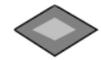




# La Feuille



## des Amis Randonneurs Braxéens

25<sup>e</sup> année - N° 215

4 février 2020 - page 1/3

### LES RENDEZ-VOUS HEBDOMADAIRES – Départ de l'ancienne gare (marche), place du château (vélo)

Mercredi et samedi : 13H30 (vélo)

Samedi : 14h00 (marche)

Dimanche à 9h00 (vélo)

Marche : A. Zanatta (05 61 86 59 32) - vélo : M. Fontayne (06 89 94 25 52) – VTT : J-M Dandurand (05 61 07 56 50)

### PROCHAINES MARCHES sur la journée

Rassemblement sur le parking de la gare,  
5 minutes avant le départ

#### Sa 22 fév : 1<sup>o</sup> Sortie à Riolas

Départ de Brax à 8H00

Agassac : « Sur les traces de l'histoire », 9,5 km, 262 m

#### Menu de Chez Jeanne la Fermière :

Kir – Plateau de charcuterie – Salade aux gésiers  
confits – Suprême de canard émincé sauce fermière –  
Assortiment de légumes – Pêche melba – vin et café

#### Di 1<sup>o</sup> mars : Randonnée des jonquilles à Solomiac

13 km, 100 m - Départ de Brax à 8H00

#### Sa 28 mars : De forêts en vignes dans le Frontonnais

14,5 km, 55 m – Départ de Brax à 8H00

### NOUS Y ETIONS

#### Di 05/01 : Point-café à Rieumes

2 (Jean-Pierre, Michel F)

#### Di 02/02 : Concentration hivernale à Muret

2 (Michel F, Vincent)

### POINT ADHESIONS

- 49 adhésions
- 24 licenciés FFCT
- 25 cotisations marche

**Les adhérent.e.s, qui ne seront pas à jour de leur cotisation, ne recevront plus le bulletin d'information**

### PROCHAINES RANDONNEES VELO

#### Février

Di 09 : Ouverture du Codep à Gardouch

Di 16 : Brevet fédéral de la St Valentin à Rieumes

Sa 22 : 1<sup>o</sup> Sortie à Riolas (69 km, 565 m)

#### Mars

Di 08 : Ouverture Ligue Pyrénées à RABASTENS DE B.

Me 18 : TGV du col des Ares

Sa 21 : Initiation 100 km audax à BRAX

Sa 28 : Randonnée de VILLEMUR

#### Avril

Di 05 : 23<sup>o</sup> Rallye de BLAGNAC

Lu 13 : Randonnée de l'omelette (avec groupe  
pédestre)

Sa 18 : Randonnée en Ariège à ST JEAN DE VERGES

Di 26 : Journée ASPTT à CARBONNE

### 1<sup>o</sup> SORTIE A RIOLAS

Date : samedi 22 février

Départ de Brax à 8H00

### T.G.V DU COL DES ARES

Date : mercredi 18 mars

Départ de Brax à 7H15

Départ de Valentine à 9H00

Col des Ares et Mont-de-Galié : 73 km et 1 133 m

Etape au restaurant « Pyrénées Emotions » au col des Ares

### RANDONNEE EN ARIEGE

Date : samedi 18 avril

Départ de Brax à 7H15

Départ de Saint-Jean-de Verge à 9H00

Prat-d'Albis - col des Marrous : 83 km et 1 659 m

**Prochaine réunion : mardi 7 avril, Maison de la vie associative**

Comité de rédaction : arbrax31@gmail.com - <http://www.amis-rando-braxeens.ffct.org/>

### Inscription repas 1<sup>o</sup> Sortie à Riolas

Date : samedi 22 février

Lieu : Chez Jeanne la fermière à Riolas

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Participation : 25 €/personne

Nb personnes : \_\_\_ Chèque : \_\_\_

**Bulletin d'inscription et chèque à remettre à M.Fontayne ou A.Zanatta avant le 16 février**

# Pentecôte au Pays Basque

Du samedi 30 mai au lundi 1° juin

## Hôtel du Pont

55, route de St Jean-de-Luz - 64310 ASCAIN

Tél : 05 59 54 00 40 - <http://www.hotel-du-pont-ascain.fr/fr>

## Hébergement en demi-pension

- Chambre double : 107 € par personne
- Chambre individuelle : + 44 €

## PROGRAMME

### Samedi 30

Brax : 7h30 => Départ en voiture du parking de la gare

Sortie autoroute N° 8 (Orthez) : 9h30 => Dépose des cyclos

### **Marche**

Hendaye : Domaine d'Abbadia et pointe Sainte-Anne (5 km, 77 m)

puis visite d'Hendaye

### **Vélo**

Orthez– Ascain : 114 km, environ 1 085 m de dénivelé

VTT : Ascain, boucle de 33 km vers Saint-Jean-de Luz

### Dimanche 31

Départ des randonnées à 8h30

- Marche : La Rhune en boucle par le plateau d'Ihizelai et les crêtes de Miramar (9,4 km, 760m)
- Vélo : Escapade au Pays Basque espagnol (79 km, environ 1 317 m)
- VTT : Boucle de la Rhune (35 km, 1 300 m), possibilité de raccourcir

### Lundi 10

Départ des randonnées à 8h30

- Marche : Circuit des Familles à Espelette (7,1 k, 110 m)
- Vélo : Ascain – Cambo-les-Bains (43 km, environ 351 m)
- VTT : Espelette, environ 30 km
- Visite facultative de la Villa Arnaga (8,50€) l'après-midi

## ***Inscription au séjour de Pentecôte au Pays Basque***

**Date** : du samedi 30 mai au lundi 1° juin 2020    **Lieu** : Ascain (64)    **Acompte** : 37 € / pers

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Nb de personnes : \_\_\_\_\_

Montant du chèque : \_\_\_\_\_

*Bulletin à remettre à Michel Fontayne ou Aurore Zanatta, avant le 16 février*

## **Séjour à Minorque**

### **Le Tour de Menorca : Randonnée VTC, VTT et Marche**

**8 jours - 7 nuits dont 6 jours d'activité**

**Date : samedi 17 au samedi 24 octobre**

**Prix du séjour : 685€**

#### **Ce prix comprend :**

- La réservation des hébergements en demi-pension, du diner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8
- Les pique-niques
- Rando : fourniture d'une feuille de route + carte avec tracé surligné
- VTC : fourniture d'un topoguide + carte avec itinéraire surligné + trace GPS électronique
- VTT : fourniture des traces GPS électroniques + carte avec itinéraire surligné
- Les trajets pour le circuit rando en véhicule privé
- Les transports de bagages (15 kg maxi)

#### **Ce prix ne comprend pas :**

- Les assurances, dont vol et séjour
- Les VTT et VTC,
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants) => peuvent être fournis avec la location du vélo
- Les boissons, les dépenses personnelles, la visite des monuments

#### **Assurances optionnelles :**

##### **Forfait n° 1 : La Multirisques = 24€/personne**

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

##### **Forfait n° 2 : Annulation = 16€/personne**

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

#### **Location de vélos**

1. VTC type Orbea 28 10 Open ou équivalent : 80€/personne
2. VTT semi rigide Orbea MX 50 27 ou équivalent : 80€/personne
3. VTT Tout suspendu alu type Cannondale Habit 5 Alu ou Scalpel Si Alu 5 ou équivalent : 160€/personne
4. VTC à assistance électrique type Cannondale Mavaro Neo City ou équivalent : 160€/personne
5. VTT semi rigide à assistance électrique type Cannondale Trail neo ou équivalent : 220€/personne
6. VTT tout suspendu à assistance électrique alu type Cannondale Moterra 3 ou équivalent : 240€/personne

**Trajet avion aller/retour : entre 150€ et 200€**

#### **Ce qu'il faut faire :**

- 1- Réserver les billets avion dès maintenant
- 2- Renseigner la fiche récapitulative (préciser si vous prenez l'assurance optionnelle et louez un VTT)  
*L'assurance optionnelle est conseillée pour les paiements qui ne sont pas effectués avec une CB Visa Premier ou Master Card*
- 3- Payer l'acompte de 40%
  - a. Directement à la Rébenne par CB Visa Premier ou Master Card (envoi autorisation CB à la Rébenne)
  - b. Par chèque à l'ordre de l'ARB pour ceux et celles qui ne paient pas avec une CB
- 4- **Fiche récapitulative et paiement à remettre à M Fontayne ou A Zanatta avant le 16 février**