



Les Randonneurs des Sables du Born Programme janvier 2025

INFOS IMPORTANTES :

« GALETTE DES ROIS » DU CLUB DIMANCHE 12 à 16h30, salle du Centre Administratif de Parentis en Born.

Pour tous les adhérents : apportez votre gobelet.



MARCHE RÉCRÉATIVE ET ANIMÉE

SAMEDI 11 : BISCARROSSE

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

Départ de la marche **10h00** parking Brico Leclerc à Biscarrosse

Circuit 5 kms environ

Exercices - jeux

Responsable : Sabine GUINGNIER

Merci de s'inscrire par SMS auprès de Sabine

MONTAGNE

Pour les inscrits

31 JANVIER ET 1ER FÉVRIER : sortie raquettes-montagne à Luz-Saint-Sauveur

RANDO CLASSIQUE

DIMANCHE 12 : PARENTIS EN BORN « rando galette »

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

Rendez-vous 2 : **14h00** parking centre administratif Parentis en Born

Départ de la rando **14h10**

Circuit 8 kms environ

A l'arrivée de la rando, galette des rois à **16h30**, salles A et B du centre administratif

Apporter son gobelet et prévoir des chaussures de rechange pour l'accès aux salles

Responsable : Bruno BERNADET -

DIMANCHE 19 : BISCARROSSE Maguide « La Sportiva »

Randonnée sportive, sur un circuit court mais assez exigeant.

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

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

Rendez-vous 3 : **14h10** parking au bord de la piste cyclable au carrefour des Hautes Rives (après Maguide vers la plage)

Départ de la rando **14h15** du même parking

Circuit 09 kms environ, sentiers... ou pas, pistes, chemins, terrains durs, mous, humides, sableux voire très sableux, montées, descentes.

Chaussures de randonnée préférables.

Responsable : Agnès ZAMPARUTTI -

DIMANCHE 26 : ESCOURCE « au fil de l'Escource »

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

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

Départ de la rando **14h15** parking stade d'Escource (route de Sabres, sur la gauche)

Circuit 10,5 kms environ (sans difficulté)

Responsables : Jean CHARBONNEL ·

Mireille MORIE -

RANDO DOUCE

MARDI 07 : BISCARROSSE

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

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

Rendez-vous 3 : **14h10** pont de Laouadie (parking à droite avant le pont)

Départ de la rando **14h15**

Circuit 8 kms environ

Chaussures imperméables souhaitées

Responsable : Viviane BOULESTEIX -

MARDI 14 : PARENTIS EN BORN « Lucats »

Rendez-vous 1 : **14h00** gare routière Biscarrosse

Rendez-vous 2 : **14h10** parking U Parentis en Born

Départ de la rando **14h20** Lucats (route de Lüe, carrefour D400 - D140)

Circuit 8 kms environ

Responsable : Christian LOUET -

MARDI 21 : SANGUINET

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

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

Rendez-vous 3 : **14h00** parking mairie de Sanguinet

Départ de la rando **14h10**

Circuit 8 kms environ

Responsable : Bruno BERNADET -

MARDI 28 : BISCARROSSE « Navarrosse - Ispe - La Broustasse »

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

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

Départ de la rando **14h15** parking port de Navarrosse

Circuit 8 kms environ

Responsables : Henriette LHOSTE -

Martine BERHOUET -

Auguste NODIN -

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 08 : BISCARROSSE – La Broustasse

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

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

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

Responsable : Alain WIRTH -

SAMEDI 11 : BISCARROSSE – Le Vivier

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

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

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

Responsable : Bertrand PERRIN -

MERCREDI 15 : Pas d'animateur disponible

SAMEDI 18 : BISCARROSSE – Sentier botanique

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

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

Départ de la marche : **09h15** parking sentier botanique

Responsable : Alain WIRTH -

MERCREDI 22 : PARENTIS EN BORN - Esleys

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

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

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

Responsable : Christian ROYAL -

SAMEDI 25 : YCHOUX – D'ouest en est

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

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

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

Responsable : Bertrand PERRIN -

MERCREDI 29 : PARENTIS EN BORN – Autour de Poms

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

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

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

Responsable : Philippe COMPIN -

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 santé 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