

m
ASSOCIATION CULTURE ET LOISIRS à NOUSTY
NOUSTY MONTAGNE

PROGRAMME PREVISIONNEL DES SORTIES ET DES ACTIVITES de SEPTEMBRE à DECEMBRE 2020

Rappel : Le programme proposé ci-dessous est comme d'habitude susceptible d'aménagements, notamment pour raisons météorologiques. Quoiqu'il en soit chaque sortie fait l'objet d'une confirmation par l'accompagnateur au plus tard dans les 48h qui précèdent la sortie ; cette confirmation est envoyée par mail à tous les adhérents disposant d'une adresse électronique, qui doivent alors s'inscrire auprès de l'encadrant.

Parce qu'il n'est pas possible d'appeler au téléphone tous ceux qui n'ont pas internet, il appartient à ceux-ci de prendre contact par téléphone avec l'accompagnateur prévu dans le tableau ci-dessous pour avoir les dernières informations, concernant la sortie prévue.

NOTA

Les mesures sanitaires en vigueur et la capacité d'encadrement dont dispose Nousty Montagne nous obligent à limiter la participation aux sorties qui figurent ci-dessous. Dans la colonne « accompagnateurs » lorsque figurent deux noms (le 1^{er} en gras étant le responsable de la sortie) les inscriptions seront limitées à 18 (20 participants avec les 2 encadrants) ; soit en général 5 voitures à 4 passagers pour le co-voiturage.

Lorsque ne figure qu'un seul nom, les inscriptions seront en principe limitées à 11 (12 avec l'encadrant) ; soit en général pour le co-voiturage 3 véhicules à 4 personnes. Toutefois, dans le message envoyé par l'animateur, 48h avant la sortie, si un 2^e encadrant se trouvait disponible, le nombre des inscriptions pourrait être porté à 18.

SORTIES DE SEMAINE (Généralement le MARDI et le JEUDI *En italiques* tous les 15 jours):

Dates	Lieux	Distance Dénivelé cumulé	Temps Estimé A/R Hors pause	Accompagnateurs et observations
15/9/20	Circuit par monts et par vaux (Chalosse) à partir de Peyre	14km 350m	4h	1. JC GDT 2. Alain Crauste
<i>17/9/20 journée</i>	<i>Le sentier du Gave à Denguin - Siros</i>	<i>9km 50m</i>	<i>2h30</i>	<i>Jacqueline Girard</i>
22/9/20	Le Cayolar d'Anaye	10km 700m	3h30	1. Yves Tissier 2. Alain Crauste
29/9/20	le Pic d'Araillé (secteur Cabaliros)	7 km 400m	3h	Alain Crauste
<i>1/10/20 journée</i>	<i>D'un clocher Mur à l'autre Gomer Lucgarier</i>	<i>12km 125m</i>	<i>3h30</i>	<i>Jacqueline Girard</i>

6/10/20	La fontaine de Roland (SUS dans le Béarn des gaves)	13km 300m	3h30	1. JC GDT 2. Yves Tissier
13/10/20	Vallée de l'Arret Daré	9km 230m	3h	1. André Corbière 2. Alain Crauste
15/10/20 AM	<i>Les Hauts de Bosdarros</i>	<i>7km 100m</i>	<i>2h30</i>	Jacqueline Girard
20/10/20	La grotte des Eaux Chaudes	8,7km 650m	3h00	1. Yves Tissier 2. J.Louis Dutaret
27/10/20	Le refuge de Larribet (à partir de la porte d'Arrens)	11km 600m	4h	1. Christophe Sevin 2. Alain Crauste
29/10/20 AM	<i>Boucle en forêt de Lahittau</i>	<i>8km 100m</i>	<i>2h30</i>	Jacqueline Girard
3/11/20	Les cabanes de la Glère et de Puchoux (vallée d'Ossau)	11,5km 500m	4h	1. J. Louis Dutaret 2. Alain Crauste
10/11/20	La cabane de l'Ayré en boucle	8km 400m	3h	1. Alain Crauste 2. J. Louis Dutaret
12/11/20 AM	<i>Bois d'Assat</i>	<i>6km 160m</i>	<i>2h</i>	Jacqueline Girard
17/11/20	Lestelle Montaut Les Bastides	11,5km 350m	3h30	1. André Corbière 2. Alain Crauste
24/11/20	Circuit des villages Toys	9,5km 520m	3h30	1. Yves Tissier 2. Christophe Sevin
26/11/20 AM	<i>Les palombières (Beuste)</i>	<i>8km 100m</i>	<i>2h</i>	Jacqueline Girard
1/12/20	Circuit autour du château de Perron	10km 300m	3h	1. JC GDT 2. Alain Crauste
8/12/20	Le petit Monné de Bagnères de Bigorre	9,5km 580m	3h30	1. Christophe Sevin 2. Alain Crauste
10/12/20 AM	<i>Lac et gave à Baliros</i>	<i>6km</i>	<i>2h</i>	Jacqueline Girard
15/12/20	Le port d'Aste	7km 700m	4h	1. Yves Tissier 2. Christophe Sevin
19/12 au 4/01/21	VACANCES DE NOEL			

SORTIES DU WE (Samedi ou Dimanche)

Dates	Lieux	Dénivelé cumulé	Temps A/R	Accompagnateurs et observations
12.13/9	Le pic Lary secteur Gavarnie Espécières	700m	4h	JC GDT
19.20/9	Les lacs de Batcrabère depuis le Plaa d'Asté	11km 710m	5h	Michel Descrouet

26.27/9	le Liset de la Hount Blanche	11km 900m	6h	Alain Crauste
3.4/10	Le vallon de Pouey Trenous	15km 700m	5h30	Patrick Arruat
10.11/10	<i>Week end en vallée d'Aure à l'étude Mise en place le 9/10 fin d'AM et retour dimanche 11/10 fin d'AM Hébergement en maison familiale à Guchen 2 groupes (Samedi 1 rando moyenne accessible à tous; dimanche 1 groupe Arbizon D+ 1400m et 1 groupe rando moyenne) Coût estimé environ 100€/pers comprenant le transport et l'hébergement en pension complète.</i>			JC GDT + 1 encadrant à préciser inscriptions pour le 20 septembre
18/10	Le cirque des Culaus au départ de la Fruitière, en passant par le refuge Russel	10km 850m	5h	Jacques Jean Dupau
24.25/10	Le belvédère du Bedat	10km 450m	3h30	André Corbière
31.1/11	PAS DE SORTIE WE TOUSSAINT			
7.8/11	Le Pic Montagnon	1200m	5h30	Patrice Serveaux
14.15/11	Les lacs d'Ardiden du hameau d'Aynis	12km 1000 m	6h	Jacques Jean Dupau
21.22/11	La brèche de Tuquerouye à partir du barrage des Gloriettes	15km 1000m	6h	JC GDT
28.29/11	Le Trône du roi ou Turon d'Aurey (vallée d'Aspe)	5 km 500m	3h30	Patrice Serveaux
5.6/12	Le lac d'Ourrec	10km 600m	4h	André Corbière
12.13/12	Le Plo del Naou à partir de Payolle en raquette si neige	10km 700m	5h	Jacques Jean Dupau
19/12 au 4/01/21	VACANCES DE NOEL			

Nota : en grisé la période des vacances scolaires de l'Académie de Bordeaux ;

Encadrants :

J.C. GODART (Président) : 05.24.36.40.92 ou 06.63.22.51.50; **P. SERVEAUX** : 05.59.04.17.23; **Y. TISSIER** : 05.59.04.97.16; **M. DAUDIGEOS** : 05.59.04.12.64 ; **G. HENSINGER** : 05 59 12 04 38 ; **Patrick ARRUAT** : 05.59.04.16.39 ; **Alain CRAUSTE** : 07 89 60 76 74 ; **Jean Louis DUTARET** (secrétaire): 06.12.04.48.32 ; **Jacques Jean DUPAU**: 06.88.90.95.44 ou 05.59.81.82.33 ; **Michel DESCROUET** : 09.54.21.61.98 ou 06.87.29.21.30 ; **Gustave ARCANGELI**: 06.71.00.84.05; **André CORBIERE** : 06.80.06.09.16 ; **Jacqueline GIRARD**: 05.59.77.32.56 ou 06.82.23.97.39 ; **C. SEVIN** : 07.81.65.12.62 ; **G.VILLALONGA** : 05.59.04.68.73 ; **G. CAUBET** : 05.59.04.66.71 ;

Vice Président : Daniel DAUGAS : 06.17.07.86.26. ou 05.59.04.10.86

Secrétaire adjointe : Pascale BLANS : 06.81.96.05.00

Trésorière : Dominique MARTIN : 06.70.57.44.49

Trésorier adjoint: Alain NOUGUEZ : 06.80.23.85.64

Responsable Communication :

A NOTER dans les agendas : Prochaine réunion du bureau : vendredi 22 janvier 18h30

RAPPEL DES MESURES PRECONISEES PAR LA FEDERATION FRANCAISE DE LA RANDONNEE PEDESTRE
DEPUIS LE 15 AOUT 2020 (document du 27/8/2020)

- Participation** Pour les sorties avec un nombre important de participants, il est conseillé de constituer des groupes de 10 pratiquants maximum
- Port du masque** Fortement déconseillé pendant la randonnée sauf dans les zones où il est rendu obligatoire (ex. dans les refuges)
- Distanciation physique** A adapter à la vitesse de progression et à la fréquentation de l'espace de pratique ;
En général **1 m entre chaque participant**
- Utilisation de gel hydro alcoolique fréquente** Il est préconisé à chaque participant d'avoir dans son sac un petit kit personnel composé d'un masque, d'un petit flacon de gel, de quelques lingettes désinfectantes, d'un petit morceau de savon, d'un sac poubelle.
- Matériel lié à la pratique** Il est préconisé d'utiliser son matériel personnel et de ne pas l'échanger entre participants
- Si symptômes du COVID 19** **Rester chez soi donc se désinscrire éventuellement**

Si les symptômes apparaissent dans la semaine qui suit une randonnée de groupe, prévenir IMMEDIATEMENT l'encadrant qui informera le président du club et les autres participants ; ces derniers considérés comme « cas contacts » devront alors s'isoler.
L'encadrant conservera la liste des participants à la sortie dont il est responsable pendant 15 jours.
- Transport co voiturage** Maximum 4 passagers par véhicule avec port du masque, en ouvrant la fenêtre plutôt qu'en utilisant la climatisation et en utilisant le gel avant et après le trajet.