FEPO Programme des Randonnées du 02/11 au 14/12/2026

Date	Groupe	Heure départ	Destination Péage compris dans le covoiturage	A/R km 0,35€/km	Covoit €	Distance dénivelé	difficulté	responsable Serre file
02-nov	G1	8h30	**Le Larla en boucle** Départ Bidarray	96km	37 €	12km 620m	moyenne	Philiipe D. J. Philippe
02-nov	G2	9h00	**Autour de Sare** Départ parking piscine	82km	32 €	10km 420m	IBP 56 moyenne	Patrick Marjo
09-nov	G1	8h30	**Urdaburu** Départ restaurant Susperregui - Errenteria	130km	57 €	10km 460m	IBP 55 moyenne	Marjo Patrick
09-nov	G2	9h00	**Cascade Aitzondo Tunnels Meazuri** (Irun)	96km	45 €	9km 370m	moyenne	J. Philippe Philippe D.
16-nov	G1	8h30	**Oylarandoy** Départ St Etienne de Baigorry - parking de l'école	120km	46 €	11km 780m	IBP 76 difficile	Patrick Marjo
16-nov	G2	9h00	**Miramar** Camp de la Mouize - départ de Trabenia	90km	40 €	12km 600m	difficile	Alain Thierry
23-nov	G1	8h30	**Arradoy** Départ : église d'Ispoure	130km	49 €	13km 600m	moyenne	Babeth Bernard
23-nov	G2	9h00	**L'Alkurrunz** Col Otxando	114km	43 €	11km 460m	moyenne	Philippe L. Michel
30-nov	G1	8h30	**Le pic d'Iparla** Parking de la mairie de Bidarray	96km	37 €	13km 890m	assez difficile	Philippe D. Patrick
30-nov	G2	9h00	**Ibarrun - Zuhalmendi** Départ Saint Pé	72km	29 €	13km 360m	facile	Thierry Alain
07-déc	G1	8h30	**Eskiz** Azpilkueta	120km	46 €	15km 600m	difficile	Phlippe L. Philippe D.
07-déc	G2	9h00	**Urrizpilota** Départ col d'Ispeguy	140km	51 €	9km 550km	moyenne	Michel Patrick
14-déc	G1	8h30	**Artzamendi** Départ Ixtassou	70km	28 €	13km 935m	difficile	Bernard J. Philippe
14-déc	G2	9h00	**Col d'Amezketa** Départ Ixtassou	70km	28 €	13km 600m	moyenne	Babeth Alain, Michel

Rappel :
Se présenter **10 minutes** avant le départ afin d'organiser le covoiturage.
Les animateurs peuvent modifier ou annuler la randonnée suivant les conditions atmosphériques, le faible nombre de participants ou pour tout autre motif.
Les informations concernant la randonnée peuvent être obtenues auprès de l'animateur responsable de la sortie.

Coordonnées des guides-animateurs:

BELLEGARDE Élisabeth	07 67 93 78 70		gerard.bellegarde@orange.fr
DENHEZ Alain	06 83 73 32 92		adenhez@mageos.com
LE PAIH Patrick	06.13.82.40.89		lepaih.patrick@gmail.com
MASSA Marjolaine	06 83 15 63 08		marjolaine.massa@wanadoo.fr
MAYRARGUE Eglantine	06 88 80 27 96		fepo@wanadoo.fr
MOISSANT Bernard	06 87 20 67 59		bernard.moissant@orange.fr
RICHARD Michel	06.60.52.42.91 / 05.59.45.34.24		mmicrich@aol.com
RENAUD Thierry	06 52 86 79 11		thirryrenaud94@gmail.com
QUERRIOUX Joel	06 07 15 56 21		joel.querrioux38@orange.fr
DUBEDOU philippe	06 72 82 35 26		philippe.dubedout40@gmail.com
LAFON Philippe	06 61 63 94 06		philippelaffon1@gmail.com
GAYE Jean-Philippe	06 07 86 87 51		jphgaye@orange.fr
RENAUD Patricia	06 51 47 36 14	Responsable section	randofepo@gmail.com
GUIGNOT MORAINE Catherine	0620 67 72 79	Responsable adjointe section	randofepo@gmail.com

Echelle comparative des valeurs IBP

	Préparation physique Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	Difficulté itinéraire
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile