



PROGRAMME DU MOIS D'OCTOBRE 2021

Association de la Retraite Sportive de Bayonne
Agréée jeunesse et sport
Maison Des Associations
11 allée de Glain 64100 BAYONNE
ars-bayonne@orange.fr
blog : <https://www.retraitesportive.fr/>

- INFOS - VIE DE L'ARS -

- **Réinscriptions : ATTENTION : La licence/assurance 2021/2022 est obligatoire dès le 1^{er} octobre** pour les activités de randonnée et marche nordique.
Pour pouvoir enregistrer la licence il faut :
1 – une date de CM antérieure à la date de réinscription et postérieure au 1^{er} juin 2021.
2 – que la trésorière ait reçu le virement.
Ceux qui veulent savoir si leur licence a bien été enregistrée peuvent consulter le site de la FFRS (adresse et mot de passe personnel sur vos anciennes cartes de licence).
- **Site ARS** : Un nouveau site est en cours d'élaboration et sera bientôt disponible. En particulier, les inscriptions aux randos se feront directement sur le site, sur une page protégée par un mot de passe que nous fournirons aux adhérents.
Ainsi, il n'y aura plus de problèmes de mails pris pour des spams et/ou qui se perdent ...
Au début, un mode d'emploi et un lien vers la page d'inscription aux randos vous sera envoyé chaque semaine par mail.
- **Mise à jour des listes d'envoi de mails** : A partir d'octobre, seuls les adhérents ayant rempli une fiche de réinscription seront sur la liste. Pour ceux qui hésitent encore (pb de santé ou autre...), ils peuvent s'inscrire en attendant avec le formulaire "sans licence". Sinon ils seront ajoutés à la liste au moment de leur réinscription.
- **Passé sanitaire** : A compter du lundi 09 août le passe sanitaire est obligatoire lors de fréquentation de bars et autres établissements, de passage à la frontière, etc
Afin de ne pas perturber la cohésion et la convivialité des groupes d'activités, l'Association vous demandera de vous mettre en conformité avec la loi. Avant chaque activité vos animateurs qui encadrent ces activités vous le rappelleront. Chacun d'entre vous prendra en toute liberté, sa responsabilité individuelle vis à vis de son groupe.
- **Randonnées** :
 - Comme auparavant, chacun pourra choisir sa rando chaque semaine, en tenant compte de ses capacités mais sans inscription préalable dans un "groupe de niveau". Les inscriptions restent obligatoires .
 - **Tant que le site n'est pas opérationnel** : Pour toute modification (désistement après le mardi 18h, changement de groupe, trajet direct sur le lieu de la rando, etc..) s'adresser **directement** par téléphone à l'**animateur responsable** de la rando.
 - **N'oubliez pas de consulter le blog et le courriel** le jeudi matin avant de partir pour savoir si la randonnée n'a pas été annulée (ou modifiée).
 - **Co-voiturage randonnées** (Sauf indication contraire) :
Le rendez-vous est au parking de la **Marouette** pour les groupes **G1, G2 et G3**.
Le rendez-vous est au parking de **Glain** pour les groupes **G4 et G5**.
Exceptions : parking de covoiturage d' **Ametzondo** pour les sorties.
 - **Attention** : les horaires de RV sont variables (à vérifier chaque semaine).
- **Marche nordique** : Le rendez-vous est de nouveau au **parking Orok Bat** qui est réouvert.

PROGRAMMATION MARCHE NORDIQUE :

Mardi 5		
Mardi 12	G1 et G2 - 9h	Patrick MOGLIA et ...
Mardi 19	Parking Orok bat	
Mardi 26		

PROGRAMMATION RANDONNEE

Jeudi 7 OCTOBRE	G1 - 8h	Irubelakaskoa depuis Bassasagar	Jacques Lacaze et Marcel Noblia	800m - 6h
	G2 - 8h15	Irubelakaskoa depuis Itzulegi	Pierre Blanc et Patrick Saint-Léandre	700m - 6h
	G3A - 8h30	Argibel depuis les Aldudes	Pierre Poux, Louissette Izard et Hall Masterson	600m - 14km
	G3B - 8h30	Esnaur depuis Ascain	Michelle Lassus	500m - 5h
	G4A - 9h	Berges de l'Ardanavy depuis Urt	Fabrice Augey et Beñat Lamagdelaine	6km
	G4B - 9h	Les Barthes d'Etchepelle depuis Ardanavy	Bernard Guériaud et Jacques Capitaine	5km
	G5 - 9h30	Forêt de Chiberta	Georges Thouron	
Jeudi 14 + Béarn	G1 - 7h30	Aiskorri depuis Zegamar	Jacques Goyetche et Jean-Claude Ithursarry	900m - 13km
	G2 - 8h15	Jara depuis Saint Martin d'Arrossa	Michelle Lassus et Babeth Bellegarde	700m - 6h30
	G3 - 8h30	Les Paramourdras depuis Guadalupe	Pierre Blanc et Patrick Saint-Léandre	500m - 6h
	G4 - 9h	Marais d'Orx	Hélène Dubès et Beñat Lamagdelaine	
Jeudi 21	G1 - 7h30	Iparla depuis Iruzate	Alain Ducassou et Jean-Claude Ithursarry	950m - 12km
	G2 - 8h15	Urumugarrieta depuis Ola	Pierre Blanc Patrick Saint-Léandre	700m - 6h
	G3A - 8h30	Vers le Mendaur depuis Arantza	Pierre Poux et Pierre Lesne	600m - 15km
	G3B - 8h30	Tour de l'Atxuria depuis Zugarramurdi	Michelle Lassus et Fabrice Augey	600m - 6h
	G4A - 9h	Astelegui depuis Sohatia	Louissette Izard et Beñat Lamagdelaine	300m - 10km
	G4B - 9h	Tour de La Bastide Clairance	Jacques Capitaine et Bernard Guériaud	200m - 7km
	G5 - 9h30	Baie de Txingudi	Georges Thouron	
Jeudi 28	G1 - 8h	Alkuruntz depuis Amaiur	Joël Gor Jean-Claude Ithursarry	950m - 15km
	G2 - 8h15	Baigura-Laina depuis Oihanaetcheberria	Pierre Blanc et Patrick Saint-Léandre	750m - 6h
	G3A - 8h30	Jaizkibel depuis Guadalupe	Pierre Lesne	550m - 14km
	G3B - 8h30	Azkar depuis Urdax	Michelle Lassus et Babeth Bellegarde	600m - 6h
	G4A - 9h	Zuhalmendi depuis Ascain	Fabrice Augey et Louissette Izard	450m - 4h30
	G4B - 9h	Bergouey depuis la chapelle	Jacques Capitaine et Bernard Guériaud	200m - 8km
	G5 - 9h30	Port de Lanne	Georges Thouron	