



# Octobre 2010

85 Avenue Kennedy / 64200 BIARRITZ  
clubmgen64@laposte.net



## INFORMATIONS et REUNIONS



### Séjour à FONT-ROMEU du 29 janvier au 5 février 2011

Voir renseignements et précisions p. 4



### Jeudi 18 novembre : SORTIE de la journée en car

proposée par M. CALVEZ (05/59/03/27/89) , Monique LENDRES (05/59/23/33/36)  
et C. et P. PHAGOUAPÉ (06/20/40/91/5)

#### « ORTHEZ , 400 ans d'histoire du Béarn »

Voir fiche de renseignements et d'inscription en page 8

Il serait souhaitable que le nombre de participants soit suffisant , afin que nos amis « légèrement handicapés » puissent profiter de la sortie . Alors , les « valides » , mobilisez-vous !!...



### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE d'INFORMATIONS

Elle aura lieu le mardi 09 novembre à 10 h au local du club, et sera suivie, comme à l'habitude, d'un apéritif buffet :

★ **APPEL à CANDIDATURES** : le bureau devant être renouvelé, tous les membres du Club à jour de leur cotisation peuvent être candidats.

**Envoyer votre candidature par lettre au Club avant le 20 octobre.**

★ **QUESTIONS DIVERSES** : les questions devront être envoyées par écrit au club avant le **20 octobre**, afin que les réponses puissent être apportées de façon claire et documentées.



- Il ny aura pas d'activités au club le jour de l'A G.
- La veille, le lundi, nous aurons besoin de bras pour la préparation de la salle...



#### Notes de tristesse :

René LACANAL et Arlette BON viennent de nous quitter.

Une pensée amicale pour Louissette et Pierre

octobre 2010



Chansons à la carte

Jeudi 14 octobre 15h

Animation proposée par [jean-marie.suhubiette@laposte.net](mailto:jean-marie.suhubiette@laposte.net)

06 33 32 22 04

**Chansons à thème** : le temps passe...avec Ferré, Aznavour, Brel et Brassens.... **Interprètes de A à Z** : F. Alamo, B. Bardot, Carlos.... **Chansons à la carte** : Trénet, Béart, J. Moreau.....**Notes d'humour**...

JOUR	HEURE	Activité/Périodicité/Local	Dates particulières Précisions
<b>Lundi</b>	----- 15 h 00 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre -----mensuel Scrabble	Voir page(s) randonnées <b>18/10 - 22/11 - 13/12</b>
<b>Mardi</b>	10 h 00 10 h 00 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n°1 Tertulia QI Gong ----- Villa Sion Tarot - Belote Gymnastique douce--- Villa Sion Espagnol en Chanson	<b>5 et 12/10</b> + 9-23/11 + 7/12 (contact : 05/35/46/84/77)
<b>Mercredi</b>	----- 10 h 00 14 h 30 14 h 30	Randonnée <i>niveau soutenu</i> Anglais groupe n° 2 Bridge Tricot -----bimensuel	Voir page(s) randonnées
<b>Jeudi</b>	----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée ou Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle -----Villa Sion Chansons à la carte- - - Ponctuel	Voir page sorties du jeudi <b>14/10</b> + 18/11 + 16/12
<b>Vendredi</b>	09 h 00 10 h 00 10 h 30 14 h 00 14 h 00 14 h 00 15 h 30	Informatique "photos numérisées" Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1° séance Conversation anglaise (salle du fond) Reliure Yoga 2 <sup>ème</sup> séance	
<b>Samedi</b>	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne)	Hors congés E.N. zone C

Mardi 5 octobre	14 h	Comité d'animation
Mercredi 20 octobre	10 h	Mise sous enveloppes

juin 2010  autour d'un livre

**Lundi 18 octobre :** " Le cuisinier de Talleyrand" J.C Durand- Doris 10/18 n°4038  
Un meurtre au congrès de Vienne. Un vrai policier avec, en prime de savoureuses recettes !

**Pour le 22 novembre :** "Ritournelle de la faim" J.M. Le Clézio FOLIO  
De superbes pages en demi-teintes sur l'enfance et l'adolescence d'une héroïne malgré elle : la mère de l'auteur.

Sortie en car le jeudi 18 novembre 2010

**ORTHEZ , 400 ans d'HISTOIRE du BÉARN**

Proposée par M. CALVEZ (05/59/03/27/89) , M.LENDRES (05/59/23/33/36)  
et C. et P. PHAGOUAPÉ (06/20/40/91/51)



*Le Pont*

Visite d'ORTHEZ , à la découverte de l'histoire du BEARN ,  
de La Réforme au XXe siècle .

Parcours étonnant des Huguenots , en compagnie de Henri IV ,  
de Jeanne d'Albret , de Gaston Phoebus , etc....

**La visite sera guidée par René Descazeaux , ancien collègue ,  
et féru d'histoire locale .**

Nous visiterons entre autre , le Musée Jeanne d'Albret  
(histoire du Béarn , de la Réforme)  
le Musée du Protestantisme  
(Calvin , les Reclus)  
le Château Moncade.

Repas au Restaurant « La Reine Jeanne »



*La Tour Moncade*

**Prix de la journée : 26 € tout compris** ( resto , visites , pourboires )  
**Le Car sera payé par le Club .**

40 places maximum .

**Départ : 8 h Parking habituel lac Marion** (à côté de la MGEN.)  
Soyez au rendez-vous un peu avant l'heure

**Bulletin d'inscription ci-dessous à renvoyer avant le 15 octobre**  
**à Maryse Calvez ; 3 rue de Saubadine 64600 ANGLET ,**  
**accompagné d'un chèque de 26 € par personne à l'ordre de « Claude IRIGOYEN »**  
**et d'une enveloppe timbrée à votre adresse .**

✂.....✂

**BULLETIN d'INSCRIPTION**

**Sortie du 18 novembre 2010 – ORTHEZ**

Nom..... Prénom.....

Nom..... Prénom.....

Nom..... Prénom.....

Chèque joint : 26 € X .....=.....

(à l'ordre de « Claude IRIGOYEN »)

Signature

**Séjour à FONT-ROMEUE du 29 janvier au 5 février 2011 :**



Prix : 329 € en chambre double . Tarif applicable à partir de 18 personnes .  
Ajouter taxe de séjour (env. 0.25 €/jour)  
Pourboires , boissons , location de matériel non compris .  
Toutes les chambres sont doubles

Pour renseignements complémentaires, s'adresser à Christiane LAPOUBLE

C. LAPOUBLE - 7 rue de Caparits – 64600 ANGLET – tel : 05/59/03/51/82




**Bulletin d'inscription**

**FONT-ROMEUE 29 janvier /5 février 2011**

NOM .....Prénom.....

2ème personne.....

Adresse.....

..........

Ci-joint chèque de 110 € x ..... = ..... €

Logement chambre double.

# Calendrier des Séjours et Voyages 2010-2011



COMPTE-RENDU de la réunion du 24 août 2010



Cette réunion avait pour objet de prendre connaissance des propositions et d'établir le calendrier des séjours pour l'année 2010-2011.

Vous trouverez, ci-après, ce qui a été arrêté :

Les inscriptions se font directement par téléphone auprès de l'organisateur pour les voyages ,  
par écrit pour les autres séjours auprès de P. PYARD – 15 rue Louis ARAGON – 64340 BOUCAU

**Remarque importante :** les séjours de randonnées (ou ski) sont ouverts à tous, mais rien ne sera prévu pour occuper les non randonneurs (ou non- skieurs), ils devront optimiser leur temps de loisirs eux mêmes.

D'autre part , pour les séjours randos et ski , la licence 2F-OPEN-JS 64 est obligatoire .

Date	N°	Activité	Prix approximatif	Animateurs Bénévoles	Observations
29 janvier au 05 février 2011	1	<b>Séjour : FONT-ROMEU</b> SKI de fond, SKI de piste, fond et RAQUETTES (voir les informations page précédente)	Pension : 329 € environ (ch double)	C. LAPOUBLE 05.59.03.51.82	Groupe de 18 pers minimum Les inscriptions sont en cours et seront closes le 25/10/09.
13 au 18 mars 2011	2	<b>Séjour : BAQUEIRA</b> SKI de piste (logt. Hôtel Garona à Salardù)	Env. 440 € ½ pension + forfait ski 5 jours	R. TALOU 05.59.31.61.12	Voiture particulière Garage couvert
29 mars au 03 avril 2011	3	<b>Séjour : RAQUETTES en VALLÉE d'OSSAU</b> VVF « Arriu Mage » à Bielle 4 journées de randos avec Joel	Pension complète + Guide 333 €	A. LANGLES 05.59.65.06.29	Voiture particulière
10 au 15 mai 2011	4	<b>Voyage : "Pays CATHARE"</b> Réunion d'informations à la MGEN <b>le 6 octobre à 10 h</b>	Environ 600 € tout compris : Transport et pension complète, boissons, entrées et pourboires .	C. BELVÈZE et son équipe 05.59.59.78.45	Autocar Grand Tourisme (Junqua)
Mois de Mai ( dates à définir)	5	<b>Randonnées au Maroc avec le Toubkal (4167m)</b> Niveau Moyen PLUS avec La Balaguère	Tarif 650€ pour un séjour de 8 jours 850€ pour un séjour de 15 jours Vol A/R Bordeaux Marrakech compris	Denise et Albert Scordia 0559641252 Françoise et Jean Pierre Supera 0559318035	Groupe de 15 personnes maximum

26 juin Au 2 juillet	<b>6</b>	<b><u>Randonnées en VAL d'ARAN</u></b> <b>Des lacs, des lacs ...et encore des lacs....!</b>	Prix de 43 € (en chambre double) à 53 € (en single)/jour/pers en ½ pension à Salardù  6 nuits, 5 randos	Pierre EYHARABIDE et son équipe 09.60.04.46.33 06.81.38.47.21	Voitures particulières
11 au 18 Septembre 2011	<b>7</b>	<b>Séjour : Le Parc des ECRINS</b> <b>Randos en Montagne</b> (Progression jusqu'à 3000 m) Hôtel « Les Vallois » à Vallouise	Environ 350 € en demi-pension chambre double. 7 nuits, 6 randos	G.et F. BLOUVAC 05/59/23/24/62	Voitures particulières
20 au 25 septembre 2011	<b>8</b>	<b>Voyage : « Le HAUT - MAINE »</b> <b>De la cité des Plantagenêt aux Alpes</b> <b>Mancelles .</b>  Réunion d'informations à la MGEN <b><u>le 6 octobre à 10h</u></b>	Environ 600 € tout compris : Transport et pension complète, boissons, entrées et pourboires .	C. BELVEZE et son équipe 05.59.59.78.45	Autocar Grand Tourisme Junqua

D'autres séjours et voyages peuvent être organisés dans le courant de l'année . Il va de soi que le Club doit être informé de TOUS les projets , même si ceux-ci sont réservés en priorité à un groupe particulier



**Le bulletin d'inscriptions à ces activités et voyage se trouve en dernière page (p 9)**



**INFOS RANDONNÉES** : Toute personne licenciée 2fOPEN JS peut proposer des randonnées pour le lundi ou le jeudi avec la participation de 2 voire 3 accompagnateurs diplômés.

Il n'y aura plus d'alerte téléphonique en cas d'annulation des randonnées.

Les randonneurs ayant un doute pourront appeler les organisateurs.



octobre 2010

randonnées du lundi

<b>Lundi 04 /10</b>	<b>9h15</b>	<b>Randonnée</b>	<b>MUNHOA</b>
Proposé par J.P et F. SUPÉRA (0612804309) D.A.SCORDIA ( 0643044648) ;J.L.DARBUS (0559540958)			
Durée: 5h30/6h - Dénivelée: 820m - Niveau: Moyen + Départ: ANHAUX,bergerie, flanc HARRIBELTZ, MUNHOA Retour: GR10, Apezteguikoborda			
<b>Rendez vous 9H15 parking du fronton: village d'ANHAUX</b>			
<b>Lundi 11/10</b>	<b>9 h 30</b>	<b>Randonnée</b>	<b>ALTXANGA (624 m)</b>
Proposée par N. POULAIN (05 59 23 80 02) et G. CARTILLON (05 59 64 68 69/ 06 31 30 26 48)			
Durée 5h : Dénivelée: 480 m ; Niveau : moyen ASCAIN (parking carrières), IHIZELAYA, MIRAMAR, 3 Fontaines, ALTXANGA, redoute Korralehandia, retour par les carrières.			
<b>Rendez-vous Parking des carrières à ASCAIN à 9h30</b>			
<b>Lundi 18/10</b>	<b>9h 15</b>	<b>Randonnée</b>	<b>Les hauteurs d'URDOS</b>
Proposée par G. CARTILLON (05 59 64 68 69 ou 06 31 30 26 48) ; J FRANÇOIS (05 59 64 01 62) M.C CURUTCHET (05 40 48 10 24) ; N. POULAIN (05 59 23 80 02) J.P et F. SUPERA ( 06 12 80 43 09) ;			
Durée 6 h ; Dénivelée : 816 m .Niveau : moyen +			
URDOS/SAGARAY/Col de SUHASTEGUI/COL d'ASTATE/ligne de crête sur le GR10/ Sommet de l'ASTATE (1022 m) Col d'HARRIETA/ URDOS			
<b>Rendez-vous à 9h15 sur la place d'URDOS</b> (avant St Etienne de Baïgorry)			
<b>Lundi 25/10</b>	<b>9h</b>	<b>Randonnée</b>	<b>GORAMENDI GORRAMAKIL</b>
Proposée par D. et A. SCORDIA (06 43 04 46 48) ; J.L DARBUS (05 59 54 09 58) J P et F. SUPÉRA (06 12 80 43 09 )			
Durée : 5h : Dénivelée : 550m Niveau : moyen			
Départ : Itzulegi, Goramendi, Goramakil, Bardako kakoa Retour : par sentier à flanc des Gora			
<b>Rendez-vous : 9h venta Peño à Dantxaria</b>			

octobre 2010



randonnées + du mercredi

**Mercredi 13/10**

**Randonnée**

**Vallée d'Ossau : Lacs d'Ayous**

Proposée par R.TALOU (05 59 31 61 12) et P.PYARD (05 59 64 68 92 / 06 76 18 54 39)

Durée 5 h ; Dénivelée : 560m jusqu'au refuge ou 700 m jusqu'au dernier lac ; Niveau : moyen

Rando facile, la seule difficulté est la longueur du trajet en voiture : 2h1/2 environ.

**Rendez-vous à 10h au parking de BIOUS ARTIGUES**

**Pour confirmation, en cas de météo défavorable, contacter les organisateurs**

octobre 2010



sorties du jeudi

**Jeudi 07/10**

**10h 8**

**Randonnée**

**SUHALMENDI**

Proposée par N. POULAIN (05 59 23 80 02)

Durée 4 h - Dénivelée 250 m - Facile - Belles vues sur la Rhune et Ascain.

Pique-nique -

**Rendez-vous : 10h Parking quartier Xurio** (suivre la rue derrière l'église, entre les 2 cimetières et prendre 1° rue à droite. Le parking est 10 m plus loin, après le fronton et juste avant le pont.)

**Jeudi 14/10**

**9h**

**Randonnée**

**Ballade Irlandaise : la Pointe Biosnar**

Proposée par T.T BONTEMPS (05 59 23 71 20/06 80 87 42 94) et Jo de HARO (05 59 31 16 21)

Durée : 3h30 à 4h - Dénivelée : 260 m. Ballade sans difficulté sur bon chemin.

La Guadalupe, la pointe Biosnar ; retour par même chemin.

Pique-nique, si temps douteux possibilité repas restaurant.

**Rendez-vous à 9 h au parking d'Urrugne, derrière le fronton**

**Jeudi 21/10**

**9h 30**

**Randonnée**

**Le village abandonné**

Proposée par T.T BONTEMPS (05 59 23 71 20/06 80 87 42 94) et Jo de HARO (05 59 31 16 21)

Durée 3h 30 à 4h - - Den. : 220 m. Balade longue sans difficulté sur bon chemin.

Zumux, le Village Abandonné. Belles vues sur les Peñas d'Ichusi et l'IrubelaKaskoa.

Pique-nique.

**Rendez-vous à 9h30 à Bidarray au parking du Pont Noblia (sur la droite, avant le pont près du restaurant Noblia)**



à renvoyer à : Pierrette PYARD 15 rue Aragon 64340 BOUCAU  
 (avant le 01/11/2010)

*Avis aux retardataires : après cette date,  
 veuillez contacter **directement** l'animateur concerné  
 pour vous inscrire, merci !*

NOM ..... PRENOM .....

2<sup>ème</sup> personne .....

Adresse .....



N°	Désignation du séjour	Observations éventuelles (logement, transport.....)

**Pour remplir ce bulletin,** inscrivez le **numéro et le nom** de chaque séjour retenu :

- Exemple** - 3 – Raquettes  
 - 7 – Parc des Ecrins  
 - etc.....

Chers adhérents

Vous trouverez en pièce jointe le **Bulletin d'informations pour octobre 2010. ( 9 pages )**,

Vous trouverez ci-dessous un additif comportant des informations de dernière minute .

**Dernière minute**

**ADDITIF AU BULLETIN OCTOBRE 2010**

**Voyages Claude BELVÈZE**

- **Changement de dates Voyage Pays CATHARE** :

il sera organisé du **lundi 30 mai au samedi 4 juin 2010**

- **Réunion d'information sur les 2 voyages Pays Cathare et Maine** à la  
MGEN le mercredi 6 octobre à 10 h

- **Réunion Bilan Voyage Vendée** de mai 2010 le mercredi 10 novembre à 10 h au  
Lycée Paul Bert à Bayonne.

Cette réunion sera suivie d'un repas .

S'inscrire par tel auprès de C. Belvèze (05.59.59.78.45 ou 06.80.02.29.81)  
ou Ghislaine HAGE (05.47.64.45.05 ou 06.76.98.93.43)

**Activité Tricot** : Dates d'octobre : Mercredis 06 et 20

Bonne réception

<<< Fin de message. Cordiales salutations du Club des Retraités >>>