

## TRAVERSEE DU PAYS BASQUE PAR LES CRÊTES DU 01 AU 06 AOUT 2010

157km 8200M+/9700m-

Par les pics d'Orhy, Occabé, Adi, Atxuria, Ibantelli et la Rhune

Dimanche 01/08 : à partir de 17h accueil des stagiaires au gîte Mendi-Kirolak à

Irissarry

Présentation du stage

Repas

Lundi 02/08 : Départ navette pour La Pierre St Martin (Bélagua)

1ère étape Bélagua/Chalet Pédro 30 km 1950m+/2390m-

Pause casse-croûte au port de Larrau

Chalet Pédro

Discussion autour du repas

Mardi 03/08 : 2ème étape Chalet Pédro/Sorogain 37 km 1900m+/2200m-

Pause casse-croûte au col d'Arnosteguy

Refuge de Sorogain

Discussion autour du repas

Mercredi 04/08 : 3ème étape Sorogain/Elizondo 32 km 1600m+/2200m-

Pause casse-croûte à la Borda Quintoa

Elizondo Hôtel Esquisaroi

Discussion autour du repas

Jeudi 05/08 : 4ème étape Elizondo/Lizuniaga 32km 1600m+/1500m-

Pause casse-croûte au col d'Equizaroy

Col de Lizuniaga Hotel

Discussion autour du repas

Vendredi 06/08 : 5ème étape Lizuniaga/Hendaye 26km 1500m+/1400m-

Pause casse-croûte à Ibardin

Plage d'Hendaye

Départ navette pour retour Irissarry

Bilan et fin du stage autour d'un verre

Tarif : 625€ sur une base de 6 personnes minimum.

Compris dans le forfait : l'hébergement en demi-pension en gîte, refuge ou hôtel, le panier repas avec boisson pour le déjeuner, les transferts en navettes et l'accompagnement des sorties.

Non compris dans le forfait : les boissons dans gîte, refuge ou hôtel, les barres, gels ou autres produit énergétique pour les journées de course, le repas et la nuit du vendredi 06 si le stagiaire souhaite rester au gîte à Irissarry.