

Pour votre confort et votre sécurité, les chaussures de marche sont indispensables pour toutes les sorties.

En fonction des conditions météo, les accompagnateurs se réservent le droit de modifier l'itinéraire, la destination ou d'annuler la sortie.

Ce programme est susceptible de modifications.

L'inscription à un « Kit 4 Sorties » est obligatoire pour les sorties Escapades et Randonnées en Montagne.

Le certificat médical d'aptitude à la marche pédestre et/ou randonnée en montagne est obligatoire pour pratiquer ces activités.

Au plaisir de vous retrouver !



RANDONNÉES EN  
MONTAGNE



MARCHES PÉDESTRES

ESCAPADES

ÉVÉNEMENTS

JANVIER À MARS  
2023

MAISON POUR TOUS LEO LAGRANGE PAU  
Secteur Loisirs Pour Tous  
41, rue du Colonel Gloxin  
64000 PAU

Hélène LANGLADE : 06.75.92.99.25  
loisirspourtous@leolagrange-pau.fr  
www.leolagrange-pau.fr



*Ne pas jeter sur la voie publique - N° Siret: 326 047 53700021  
Imprimé par nos soins*

PAU Capitale humaine



# MARCHES PÉDESTRES

DATES	DÉPARTS TARIFS	ACCOMP.	DÉTAILS
Tous les mardis	À 13h30  6 € (départ minibus) 3 € (départ à pied)	Bénévoles MPT Léo Lagrange	RDV MPT Léo Lagrange  2 groupes Même départ mais le 2ème groupe effectuera un circuit plus court.



# ESCAPADES

DATES	DÉPARTS TARIFS	ACCOMP.	DÉTAILS
JEUDI 05 JANVIER	Départ 9H00 18 € (Kit) + 17€ Retour minuit	Henri R.  Bénévole	<b>Festival des Lanternes</b> à Montauban (82) Pique-nique du midi et soir à votre charge
JEUDI 26 JANVIER	8H30 8 € Minibus	Guy M.  Bénévole	<b>Balade + visite Centre de Tri</b> Séviacq-Thèze (64) Pique-nique individuel
JEUDI 02 FEVRIER	9H00 33 € Minibus	Guy M.  Bénévole	<b>Balade 5-6km + Poule au Pot</b> à Gayon Pique-nique individuel
JEUDI 23 FEVRIER	8H30 18 € (Kit) Minibus	Henri R.  Bénévole	<b>Randonnée à La Madeleine</b> (500m D, 12km) Pique-nique individuel
JEUDI 02 MARS	8H30 18 € (Kit) Minibus	Henri R.  Bénévole	<b>Randonnée Tour des Villages</b> Luz St Sauveur (300m D, 12km)  Pique-nique individuel
JEUDI 09 MARS	8H30 18 € (Kit) Minibus	Nathalie C.  Bénévole	<b>Randonnée en Montagne</b> depuis Ostabat (345m D, 12km)  Pique-nique individuel
JEUDI 16 MARS	8H30 18 € (Kit) Minibus	Pierre B.  Accomp. Montagne	<b>Sortie raquettes à neige</b> Lac de Piedrafitta (Jaca) Espagne Pique-nique individuel
JEUDI 30 MARS	8H30 18 € (Kit) Minibus	Jacques L.  Bénévole	<b>Vélo Voie Verte Lourdes</b> Sur piste Pique-nique individuel

# EVENEMENTS



DATES	RDV	DETAILS	TARIFS
MARDI 10 JANVIER	À partir de 17h (retour Marche) Gloxin	<b>Galette des rois</b> <b>Voeux 2023 du président</b>	Offert
JEUDI 02 FEVRIER	Départ 9h en Minibus	<b>Repas «Poule au pot »</b> « Au Rey », à Gayon Balade le matin (5-6km)  <u>Inscription avant le 26 janvier</u>	33€ Repas (tout compris) + sortie Marche
MARDI 07 FEVRIER	À partir de 17h (retour Marche) Gloxin	<b>Concours de Crêpes</b>  Vote et dégustation	Participation de tous



## SEJOURS

DATES	INFOS	ACCOMP.	DÉTAILS
23 au 25 MAI 2023	Réunion de présentation Lundi 20 mars 2023 à 14h30  ---  Inscription à partir du Vendredi 24 mars 2023 14h ( uniquement par téléphone )	Nathalie	Séjour en Navarre (Espagne) en passant par le château d'Olite  17 personnes max

DIRECTION  
**Espagne**  
À LA DÉCOUVERTE D'UN ART DE VIVRE



**JE PEUX PAS  
J'AI  
VACANCES**



# RANDONNÉES EN MONTAGNE

DATES	DÉPARTS TARIFS	ACCOMP.	DÉTAILS
DIMANCHE 15 JANVIER	8 H30 18 € (Kit)  Kit 4 sorties	Bureau Montagne de la Vallée d'Ossau  José Gonzalez et Xavi Lucq	<p><b>Sorties raquettes</b> Selon les conditions météo</p> <p>Payolle – Vallée de Campan Vuelta del Forato – Vallée de Tena Vallée d'Aspe La Contienda - Vallée de Barétous Luz Ardiden - Vallée de Luz Soum de Dabant Aygues- Vallée de Gaves</p> <p>Pique-nique individuel</p>
DIMANCHE 29 JANVIER			
DIMANCHE 12 FEVRIER			
DIMANCHE 26 FEVRIER			
DIMANCHE 12 MARS			
DIMANCHE 26 MARS			



Niveau des randonnées :   
(Entre 300 et 400m dénivelés)  
Options possibles

J'PEUX PAS



- J'AI RANDO -