

Section Montagne

Programme Hiver 2026

JANVIER

17 - 18 janvier : Raquettes Vallée des gaves & Gavarnie

J1 : Cirque d'Estaubé ou Troumouse (selon enneigement) **Distance : 10 km – Dénivelé +400 m**

J2 : Tour hivernal du cirque de Gavarnie **Distance : 11 km – Dénivelé + 600 m**

Niveau Moyen 2/3 chaussures

Hébergement : Gîte ou refuge Gavarnie.

FEVRIER

14 -15 février : Raquettes vallée de Luchon

J1 : Boucle d'Artigues **Distance : 7 km – Dénivelé +400 m**

J2 : Du col du Portillon au col de Barèges **Distance : 11 km – Dénivelé +650 m**

Niveau Moyen 2/3 chaussures

Hébergement : Auberge ou hôtel à Bagnères de Luchon

MARS

14 - 15 mars : Rando ou raquettes vallée d'Ossau

J1 : Plateau de Castet **Distance : 8 km – Dénivelé +400 m**

J2 : Boucle du cirque et col d'Aneou **Distance : 11 km – Dénivelé +650 m**

Niveau Moyen 2-3 chaussures

Hébergement : Gite ou Auberge, hotel en vallée d'Ossau.

21 mars : Escalade

AVRIL

04-05-06 avril : Rando Sierra de Guara & Alquezar

J1 : Salto de Biege **Distance : 8 km – Dénivelé + 350 m**

J2 : Boucle de Rodellar – Canyon del Mascun & Otin **Distance : 14 km – Dénivelé +600 m**

J3 : Boucle d'Alquezar & Chimiachas **Distance : 14 km – Dénivelé +600 m**

Niveau Moyen : 2/3 chaussures

Hébergement : auberge, gite Alquezar

25-26 avril : Escalade

.

Programme Eté 2026

MAI

08-09-10 Mai : Rando Haut Aragon & Ainsa

J1 : Boucle du cirque de Pineta **Distance : 10 km +550 m**

J2 : Gorges d'Escuain & Vallée de Puertolas **Distance : 15 km – Dénivelée +950 m**

J3 : Estrecho Mediano & Torre de Samitier **Distance : 13 km – Dénivelé +500 m**

Niveau 2/3 chaussures

Hébergement : Auberge , gite, hôtel

23-24-25 Mai : Escalade

JUIN

13-14 Juin : Rando Vallée de Hecho & pic de Castillo de Acher

J1 : Vallée de Hecho & Ibon Acherito **Distance : 8 km – Dénivelé +600 m**

J2 : Pic Castillo de Archer **Distance : 13 km – Dénivelé +1250 m**

Niveau 3 chaussures

Hébergement : gite , hôtel, refuge

JUILLET

4-5 Juillet : Canyoning

11 - 12 Juillet : Bivouac & boucle Massif du Néouvielle

Boucle du Lac d'Oredon vers Aygues-Cluses/ Descente par le vallon du Bastanet jusqu'Artigus

J1 : Départ du lac d'Oredon ,lac d'Aubert et col de Madamète vers les lacs de Madamète et D'Aygues-Cluses Distance : 8 km – Dénivelé +670 m & -230 m 6h30

J2 : Aygues-Cluses ,Houquette Nere, lac de Bastan ,descente par le vallon de Bastanet, lac de l'Oule jusqu'Artigusse Distance : 13 km- Dénivelé + »80 m & -1170 m 6h30

Niveau Assez Difficile : 3/4 chaussures.

Dist : 13km / +380m et -1170m / 6h30

Soit sur 2 jours, un cumulé de 21 km / +1100m et -1400m.

AOUT

29 - 30 aout : Rando Vallée d'Ossau

J1 : Gourette , vallon d'anglas lacs d'Anglas **Distance 10 km – Dénivelé +500m**

J2 : Tor du Pic du pic du Midi d'Ossau **Distance 14 km – Dénivelé +1100**

Niveau 3 chaussures - Dénivelé total : +1100m

Hébergement : Refuge ,gite

SEPTEMBRE

5-6 septembre : Canyoning

19 - 20 septembre : Rando vallée de Luz St Sauveur

J1 : Lac et refuge d'Estom **Distance : 12 km – Dénivelé +400 m**

J2 : Lacs de Cestrede et lac d'Antarouye **Distance : 11 km – Dénivelé +750 m**

Niveau Moyen : 2/3 chaussures

Hébergement : gite.

OCTOBRE

17 - 18 octobre : ***Rando Payolle & lac de Bareilles*** ***(thèmes sur le brame du cerf)***

J1 : Lac de Bareille **Distance : 10 km – Dénivelé +550 m**

J2 : Payolle & Pic de Bassia **Distance : 10 km – dénivelé +650 m**

Niveau moyen 2 chaussures

Hébergement : Bagnères de Bigorre

3 octobre : Escalade

NOVEMBRE

07 - 08 novembre : rando La Rhune Pays Basque

J1 : Boucle de l'Axuria (Alt 758m) au départ de Sare Dist 10km / Déniv : +550m / 4h30
Au départ de Sare, ascension de l'un des beaux sommets de la région, un peu d'effort sans trop de difficultés.

J2 : Ascension de La Rhune (Alt 900m) au départ de Sare Dist 12km / Déniv : +900m / 5h30
L'immersion en Euskadi ne peut ignorer l'ascension de ce sommet tant admiré et convoité par tout basque qui se respecte. Plusieurs itinéraires possibles demandant une bonne forme mais ne présentant pas de difficulté technique.

Niveau Moyen : 2/3 chaussures

Hébergement : Hôtel à Sare

DECEMBRE 2

12 - 13 décembre : rando ou raquettes Hautacam & Cauterets

J1 : Crêtes Hautacam **Distance : 10km – Dénivelé +400 m**

J2 : Cauterets & Pont d'Espagne **Distance : 12 km – Dénivelé +650 m**

Niveau Moyen : 2/3 chaussures

Hébergement : Cauterets

- Le niveau des randonnées :

Il n'y a pas de barème officiel pour calculer la difficulté d'une randonnée. Chaque fédération, chaque club ou chaque agence utilise son mode d'évaluation. L'estimation notée est donc à titre informatif et demeure aléatoire. Sont bien sûr pris en compte le dénivelé, la distance et la durée de la randonnée mais la nature du terrain (accidentés ou herbeux) ajoute parfois de la difficulté. La météo est évidemment un élément majeur qui peut nous être favorable ou à l'inverse intensifier l'effort, particulièrement en cas de forte chaleur ou de froid intense.

- Equipement de randonnée :

Les randonnées sont accessibles à tous mais certaines sorties de niveau 3 notamment requièrent d'être équipé de bonnes chaussures de montagne. Il ne serait pas envisageable notamment d'envisager l'ascension de certains sommets ou d'arpenter des sentiers accidentés avec des baskets légères. Attention aux chaussures de trail qui sont de plus en plus plébiscitées et pas forcément adaptées à la randonnée en haute montagne !

Pensez toujours à préparer votre sac sans oublier quelques éléments de confort et de sécurité essentiels : Quelques vivres de course en sus du pique-nique, barres énergétiques et fruits secs, **une pharmacie individuelle simple** (pansements, médicaments personnels, bande élastoplast, une couverture de survie). **Une frontale** peut s'avérer utile en hiver et en intersaison. L'usage des **bâtons** est au choix de chacun mais peut s'avérer être une aide importante pour certaines randonnées. En fond de sac on prendra toujours une **veste coupe-vent imperméable** (ou goretex) et une **paire de gants et un bonnet**. Sans oublier évidemment les indispensables lunettes de soleil, chapeau, casquette, crème etc.

Responsable sorties rando : Eric Charriere tel : 06 42 90 94 03, mail : chacha_3311@orange.fr
Encadrement de la sortie : Xavier Lucq, accompagnateur en montagne.
Responsable sorties et encadrement escalade et canyons : Ugo Martin tel : 07 82 34 13 56

SORTIES

Ce calendrier est susceptible d'évoluer en fonction des éléments indépendants et difficiles à maîtriser à l'avance tels que : la météo, l'enneigement, la sécurité liée aux conditions en montagne. A noter également que la disponibilité des hébergements est un critère primordial pour l'organisation des journées et peut imposer de modifier le lieu où la date envisagée afin de maintenir la sortie.
Les inscriptions sont prises au plus tôt 1 à 2 mois et 15 j au plus tard avant la sortie.

ADHESION 2025-2026

Adhésion 8 €.
Licence ANCEF 25 €/an.
Assurance couvrant sur une année glissante.
Licence journée ANCEF : 6€/j.

RENSEIGNEMENTS

Transport : Co-voiturage sous votre responsabilité.
Lieu de rendez-vous : défini par le responsable de la sortie.
Départ sortie le samedi vers 7h, retour dimanche vers 22h.
Hébergement : en demi-pension en gite, en refuge, en camping, hôtel. Arrhes à verser si besoin.
Contactez-nous quelques jours avant la sortie pour connaitre les informations sur l'hébergement, le lieu et l'horaire de rendez-vous.