse »

Rendez-vous 1 : Départ **13h50** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : **14h00** parking Trappes Biscarrosse (près du cimetière)

Départ de la rando **14h05**

Circuit environ 11 kms : un classique entre PETIT ÉTANG , BROUSTASSE et retour par le CANAL, ... quelques difficultés vers la Broustasse (portions de sable et/ou...montées) **Attention au passage à l'heure d'hiver.**

Responsable : Jean BÉCHARD -

# RANDO DOUCE

## **MARDI 01 OCTOBRE** : BISCARROSSE plage « Cugnes- Le Vivier-Esplanade »

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

Rendez-vous 2 : Départ **14h10** gare routière Biscarrosse

Départ de la rando **14h30** parking de Cugnes Biscarrosse plage

Circuit 8 kms environ

Responsable : Christian LOUET -

## **MARDI 08 OCTOBRE** : BISCARROSSE

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

Rendez-vous 2 : Départ **14h00** gare routière Biscarrosse

Départ de la rando **14h20** parking de Cugnes Biscarrosse plage

Circuit 8 kms environ

Responsables : Any VIGNAUD -

Nicole BÉCHARD -

## **MARDI 15 OCTOBRE** : BISCARROSSE « Le Vivier »

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

Rendez-vous 2 : Départ **14h10** gare routière Biscarrosse

Départ de la rando **14h30** parking du Vivier Biscarrosse plage

Circuit 8 kms environ

Responsables : Serge HUET -

Fabienne BRUGNET -

## **MARDI 22 OCTOBRE** : BISCARROSSE

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

Rendez-vous 2 : Départ **14h00** gare routière Biscarrosse

Rendez vous et départ de la rando **14h15** parking de Trappe.

Circuit : 8 kms environ

Responsable : Dominique JOUHET -

## **MARDI 29 OCTOBRE** : PONTENX LES FORGES

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

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

Départ de la rando **14h15** Étang des Forges, route d'Escource

Circuit : 8 kms environ

Responsable : Bertrand PERRIN -

# MARCHE NORDIQUE

**Petit rappel** : Pour faciliter à tous la pratique de la marche nordique, nous vous rappelons que le covoiturage existe et que les lieux de rendez-vous sont indiqués sur le planning. **Merci pour votre collaboration.**

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

**Mercredi 02 OCTOBRE** : PARENTIS EN BORN – Autour de Poms

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h10** de Poms

Responsable : Philippe COMPIN -

**Samedi 05 OCTOBRE** : YCHOUX – Étang - Crastes et Barats

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h15** étang des Forges

Responsable : Philippe COMPIN -

**Mercredi 09 OCTOBRE** : BISCARROSSE - Aéroport

Rendez-vous 1 : Départ **08h55** parking U Parentis en Born

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

Responsable : Bertrand PERRIN -

**Samedi 12 OCTOBRE** : PONTENX LES FORGES - Plaine des sports

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h20** plaine des sports

Responsable : Philippe COMPIN -

**Mercredi 16 OCTOBRE** : PARENTIS EN BORN - Saint Trosse

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h15** St Trosse (face aux habitations)

Responsable : Christian ROYAL -

**Samedi 19 OCTOBRE** : BISCARROSSE - La Broustasse

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** gare routière Biscarrosse

Départ de la marche **09h15** parking haut La Broustasse

Responsable : Alain WIRTH -

**Mercredi 23 OCTOBRE** : PARENTIS EN BORN - Esleys

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche : **09h15** à la sortie de Parentis, direction Mimizan, parking sur la gauche

Responsable : Christian ROYAL -

**Samedi 26 OCTOBRE** : YCHOUX - D'ouest en Est

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** parking U Parentis en Born

Départ de la marche **09h15** étang des Forges

Responsable : Bertrand PERRIN -

**Mercredi 30 OCTOBRE** : BISCARROSSE - Le Vivier

Rendez-vous 1 : Départ **08h40** parking U Parentis en Born

Rendez-vous 2 : Départ **09h00** gare routière Biscarrosse

Départ de la marche : **09h20** parking du Vivier

Responsable : Bertrand PERRIN -

# MARCHE AQUATIQUE

LUNDI	14h30 PLAGE DE NAVARROSSE BISCARROSSE	14h30 PLAGE DE CATON SANGUINET (SOUS RÉSERVE ANIMATEURS)
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***

## CONTACT ANIMATEURS :

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