

Le Club des Retraités



MGEN

Mutuelle Générale
de l'Éducation Nationale

85 Avenue Kennedy / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Janvier 2008



Meilleurs vœux



INFORMATIONS et REUNIONS

PARTICIPATION 2008 au Club

Avez-vous rempli et renvoyé le bulletin de participation au Club pour 2008 accompagné de votre chèque ?
C'est la condition requise pour recevoir la circulaire par envoi Postal ou Internet ... **à compter de février**

VOYAGES DE CLAUDE BELVEZE

- **Bilan « BERRY de George SAND » mercredi 09 janvier à 10 h au Lycée Paul Bert à Bayonne.**
- **Réunion « PROVENCE ANTIQUE » mercredi 30 janvier (même endroit, même heure) suivie d'un repas (téléphoner à claude IRIGOYEN (05.59.42.13.94 ou 06.83.17.62.97)**

VOYAGE EN CROATIE : la date prévue est **début septembre**

Les inscriptions sont **insuffisantes** pour l'organisation du voyage, prière de bien vouloir faire connaître les éventuels nouveaux candidats le plus rapidement possible.

Prochaine **réunion de concertation lundi 21 janvier à 14H** à la MGEN

ESPAGNOL en CHANSON : reprise le 22 janvier

BRIDGE le mercredi à 14 h 30

L'activité Bridge au Club est depuis fort longtemps appréciée de ses joueurs, mais il en faudrait davantage car il y a un léger déficit de participation. Appel aux intéressés.

SEJOUR DETENTE septembre 2008 (suite à la réunion du 28 novembre)

Il aura lieu du **samedi 6 au 13 septembre à Saint Denis d'Oléron**, résidence hôtelière "le Neptune"

- Prix : 330 € en pension complète

Réunion préparatoire : mercredi 9 avril à 10 h (apporter le chéquier pour les arrhes)

Les **inscriptions** nouvelles seront reçues **jusqu'au 9 avril** par Yvette Harguindeguy Tel 05.59.55.49.44

RESSOURCEMENT EAUX CHAUDES / ENVEITG (Pyrénées orientales)

Compte-rendu du séjour du 18-23 octobre derniers : 5 jours enchanteurs

- marches aux couleurs automnales
- bains civilisés ou sauvages dans les eaux bien chaudes
- yoga et massages au gîte – impeccable
- le couple palois "cheminement-yoga" initiateur a proposé un partage très bien vécu.

Donc : MÊME SÉJOUR en OCTOBRE 2008. Il y aura d'autres ressourcements possibles.

Voir rappels en mai ou juin 2008 ou appeler Anne PEIROLO au 05.59.45.23.40

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre.....mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées dernier lundi
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise..... mensuel..... Espagnol en Chanson 15/01 22/01
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30	Randonnée allégée..... Promenade, Visite..... Espagnol B..... Aquarelle villa Sion.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine.....(hors congés E.N.)

mercredi 09 janvier	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 23 janvier	10 h 30	Mise sous enveloppes

Lundi 28/01 :« **LIGNES de FAILLE** » de Nancy HUSTON

Pour février 2008 :

« **OURANIA** » de Jean-Marie Gustave LE CLEZIO (Folio)

Daniel, géographe en mission au Mexique, découvre la république idéale de Campos ...

Aventure et rêve humanitaire se confondent.

Jeudi 10/01 11h randonnée allégée**Carrières de SARE « le Chemin des Pottoks »**

Proposée par Marie-thérèse Bontemps (05.59.23.71.20 & 06.80.87.42.94) et Jo de Haro (05.59.31.16.21)

3 heures de marche ; dénivelé 100m. environ, Visite du « musée des sorcières » à Zugaramurdi.

Si mauvais temps, possibilité de manger dans une auberge.

Rendez-vous à 11 Heures : carrières de SARE**Jeudi 17/01 14 h Promenade****L'Adour de Bayonne à La Barre**

Proposée par Claude IRIGOYEN (05.59.42.13.94 ou 06.83.17.62.97)

Promenade sans grande difficulté (mais un peu longue pour certains) de la Mairie de Bayonne à La Barre d'Anglet par la piste cyclo-piétonne. Retour par bus de ligne . (Prévoir monnaie pour le ticket).

R.V à 14 h : Arrêt des bus au bord de la Nive face à la Mairie de Bayonne.**Jeudi 24 / 01 14h30 VISITE DÉCOUVERTE****MUSÉE BONNAT (Bayonne)**

Organisée par Marie-Claude Berger.

Rendez-vous à l'entrée intérieure du Musée**Jeudi 31 / 01 14h30 Promenade****Boucles des Barthes de SAMES**

Proposée par J. Delpy 05.59.31.70.00. et A. Steiner 05.59.44.16.96.

2h30 environ , petites routes tranquilles et chemin de halage ; dénivelé : 0.

Rendez-vous à 14h30 : Lac de SAMES

Lundi 07/01	9h30	Randonnée	OYLARANDOY (935m)
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h30 ; Dénivelée : 750m ; Niveau : Moyen			
BAÏGORRY / GR 10 / OLHACHURIA / OYLARANDOY / COL AHARZA / GR 10			
Rendez-vous à 9h30 : Place du village à St ETIENNE de BAÏGORRY			

Lundi 14/01	9h15	Randonnée	GAMIA (Dolines et palombières)
Proposée par : C. ETCHEVERRY (06.70.10.69.68) ; Y. RUSTIQUE (05.59.23.17.59) ; P. JAURY (05.59.37.04.74)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen			
Circuit : Col de GAMIA / CARRACOCHEA / palombières de LECUMBERRY et de BEHORLEGUY			
Retour par ATHERMIGNA / COHEGUY et LAUHIBURU			
Rendez-vous à 9h15 : au Bourg de St JEAN le VIEUX			

Lundi 21/01	9h30	Randonnée	SARE (Circuit des palombières)
Proposée par H. LABORDE (05.59.22.31.07 – 06.13.50.82.46) ; Y. MILLET (05.59.23.57.21) ; J.L. DARBUS (05.59.54.09.58) ; H. ESPOEYS (05.59.52.04.45)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 500m ; Niveau : Moyen			
MONTEE VERS LES PALOMBIERES / COL DE NABARLATZ / PALOMBIERES D'ETCHALAR / COL DE LIZARRIETA / HOUILLERES.			
Rendez-vous à 9h30 : aire de pique-nique sur D 306 (à Sare : direction Col de LIZARRIETA sur 5 km)			

Lundi 28/01	9h15	Randonnée	Sur les hauteurs de St MICHEL
Proposée par : C. ETCHEVERRY (06.70.10.69.68) ; Y. RUSTIQUE (05.59.23.17.59) ; P. JAURY (05.59.37.04.74)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 650m ; Niveau : Moyen			
Circuit : St MICHEL / Croix de BEHISARO / Table d'orientation sur GR 65 / C.823			
Retour par SAPATAGNIA / CONDICHENEA			
Rendez-vous à 9h15 : St JEAN PIED de PORT (après le marché couvert)			



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Février 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

La « CIRCULAIRE » CHANGE de NOM pour se mettre en conformité avec le terme en vigueur.
Notre « circulaire » devient « **Bulletin départemental des Retraités** »

APPEL à CANDIDATURES pour Renouvellement du COMITE de GESTION en avril 2008

Tous ceux qui voudraient bien s'investir dans la bonne marche de notre Club peuvent contacter :
Françoise BLOUVAC (05.59.23.24.62) ; Claude IRIGOYEN (05.59.42.13.94) ;
Pierrette PYARD (05.59.64.68.92)

VOYAGE en BOURGOGNE avec Claude Belvèze :

Prochaine réunion le mercredi 20 février à 10 h au Lycée Paul Bert à Bayonne, suivi du traditionnel repas au restaurant (téléphoner à Claude IRIGOYEN au 05.59.42.13.94)

CHANSONS à LA CARTE : nouvelle activité - rendez-vous ponctuels

Jean Marie SUHUBIETTE met à votre disposition un livret contenant les paroles de nombreuses chansons françaises.

Vous choisissez les titres...et nous chantons tous ensemble accompagnés au piano par l'animateur.

1^{ère} séance le jeudi 21 février à 15h00 au local du Club

ALERTE TELEPHONIQUE en cas d'ANNULATION des RANDONNEES du LUNDI (intempéries)

Les randonneurs qui :

- désirent s'inscrire pour bénéficier du service « Alerte annulation » du lundi,
- veulent (ou préfèrent) se faire rayer des listes 2007,
- constatent que le maillon suivant de leur chaîne téléphonique est souvent en renvoi sur répondeur

Sont priés de **prévenir au plus tôt Armand CURUTCHET** (05.59.31.70.13)

THALASSOTHERAPIE : Un nouveau planning a été mis en place début janvier.

Vous trouverez quelques exemplaires dans la boîte à courrier, à la M.G.E.N (grande salle).

SEJOUR de RANDONNEES en SOULE :

Les Organisateurs précisent qu'il aura lieu du **lundi 26 au samedi 31 mai 2008**

février 2008

autour d'un livre

Lundi 18 février : « OURANIA » de Jean-Marie Gustave LE CLÉZIO

Pour mars 2008 : « Les MADONES de LENINGRAD » de DEBRA DEAN Ed Grasset

Marina, exilée russe en Amérique, perd la mémoire ... sauf celle de l'époque où elle était guide au musée de l'Hermitage, en 1941. Un témoignage bouleversant.

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées dernier lundi
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 12 février, puis 11 mars..... <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte ponctuel	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 21 février
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance.....	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine (hors congés E.N.)

mercredi 06 février	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 20 février	10 h 30	Mise sous enveloppes

février 2008

sorties du jeudi

Jeudi 07/02	14h	promenade	Un aller et retour sur un tronçon du GR 8
proposée par M Dalia (05.59.49.09.40) ; Y Harguindeguy (05.59.55.49.44) ; A Steiner (05.59.44.16.96)			
Un aller et retour sur un tronçon du GR 8 à partir des Trois bornes ; Durée 2h à 2h30 ; pentes assez fortes mais parcourues à allure très modérée.			
R-V 14h sur le parking Champion à Saint Pierre d'Irube			

Jeudi 14/02	10h30	randonnée allégée	Croix des Bouquets - Redoute Louis XIV
proposée par Pierre et Mireille Pouvreau (05.59.54.62.70)			
Durée 2h30 ; petit dénivelé			
R-V à 10h30 Parking dans URRUGNE, après le fronton (à droite)			
Repas prévu chez Belouqy , si intéressé : téléphoner à P. Pouvreau pour réserver			

Jeudi 21/02	14h	promenade	Guethary - Erromardie
proposée par M.T. Bontemps (05.59.23.71.20 ou 06.80.87.42.94) et Jo. de Haro (05.59.31.18.21)			
Durée 2h30 ; petit dénivelé			
R-V à 14h à GUETHARY Parking devant Trinquet et Village Club Vacanciel			
Sur la RN10 direction St-Jean de Luz ; au 2^{ème} feu prendre à droite, direction Vacanciel / Trinquet			

février 2008

randonnées

Lundi 04/02	10h	Randonnée	MENDIARTE (597m)
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen			
LACARRE / GR 65 / BIZCAYA / IRIBARNEKO BORDA / MENDIARTE / Col d'OYHANZARRE / GR 65			
Rendez-vous Place de l'Église à LACARRE à 10h			

Lundi 11/02	9h15	Randonnée	Le PLATEAU VERT
Proposée par G.CARTILLON (05.59.64.68.69) ; J.TEILLERY (05.59.64.08.84) ; N.DURAND (05.59.64.69.39)			
Durée : 4h30 dont 1h15 de montée continue, assez raide ; Dénivelée : 550m ; Niveau : Moyen			
Quartier GUIBELARTE (ITXASSOU) / PEILLONEA / tour du Plateau / Retour par PAGACHURIA / TRUKIANEA			
Rendez-vous à 9h15 à LOUHOSSOA (parking salle de spectacles) pour regroupement.			
Trajet de 6km en voitures jusqu'au point de départ (rive gauche de la Nive)			

Lundi 18/02	10h	Randonnée	OTSAMUNHO
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 550m ; Niveau : Moyen			
LES ALDUDES / Col de LEPEDER / OTSAMUNHO / Col d'OTSACHA / Col de MIZPIRA / ETCHOLA / PREMUNDOA / MANECHEINA / LES ALDUDES			
Rendez-vous Place de l'Église aux ALDUDES à 10h			

Lundi 25/02	9h30	Randonnée	ELTZARRUZE
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen			
D 245 / HERAUZEKO LEPOA / ELTZARRUZE / CHICHABALE			
Rendez-vous Place du village de HELETTE pour regroupement à 9h30			



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Mars 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

ASSEMBLEE GENERALE du CLUB

Elle se tiendra le **mercredi 02 avril 2008 à 10h00, reprenez déjà cette date !**

Son organisation et l'incidence sur les activités habituelles seront précisées par le Bulletin d'avril.

APPEL à CANDIDATURES pour Renouvellement du COMITE de GESTION en avril 2008

Tous ceux qui voudraient bien s'investir dans la bonne marche de notre Club peuvent contacter **avant le 15 mars** : Françoise BLOUVAC (05.59.23.24.62) ; Pierrette PYARD (05.59.64.68.92)

VOYAGE en PROVENCE (Claude Belvèze)

Dernière réunion le **mardi 25 mars à 17 h à la MGEN**. Chéquier indispensable.

Cette réunion sera suivie d'un repas gastronomique au Lycée hôtelier.

S'inscrire dès réception du bulletin auprès de C. IRIGOYEN (05.59.42.13.94)

VOYAGE en TURQUIE : réunion mercredi 26 mars 11h > règlement du solde

SORTIES DU JEUDI : sursaut souhaitable

Nous constatons avec Marie-Thérèse Bontemps (TT) que le printemps débute mal ; les propositions de Promenades et de Sorties de mars sont insuffisantes et le programme des mois suivants est pauvre.

Les animateurs du jeudi, souvent les mêmes, ont épuisé leur stock d'offres diversifiées.

Dans notre belle région riche d'endroits intéressants et d'accès facile, il y a forcément de quoi répondre à l'attente hebdomadaire d'un groupe convivial, pour des promenades vivifiantes ou des sorties tout aussi bénéfiques pour la culture et le moral, *sans y consacrer la journée entière, ni gravir de raidillons.*

L'idéal serait que les vaillants d'aujourd'hui fassent des propositions et les animent, ne serait-ce qu'une fois/an, par solidarité pour le jour où de « petits jeunes » s'occuperont d'eux ... quand la roue aura tourné.

Créatifs et Randonneurs : TT attend vos suggestions au 05.59.23.71.20

BULLETINS transmis par INTERNET : progression dynamisée avec les nouveaux adhérents.

Ce service concerne **130 internautes** représentant **30% des envois** (fin janvier 2008).

- Si vous ne savez pas comment *tester* ce service *gratuit et flexible*,
- Si vous avez mentionné une adresse électronique sur le Bulletin de Participation 2008 et n'avez pas reçu de bulletin de test (*lisibilité incertaine, surcharge de travail de mise à jour, etc.*),

Il suffit d'envoyer le message « Je veux tester » à « clubmgen64@laposte.net »

pour recevoir le dernier Bulletin, pour comparaison avec l'envoi postal.

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées dernier lundi
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 11 mars <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte ponctuel	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi <i>à convenir avec l'Animateur</i>
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance.....	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine (hors congés E.N.)

mercredi 05 mars	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 26 mars	10 h 30	Mise sous enveloppes

mars 2008

autour d'un livre

Lundi 17 mars : Les MADONES de LENINGRAD » de DEBRA DEAN
Pour avril 2008 : « Les saisons de la nuit » de Colum McCann Ed 10/18 n° 3145
Peut-être le premier roman consacré à tous ceux qui vivent en marge de la cité prospère de New-York.

mars 2008

randonnées du lundi

Lundi 03/03 09h15 Randonnée Les PEÑAS de ICHUSI
Jumelles recommandées, au cas où...
Proposée par : J.P. CELHAY (05.59.37.70.44) ; P.JAURY (05.59.37.04.74)
Durée : 5h ; Dénivelée : 450m ; Niveau : Moyen
Départ de BERNATENEA en direction de HARPEKO SAINDUA. Visite de la grotte, avant la grimpette en direction du Col d'ESPARZA. Vagabondage sur les Peñas de ICHUSI
Retour par les coteaux de l'ARITZACUN.
Rendez-vous à 9h15: Pont NOBLIA à BIDARRAY pour regroupement

Lundi 10/03 9h15 Randonnée ADARZA
Proposée par C. ETCHEVERRY (06.70.10.69.68) ; P. JAURY (05.59.37.04.74)
Durée : 5h / **6h** ; Dénivelée : 450m / **768m** ; Niveau : Moyen / **Moyen +**
Circuit : Départ ferme MENDIBURIA de LASSE (600m) par la route d'ARNEGUY / col d'EHUNZAROY (971m). Pique-nique des « M » avec Robert BATAILLER. Poursuite des « M+ » jusqu'au sommet (1250m).
Pour le retour, regroupement des 2 groupes au col de MADARIA
Rendez-vous : 9h15 à UHART-CIZE (église)

Lundi 17/03 9h Randonnée Le MENDILAZ
Proposée par Yvon RUSTIQUE (05.59.23.17.59 ou 05.59.37.12.66) ;
Christian. ETCHEVERRY (05.59.37.39.96 ou 06.70.10.69.68)
Durée : 4h ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen
Départ : Col d'ORGANBIDE (990m) / Route d'ORBAICETA vers le col d'AZPEGI / cromlechs – Dolmen.
Montée vers les 2 sommets du MENDILAZ 1345m et 1328m
Retour : Descente dans le lapiaz vers FUENTE LOIGORRI / Col d'ORGANBIDE
Observation : Descente dans la forêt et le lapiaz
Rendez-vous à 9h à St JEAN PIED de PORT (après le marché couvert)

Lundi 31/03 9h15 Randonnée URDIAKO LEPOA (950m)
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Y. MILLET (05.59.23.57.21)
Durée : 6h30 ; Dénivelée : 850m ; Niveau Moyen + (une montée de 3h dont un raidillon de 1h30)
D948 / BELECHIKO ERREKA / CHANGALA / KOAKOBORDA / URDIAKO LEPOA / MINCHONDO / ANTCHARTEKO BORDA / MANECHENEA / D948.
Rendez-vous Place du Fronton à St ETIENNE de BAÏGORRY à 9h15

mars 2008

randonnées + du mercredi

Mercredi 19/03 9h Randonnée +

IRUBELACASCOA (970m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 6h30 ; Dénivelée : 1000m ; Niveau : Soutenu

BASSASSAGAR / Venta SUMUSA / Col d'EZQUIETA / IRUBELACASCOA / Col de LIZARDI / Col d'OCOCA / ravin de LIZARDI / Piste ARITZACUN

Rendez-vous Parking à l'entrée du Pont de BIDARRAY à 9h

Téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

Mercredi 26/03 9h Randonnée +

HARRIGORRI (1120m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 7h ; Dénivelée : 950m ; Niveau : Soutenu

BANCA / GATHULI BEHEREA / Col d'ELHORRIETA / HARRIGORRI / ANTCHOLA / ICHTAUZKO LEPOA / Flanc sud de ILHARRAGORRIKOMALDA

Rendez-vous : Fonderie de BANCA à 9h

Téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

mars 2008

sorties du jeudi

Jeudi 20/03 14h15 promenade

Le tour de la forêt de Chiberta

proposée par M.H. et J.C. CASENAVE (05.59.63.82.66 / 06.72.49.03.91)

Durée 2h30 ; petit dénivelé ; chemins sablonneux

R-V 14h15 à ANGLET, Promenade de la Barre, face au n° 211

Jeudi 27/03 14h promenade

**Un aller et retour sur un tronçon du GR 8
(suite du 07 février)**

proposée par M. Dalia (05.59.43.03.40) ; Y. Harguindeguy (05.59.55.49.44) ; A. Steiner (05.59.44.16.96)

Durée 2h30 environ

Route tranquille, faible dénivelée (une seule petite montée)

R-V 14h à VILLEFRANQUE, sur le parking à proximité de l'église (emplacements marqués)



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Avril 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

PREPARATION de l'ASSEMBLEE GENERALE du CLUB : mardi 01 avril 2008 à 14h30

Préparation des salles et mise en place du mobilier pour la tenue de l'Assemblée Générale du lendemain.
Toutes les bonnes volontés sont bienvenues !
Il n'y aura **pas d'activités au local ce jour-là l'après-midi**.

ASSEMBLEE GENERALE du Club : elle aura lieu mercredi 02 avril 2008 à 10h00

Et sera suivie d'un apéritif pour tous, préparé par Jacqueline DELPY et toute son équipe.
Il n'y aura pas d'activités au local ce jour-là, pour permettre le nettoyage des salles avant la reprise des activités du lendemain.

SEJOUR de DETENTE : SAINT-DENIS d'OLERON du 6 au 13 septembre 2008

Réunion préparatoire mercredi 16 avril à 10 h : apporter le chéquier pour les arrhes
Les inscriptions nouvelles seront reçues jusqu'au 16 avril.
Contacter Yvette HARGUINDEGUY (05.59.55.49.44)

VOYAGE en BOURGOGNE :

Réunion mercredi 16 avril à 10 h au Lycée Paul Bert, suivie d'un repas.
Téléphoner avant le 10 avril à Claude IRIGOYEN (05.59.42.13.94 ou 06.83.17.62.97).

SORTIE CULTURO-GOURMANDE : jeudi 12 juin dans la région de SAINT-PALAIS

Une sortie de la journée en car sera organisée par Maryse CALVEZ, Claude et Pierre PHAGOUAPE et Claude IRIGOYEN, avec visites et repas au restaurant.
Afin de retenir le car, il nous faut savoir s'il y aura assez de participants.
Pour cela, téléphonez **dès à présent** à Maryse CALVEZ (05.59.03.27.89)
Vous trouverez un formulaire d'inscription dans le Bulletin d'informations pour le mois de mai.

VOYAGES Claude BELVEZE : suite à des défections, **il reste des places pour les 2 voyages**

- Provence antique (du 24 au 31 mai 2008)
- Bourgogne Septentrionale (du 22 au 30 septembre 2008)

Si vous êtes intéressés, veuillez appeler **très rapidement** Claude BELVEZE au 05.59.59.78.45.

VOYAGE en CROATIE : *information Internet du 11 mars >>> il aura lieu du 2 au 9 septembre.*

Des places sont disponibles.

Pour tout renseignement complémentaire s'adresser à A. Denis (05.59.64.79.84)

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 14 avril
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 15 avril, 13 mai <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 17 avril, 22 mai et 19 juin
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine (hors congés E.N.)

mercredi 09 avril	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 23 avril	10 h 30	Mise sous enveloppes

avril 2008

autour d'un livre

Lundi 14 avril : « LES SAISONS DE LA NUIT » de Colum McCann

Pour mai 2008 : « Pastel » d'Olivier BLEYS Folio 3607

Au XVI^e siècle en Albigeois, Simon - compagnon teinturier - risque tout pour conquérir la technique du bleu pastel.

avril 2008

randonnées du lundi

Lundi 07/04 9h Randonnée COL D'IRAU

Proposée par Yvon RUSTIQUE (05.59.23.17.59 ou 05.59.37.12.66) ;
Christian. ETCHEVERRY (05.59.37.39.96 ou 06.70.10.69.68)

Durée : 6h ; Dénivelée : 660m ; (805m en montant au pic) Niveau : Moyen
Départ : Maison CAMPOINIA ESTERINGUIBEL (347m) / Pont d' ESPELCHILO / Face EST de
IRAUKOTUTURU / COL d' IRAU (1008m) – Possibilité de monter au Pic (1152m)
Retour par crête N.O. vers MALUZAHARRE (905) puis le pont d' ESPELCHILO

Observations complémentaires : Sentier en balcon à l'Est du Pic, raviné à 2 endroits

Sentier retour en traversée sur pente assez prononcée

R.V. à 9h : Parking des Remparts à St JEAN PIED DE PORT (après le marché couvert)

Lundi 14/04 9h30 Randonnée le LARLA (700m)

Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69) ; JP et F. SUPERA (05.59.31.80.35) ;
J. TEILLERY (05.59.64.08.84) ; JP et J. CELHAY (05.59.37.70.44)

Durée : 5h30 (2 montées au départ. Retour facile) ; Dénivelée : 570m ; Niveau : Moyen
Boucle sans grande difficulté par HARIZONDO (504m) / sommet de LARLA (700m) / HARRETCHEKO BORDA
(663m) et retour par le ravin de MUNDURRI

R.V.s à 9h30 : SAINT-MARTIN D'ARROSSA (place du village et/ou parking de l'Eglise)

Lundi 21/04 9h15 Randonnée MENDIZAR (1230m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ;
G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) ; Y. MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 5h30 ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen
ORGAMBIDE / Fuente de LOIGORRI / Collado de ORION / MENDIZAR / ESKANDA / SAYARRE /
ORGAMBIDE

R.V. à 9h15 : Parking des Remparts à St JEAN PIED DE PORT (après le marché couvert)

Lundi 28/04 10h Randonnée LES BARTHES DE L'ADOUR (faune sauvage)

Proposée par Josy Gaubert (05.58.57.80.65 – 06.21.80.84.69) ;
Pierre Durruty (05.58.73.36.15) ; Sylvie Deregnacourt (05.59.56.05.76)

Durée : 4 à 5h sur terrain landais (= parfaitement plat)
Départ : Parking église de SAUBUSSE / chemin de halage longeant l'Adour / Pont du VIMPORT / prolongement
selon le temps vers les barthes de TERCIS. Retour par barthes de RIVIERE (détour par le village) / arrivée à
SAUBUSSE (*superbe village, ancien port gabarier*)

Intérêt de la promenade : *La faune* : cigognes (curieux nids sauvages ou artificiels), hérons, aigrettes, etc.,
ragondins, chevaux barthais.

Le milieu : vieilles chênaies, la barthe lieu de chasse...

(*en cas d'inondations importantes ou récentes, aménagement du circuit*)

R.V. à 10h : Parking église de SAUBUSSE

(SAUBUSSE se situe entre PEYREHORADE/ORTHEVIELLE et St GEOURS DE MAREMNE)

avril 2008

randonnées + du mercredi

Mercredi 09/04 9h30 Randonnée +

BAÏGURA (900m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 6h30 ; Dénivelée : 800m ; Niveau : Soutenu

Ancienne école de BAÏGURA / ELHURREKO ERREKA / MENDIGUIBELLIA / COTROIL / LAÏNA / BAÏGURA /

Retour par ERREGUELU / CURUZEKO PANETA / GARTZIAINETCHERRIA

R.V. Place du village à HELETTE à 9h30

Téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

Mercredi 16/04 9h Randonnée+

La Forêt d' HAYRA

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 6h45 ; Dénivelée : 750m ; Niveau : Soutenu

Col de MEHARROSTEGUI / Col de TEILARY / Col d' HAUZAY / Col de BURDINCURUTCHETA / LINDUS / ZELHAIHANDI / MEHARROSTEGUI

R.V. Place du village à UREPEL à 9h

Téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

avril 2008

sorties du jeudi

Jeudi 03/04 10h30 Randonnée allégée

GR 8 suite

du Centre équestre de Villefranque à la chapelle Saint Sauveur

proposée par M. Dalia (05.59.43.03.40) ; Y. Harguindeguy (05.59.55.49.44) ; A. Steiner (05.59.44.16.96)

Durée de la marche 2h30 environ ; faible dénivelé ; belles vues sur la montagne

Pique nique à la chapelle ; retour par le même itinéraire

R.V. 10h30 : au parking de l'Eglise de VILLEFRANQUE (emplacements marqués)

Jeudi 10/04 10h Randonnée allégée

ETANG de la MOULASSE

Proposée par Françoise Dutemple tel 05.59.56.77.91

Durée 3h30 ; Pas de dénivelé ; Pique nique.

R.V. Bourg de ST. MARTIN de SEIGNANX > Direction étang de la Moulasse.

Jeudi 17/04 14h30 Promenade

les RIVES de L'ARDANAVY

Proposée par Jacqueline Delpy 05.59.70.00.00 ou 06.81.23.23.27 ; et Odette Goyenette 05.59.44.01.06.

Durée 2 heures ; Promenade sur sentier plat le long des rives de l'Ardanavy.

R.V. 14h30 au parking du parcours de santé, départementale 257, entre URCUIT et URT.

Jeudi 24/04 14 h Promenade

L'ADOUR de Bayonne à La Barre

Proposée par Claude IRIGOYEN (05.59.42.13.94 ou 06.83.17.62.97)

Promenade sans grande difficulté (mais un peu longue pour certains) de la Mairie de Bayonne à La Barre d'Anglet par la piste cyclo-piétonne.

Retour par bus de ligne. (Prévoir monnaie pour le ticket).

R.V. à 14 h : Arrêt des bus au bord de la Nive, face à la Mairie de Bayonne.



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Mai 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

VAL d'ARAN Séjour de randonnées au PAYS des LACS, du 7 au 15 septembre 2008 :

Réunion jeudi 15 mai à 14h30 pour inscription ferme.

Chéquier indispensable... présence vivement souhaitable ou faites-vous représenter.

CAUTERETS Séjour de randonnées au village de vacances "Marronniers", du 15 au 21 juin 2008 :

Réunion jeudi 15 mai à 15h45 pour inscription ferme.

Chéquier indispensable... présence vivement souhaitable ou faites-vous représenter.

VOYAGE en CROATIE : rectification de la date (bis) > il aura lieu du 2 au 9 septembre 2008.

- Des places sont disponibles.
- Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à Aurore Denis (05.59.64.79.84)

SORTIE CULTURO-GOURMANDE du 5 juin : Descriptif et Bulletin d'inscription en annexe

Nous avons souhaité organiser cette sortie pour permettre aux adhérents qui ne peuvent plus pratiquer les activités "phares" de se retrouver. **Elle ne peut avoir lieu que si le seuil de 30 participants est atteint**, afin de ne pas trop augmenter le prix de la journée. Alors, nous comptons sur vous...

EXPOSITION DE SARAGOSSE 23 juin et 25 août 2008 : annoncée lors de l'Assemblée Générale du 02/04

Pour renforcer cette communication, vous trouverez le descriptif et le bulletin d'inscription en annexe.

Ce bulletin doit être envoyé au Club des retraités **le plus tôt possible et au plus tard le 20 mai**, accompagné d'un chèque de 90 € par personne à l'ordre de HALCON VIAJES

RESSOURCEMENT et YOGA en CERDAGNE (Pyr. Orientales) du jeudi 23 au lundi 27 octobre 2008

- Balades nature et bains dans les sources d'eaux chaudes
- Tarif 399 euros
- s'adresser à Anne PEIROLO tel 05.59.45.23.40 dès maintenant.

REPAS des RANDONNEURS 2008 : Lundi 30 juin

Le repas des randonneurs (et non randonneurs) aura lieu à BARDOS, au restaurant « Chez ODILE »
Inscriptions dans le bulletin de juin.

INFORMATIONS PRATIQUES :

Pour joindre par téléphone notre nouvelle Présidente **Claude IRIGOYEN**, composer le **05-47-64-01-45**

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 26 mai
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 13 mai <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 22 mai et 19 juin.....
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance.....	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne).....	hors congés E.N. zone C

mercredi 07 mai

09 h 30

Comité d'animation

mercredi 21 mai

10 h 30

Mise sous enveloppes

mai 2008

autour d'un livre

Lundi 26 mai :..... « **Pastel** » **d'Olivier BLEYS**

Pour juin 2008 : « **ELDORADO** » de Laurent GAUDÉ

Editions Babel n° 842

Pas de frontières que l'espérance ne puisse franchir. Du Soudan à l'Italie, deux émigrés clandestins s'inventent une terre promise.

mai 2008

chansons à la carte

Jeudi 22 mai 15h : Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net (06.33.32.22.04)

* Interprétation de **chansons à la carte**. Chansons de **1968**.

* **Hommage à Charles TRENET**. Courte biographie ponctuée de chansons, présentée par un adhérent.

* **Actualité** de la chanson.

* **Suggestions** des participants et **nouvelles chansons**.

mai 2008

randonnées du lundi

Lundi 05/05 9h30 Randonnée

Les Flancs d'IPARLA

Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69) ; F et JP SUPERA (05.59.31.80.35) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84)

Durée : 4h30 (dont 1h15 de montée raide, au départ) ; Dénivelée : 550m ; Niveau : Moyen

Circuit : BIDARRAY village (159m) / portion du GR vers IPARLA puis retour par HARRIONDO (494m) / BOUROUZUNEKOBORDA (709m) / Col de LACHO (*Très beaux points de vue*)

Rendez-vous Place du fronton à BIDARRAY à 9h30

Lundi 12/05 9h30 Randonnée

ELHURSARO

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Y. MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 5h30 ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen

Vierge d'ORISSON / Redoute CHATEAU PIGNON / ZERKUPE / ruisseau de LARONDO / Grotte d'OILLASKOA / Camp de ZINAHATZU / Grotte d' ELHURSARO / D 428

Rendez-vous Parking des Remparts St JEAN PIED DE PORT à 9h30

Lundi 19/05 9h15 Randonnée

Le COURANT de HUCHET

Proposée par A. PEIROLO (05.59.45.23.40) ; S. DEREGNAUCOURT (05.59.56.05.76)

Durée : 5h ; Dénivelée : 120m ; Niveau : Moyen

Départ vers l'Océan par la forêt en longeant le courant vers le rivage de MOLIETS ; Passage à gué à marée basse (11h30) près de l'estuaire. Retour par la dune NORD

(maillot possible – chaussures légères mais hautes à cause du sable)

R-V à 9h15 au carrefour du bourg de MOLIETS direction MAA (regroupement pour le pont de PICHELEBE)

Lundi 26/05 9h Randonnée

AHUSQUY

Proposée par M. PERRAIN et C. ETCHEVERRY (06.70.10.69.68 ou 05.59.37.39.96)

Durée : 5h30 ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen (circuit A)

Durée : 3h30 ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen (circuit B)

Départ de la randonnée à 9h45 de AHUSQUY

R-V à 9h : St JEAN LE VIEUX puis montée à AHUSQUY avec C. Etcheverry

Mercredi 07/05 9h30 Randonnée +**ICHTERBEGIKO KASKOA (1030m)**

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 6h30; Dénivelée : 800m; Niveau : Soutenu

UREPEL / PATARRAMUNHO / KORROTAKO Lepoa / ICHTERBEGI / LOITZEKO Borda /

IMILIZTEGIKO Erreka / LASSAENEA / UREPEL

Rendez-vous Place d'UREPEL à 9h30

En cas de météo incertaine, téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

Mercredi 14/05 8h45 Randonnée +**IBANTELLI (698m) – AXURRIA (756m)**

Proposée par Jean SUPERVILLE (05.59.25.64.31)

Durée : 6h30 ; Dénivelée : 1050m ; Niveau : Soutenu

Départ : Aire de pique-nique en bas du col de LIZARRIETA / Montée vers IBANTELLI / Col de

LIZARRIETA / Col de NABARLATZ / Col des TROIS BORNES / AXURRIA. Retour par le circuit des Palombières.

Rendez-vous à SARE Parking de la piscine à 8h45

Mercredi 21/05 8h45 Randonnée +**ARTZAMENDI (926m) – MONDARRAIN (749m)**

Proposée par Jean SUPERVILLE (05.59.25.64.31)

Durée : 7h ; Dénivelée : 950m ; Niveau : Soutenu

Départ du LAXIA – Montée vers ARTZAMENDI / Col de MEHATCHE / Col des VEAUX / MONDARRAIN

Retour au LAXIA.

Rendez-vous au LAXIA à 8h45

Mercredi 28/05 9h15 Randonnée +**IPARLA (1045m)**

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Yvan MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 7h ; Dénivelée : 1100m ; Niveau : Soutenu

BASSASSAGAR / BEAZAOUZH / Col d'IPARLA / Pic d'IPARLA / Col de GAPELU / Pic de TOUTOULIA

/ Col d'HARRIETA / Retour par la Regata d'URRIZATE

Rendez-vous Parking à l'entrée du Pont de BIDARRAY à 9h15

En cas de météo incertaine, téléphoner la veille vers 21h au 05.59.37.62.92 pour confirmation

mai 2008

sorties du jeudi

Jeudi 15/05 10h30 Randonnée allégée GR 8 (suite) boucle autour de JATXOU

Organisée par M. DALIA (05.59.43.03.40) ; Y. HARGUINDEGUY (05.59.55.49.44) ;
A. STEINER (05.59.44.16.96)

Durée de la marche 2h30 ; une boucle autour de Jatxou avec pique-nique à la chapelle Saint Sauveur.

R-V à 10h30 Parking Super U à Ustaritz

Jeudi 22/05 10 heures Randonnée allégée Les hauts de BRISCOUS - URT

Proposée par Françoise LANUSSE (05.59.31.91.48) ; Alice STEINER (05.59.44.16.96)

Durée 2h30, petit dénivelé.

*En cas de mauvais temps le pique-nique peut-être annulé, mais la sortie maintenue l'après midi si le temps est meilleur. **Téléphoner.***

R-V à 10h : Parking Sainrame (parking du Karting, à la sortie A64 BIDACHE-URT ... à droite en venant de Bayonne)

Jeudi 29/05 10h30 Randonnée allégée boucle SEIGNOSSE , Etang Noir , Etang Blanc

Proposée par A. PANART 05.58.77.34.59 ou 06.20.83.30.32 ; C. IZARD 05.58.43.21.63 ou 06.80.30.11.15

Durée 3h30 ; itinéraire en boucle **Seignosse , étang Noir , étang Blanc** ; Aucune difficulté

2h15 dans la forêt de pins, tucs et vallons, **repas landais au restaurant « Les Roseaux »** au bord de l'Etang Blanc, puis 1h15 avec découverte par la passerelle de l'étang Noir.

Menu Landais 17 euros : Pâté landais, Salade de tomates / Caneton demi-sauvage, confit / Pommes de terre sautées, haricots verts / Tourtières aux pommes et à l'Armagnac / Vin (rouge, rosé) et café.

R-V à 10h30 : parking de la réserve naturelle de l'Etang Noir, SEIGNOSSE bourg, après le hall des sports
TELEPHONER IMPERATIVEMENT la veille pour confirmer votre présence

SORTIE CULTURO – GOURMANDE

en BASSE – NAVARRE (Saint – Palais)

Jeudi 05 juin 2008

Proposée par Maryse CALVEZ (05-59-03-27-89), Claude et Pierre PHAGOUAPE
et Claude IRIGOYEN (06-83-17-62-97)

Programme de la journée :

Départ : 8 h - Biarritz - Parking du Lac Marion (près de la MGEN)

Matin :

- Visite guidée (par Pierre Phagouapé) de St Palais vers le Musée de Basse-Navarre
- Visite du Musée avec un raconteur
- Visite des Tissages ONATIK (Linge Basque)

Midi : Repas à l'Hôtel de la Paix

Après-midi :

- Visite du Château de Camou et ses maquettes animées présentées par le créateur .
- Visite de la Chapelle d'Harambeltz, sur le chemin de St Jacques. Commentaires de Jean Loustalot.
(sous réserve des travaux prévus)

Retour Biarritz à 18 h.

Prix de la journée: 37 € (comprenant le transport , le repas , les visites et les pourboires)
à payer à l'inscription (le transport , soit 14 € , ne sera pas remboursé en cas de désistement)

Envoyer le bulletin ci-dessous au plus tard le 15 mai
à Maryse CALVEZ 3, rue de SAUBADINE 64600 ANGLET
accompagné d'une enveloppe timbrée à votre adresse.

✂ ✂

BULLETIN d'INSCRIPTION

SORTIE CULTURO – GOURMANDE
Jeudi 05 juin 2008

NOM et Prénom : **Tel :**

Adresse :

Nb de personnes : x 37 € = €

Chèques à l'ordre de Claude IRIGOYEN

Exposition de Saragosse

Visite proposée sur 3 jours et 2 nuits en hôtel 3 étoiles Husa Puerta à Saragosse

Programme :

- Jour 1** départ en car de Biarritz à 8 h
visite guidée de la ville
repas du soir libre
- Jour 2** petit déjeuner à l'hôtel
transfert en car à l'exposition
repas pris sur place
spectacle nocturne
transfert à l'hôtel
- Jour 3** petit déjeuner à l'hôtel
transfert à l'exposition
en fin d'après-midi retour à Biarritz

Coût (sur la base de 50 participants)	219,5 €	219,5 €
+ 2 entrées à l'expo			
- moins de 65 ans.....	54,2 €		
- plus de 65 ans			40,7 €
Total	273,7 €		260,2 €

*Le prix des entrées augmente à partir du 14 juin
Il n'est pas possible d'avoir des chambres individuelles*

pour toute autre information s'adresser à
- MT Bontemps tel 05.59.23.71.20
- F Ruiz 05.59.23.23.21
- A Steiner 05.59.44.16.96

✂

BULLETIN d'INSCRIPTION

EXPOSITION DE SARAGOSSE

Nom..... Prénom..... Tel.....

Nom..... Prénom..... Tel.....

s'inscrit (vent) pour le départ (*barrer les mentions inutiles*)

- du 23 juin uniquement
- du 25 août uniquement
- pour l'un ou l'autre suivant les possibilités

Ce bulletin doit être envoyé au Club des retraités le plus tôt possible et au plus tard le 20 mai, accompagné d'un chèque de **90 € par personne** à l'ordre de **Halcon Viajes**



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Juin-Juillet 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

VOYAGES et SEJOURS pour 2008-2009 : RECUEIL DES PROPOSITIONS

Vous trouverez dans la fiche « Propositions 2008-2009 » un bulletin-réponse pour décrire vos projets de Voyages, Séjours de Ski / Montagne / Détente ... nécessitant une préparation avec réservation à l'avance.
Réponses attendues pour le 10 août 2008 (pour examen le mardi 26 août à 15h).

VOYAGE en CROATIE : du 2 au 9 septembre 2008.

Réunion préparatoire mercredi 04 juin à 10 h à la MGEN ; présence **indispensable**

REPAS des RANDONNEURS 2008 : Lundi 30 juin

Voir fiche descriptive pour programme de la matinée, et Menu.

SORTIE à AURITZ (BURGUETE) les 23 et 24 septembre 2008

La traditionnelle sortie à BURGUETTE (10^{ème} anniversaire) aura lieu le mardi 23 et mercredi 24 septembre 2008. Le bulletin d'Août-Septembre en précisera le contenu et les modalités.
On peut d'ores et déjà s'inscrire auprès de Marie-Claire BONNET (05.59.37.62.92)

SORTIE à L'ECOMUSEE de SABRES-MARQUEZE le samedi 27 septembre 2008 :

Organisée par Martine LARQUIER (05.59.56.47.41) et Françoise DUTEMPLE (05.59.56.77.91)
Programme et inscriptions dans le bulletin d'Août-Septembre, sachant qu'**il faudra impérativement répondre dans les 8 premiers jours de septembre 2008**

INFORMATIONS PRATIQUES : Pour joindre Claude IRIGOYEN, composer le 05-47-64-01-45

juin-juillet 2008	chansons à la carte
Jeudi 19 juin 15h	Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net (06.33.32.22.04)
Prélude à la Fête de la Musique : petit historique ponctué de chansons sur le thème de la musique... avec la participation des Chœur et Orchestre surprise ... Actualité de la chanson...	
Interprétation de Chansons à la carte ... Jeu des citations ... Révisions avant le B.A.C.	

juin-juillet 2008	autour d'un livre
Lundi 23 juin :	« ELDORADO » de Laurent GAUDÉ
Pour septembre	« INTRIGUE à l'ANGLAISE » d'Adrien GOETZ (Ed Grasset)
Trois mètres de toile manquent à la tapisserie de Bayeux ; Que représentaient-ils ? les historiens se perdent en conjectures et la conservatrice mène l'enquête...	

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 23 juin
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> à la rentrée d'octobre..... <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 19 juin, 18 septembre
Vendredi	09 h 00 09 h 00 09 h 30 10 h 00 10 h 45 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Informatique Thérapie (C.N)..... Espagnol débutants 2ème année..... Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance.....	alterné avec Thérapie alterné avec Photos Numérisées
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne).....	hors congés E.N. zone C

mercredi 09 juillet	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 23 juillet	10 h 30	Mise sous enveloppes

COMPTE -RENDU de l'ASSEMBLEE GENERALE

du 2 AVRIL 2008 A BIARRITZ

Présents pour la M.G.E.N. :

J.P. MAÏTIA (Président de Section)
J.M. CARRILLO (Directeur)

Présents pour le Club :

P. PYARD (Responsable) ; F. BLOUVAC (Trésorière)
D. BOUCHET (Secrétaire) ; C. IRIGOYEN (Comité Gestion)
A. CURUTCHET (Comité Gestion)

Pierrette PYARD prononce son dernier discours en tant que Responsable du Club.

Après avoir salué et remercié l'Assemblée, elle fait le tour d'horizon habituel :

Effectif à ce jour : - **619 adhérents** ; sans les 42 retardataires qui se manifesteront en octobre, « surpris » de n'avoir pas reçu le précieux programme des Séjours et Voyages 2009 !
- Un chiffre éloquent : **plus d'une centaine de bénévoles** font vivre le Club.

Nouveautés : - Depuis 2 mois, **Jean Marie SUHUBIETTE** anime en artiste et en pro les « **Chansons à la carte** »
- La « Circulaire mensuelle » a pris le nom de « Bulletin Départemental » pour cause d'uniformisation du vocabulaire relatif aux Clubs de retraités MGEN.

Encore Lui ! : Comme chaque année, nous félicitons notre indétrônable **Champion de tennis** dans sa catégorie : l'inoxydable **Robert BATAILLER**.

Puis elle retrace sobrement le Bilan -ou plutôt le Palmarès- de **8 années de Coordination des activités** du Club, et remercie tout particulièrement ses « acolytes festifs » **Pierre** le Basque et **Robert** le Béarnais.

*Le changement le plus apparent fut la **modernisation de la « Circulaire »** dans son aspect, la simplification de sa mise sous enveloppes, et maintenant sa transmission par Internet (pilotage de **Claude NARANJO**)*

Elle remercie pour leur soutien sans faille Monsieur CARRILLO et les membres du Comité d'Animation.

Françoise BLOUVAC présente le BILAN FINANCIER 2007

617 adhérents, soit 26 de plus qu'en 2006

RECETTES	7.821,00 €	dont :
▪ 251 participations à 15 € (pers. seules)	3765,00 €	
▪ 156 ' ' ' ' ' à 20 € (couples)	3120,00 €	
▪ 36 ' ' ' ' ' à 26 € (parrainés)	936,00 €	
DEPENSES	6.733,22 €	dont :
▪ affranchissement du bulletin.....	958,00 €	
▪ impression bulletin	686,16 €	
▪ achat de matériel.....	1994,81 €	
▪ loyer et entretien photocopieuse.....	929,29 €	
▪ location Villa Sion.....	270,15 €	
▪ organisation AG 2007.....	839,25 €	
▪ frais de fonctionnement	55,56 €	
SOLDE POSITIF	1.087,78 €	
+ report du solde à fin 2006.....	4.421,26 €	
BILAN POSITIF de	5.509,04 €	

La parole est donnée à Claude NARANJO pour commenter l'intérêt économique et la réactivité de l'envoi par Internet du Bulletin mensuel. A ce jour, **139 envois en ligne** (on peut facilement dépasser 150 !), **représentant 30% du total des envois**, se traduisent par **une économie supérieure à 1.200 € / an** (dont 940 € de timbres).

Pierrette PYARD reprend la parole pour présenter le nouveau Comité de Gestion élu pour 2 ans :

En rappelant les services rendus avec dévouement, patience et compétence, par celles qui, comme elle, quittent leurs fonctions aujourd'hui : Danièle BOUCHET > secrétaire, et Françoise BLOUVAC > trésorière, ainsi que Jacqueline DELPY > organisatrice (avec Jacques son époux) des réunions et des A.G.

Michèle SAINT-MARTIN à la trésorerie (remplace Françoise Blouvac).
Baï-Sa ARTOLA au secrétariat (remplace Danièle Bouchet).
Anne ROSES aux agapes (remplace Jacqueline Delpy).

Nous y retrouvons les membres qui acceptent de proroger leur mandat :

Armand CURUTCHET (randonneurs)

Claude IRIGOYEN, qui par ailleurs **accepte d'assurer la présidence du Club.**

Le Président de Section, Jean Pierre MAÏTIA fait état des obligations en matière de Licences/Assurances pour les membres de Groupes et d'Associations pratiquant des activités physiques ; il informe le Club d'une solution envisageable via l'Assurance/activités de 2F OPEN-JS (anciennement USFEN) → affaire à suivre.

C'est en vrai poète que Pierre EYHARABIDE nous associe à l'hommage rendu à Pierrette puis à Françoise.

Dire que Pierrette lui a « tenu le micro » est à prendre au sens propre ; sans cela, il nous aurait déclamé ses vers aux rimes aussi riches qu'enthousiasmantes « a capella »

Annie BRIVES nous rappelle avec bonheur – en vue des 80^e ...rugissants – que le redouté Cap des Tempêtes fut finalement rebaptisé « Cap de Bonne Espérance » !

De bon augure pour les « octantes » du 21^{ème} siècle.

Information de dernière minute

Alice STEINER et Ferdinand RUIZ précisent les dates des voyages à Saragosse

➤ **en juin** les 23, 24 et 25 ; **en août** les 25, 26 et 27

***Enfin, place à la convivialité autour du buffet concocté par
Jacqueline et son équipe.***

Lundi 02/06	9h	Randonnée	La RHUNE
Proposée par N. POULAIN (05.59.23.80.02) ; J. FRANÇOIS (05.59.64.01.62) ; E. CHAMPION (05.59.31.08.76) ; M.C. CURUTCHET (05.40.48.10.24)			
Durée : 5h30 ; Dénivelée : 820m ; Niveau M+			
Départ par la route de Vera (col de LIZUNIAGA) D 406 / Col pt 349 / FAAGUE / Fontaine d'URKILA / RHUNE – Retour par bornes frontière et VENTA NEGRA (1 montée et 2 descentes un peu raides)			
Rendez-vous Parking piscine de SARE à 9H			

Lundi 09/06	9h	Randonnée	COL D'IRAU
Proposée par Yvon RUSTIQUE (05.59.23.17.59 ou 05.59.37.12.66) ; Christian. ETCHEVERRY (05.59.37.39.96 ou 06.70.10.69.68)			
Durée : 6h ; Dénivelée : 660m ; (805m en montant au pic) Niveau : Moyen			
Départ : Maison CAMPOINIA ESTERINGUIBEL (347m) / Pont d' ESPELCHILO / Face EST de IRAUKOTUTURU / COL d' IRAU (1008m) – Possibilité de monter au Pic (1152m)			
Retour par crête N.O. vers MALUZAHARRE (905) puis le pont d' ESPELCHILO			
<u>Observations complémentaires</u> : Sentier en balcon à l'Est du Pic, raviné à 2 endroits			
Sentier retour en traversée sur pente assez prononcée			
Rendez-vous à St JEAN PIED DE PORT à 9h Parking des Remparts (après le marché couvert)			

Lundi 16/06	8h45	Randonnée	PASAJES SAN PEDRO – St SEBASTIEN
Proposée par F.DUTEMPLE (05.59.56.77.91) ; J. FRANÇOIS (05.59.64.01.62) A. CURUTCHET (05.59.31.70.13)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 250m (dont 150m de montée directe abrupte par escaliers aux marches irrégulières)			
HERRERA / PASAJES St PEDRO / le phare : Hauteurs de PASAJES (montée directe abrupte) / Hauteurs de St SEBASTIEN / repas – Après-midi descente sur St SEBASTIEN et quartier libre.			
Retour : Départ des topos de la gare d'AMARA les 15 et 45 mn de chaque heure.			
<i>Ceux qui le désirent, pourront rester avec le groupe jusqu'au retour à Hendaye</i>			
Rendez-vous à 8h45 à la gare S.N.C.F. d' HENDAYE pour retirer individuellement son billet A.R. (Hendaye-St Sébastien) à la gare du « topo ». Départ : 9h.			
<u>Attention</u> : A partir de la station de PASAIA , se préparer pour descendre à 9h30 à la station HERRERA			

Lundi 23/06	9h15	Randonnée	MENDIZAR (1230m)
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h30 ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen			
ORGAMBIDE / Fuente de LOIGORRI / Collado de ORION / MENDIZAR / ESKANDA / SAYARRE / ORGAMBIDE			
Rendez-vous Parking des Remparts à St JEAN PIED DE PORT à 9h15			

Lundi 30/06	10h	Randonnée	SORTIE des RANDONNEURS à URT REPAS à BARDOS
<i>Voir programme et menu sur le bulletin d'inscription</i>			

juin-juillet 2008

randonnées + du mercredi

Mercredi 04/06 8h30 Randonnée +

ARTHANOLATZE (1530m)

Proposée par Jean SUPERVILLE (05.59.25.64.31)

Durée : 6h30 ; Dénivelée : 1000m ; Niveau : Soutenu

Départ du col de BURDINCURUTCHETA / montée par le MENDIBEL / col de BURQUIDOY / ARTHANOLATZE / cayolar de CIHIGOLATZE / chalet de CIZE et retour par le vallon

Rendez-vous à St JEAN LE VIEUX à 8h30

Mercredi 18/06 8h30 Randonnée+

Pic d'ORHY (2017m)

Proposée par Jean SUPERVILLE (05.59.25.64.31)

Durée : 7h ; Dénivelée : 1050m ; Niveau : **Soutenu+**

Départ du col de MEHATZE / crête de MILLAGATE / ZAZPIGAGNA / brèche d'ALUPIGNA (que l'on pourra éviter) / pic d'ORHY – Retour par le flanc Ouest – cayolar d'IABARRONDOA / crête de MILLAGATE

Rendez-vous à St JEAN LE VIEUX à 8h30

juin-juillet 2008

sorties du jeudi

Jeudi 05/06 08 h

SORTIE CULTURO GOURMANDE en BASSE – NAVARRE (Saint – Palais)

Voir programme sur le bulletin de mai

Jeudi 12/06 10h Randonnée allégée

vers l'étang de Moulasse

Proposée par Françoise DUTEMPLE et Martine LARQUIER (05.59.56.77.91)

Sortie journée vers l'étang de le Moulasse

Départ 10h au bourg de Saint André de Seignanx

Prendre la Nat 117 puis au quartier, tourner à gauche 1,500 km

Apporter le pique nique.

Durée 2h30 à 3 h.

Jeudi 19/06 9h30 Randonnée allégée

CHEMIN DU LITTORAL DU SEMAPHORE

(SOCOA au Château d'Abbadia)

Proposée par TT BONTEMPS (05.59.23.71.20 - 06.80.87.42.94) et Jo DE HARO (05.59.31.16.21)

Sortie journée ; pique nique vers le château d'Abbadia ; bonnes chaussures.

Durée 4 heures sans difficulté, belles vues sur l'océan et la montagne.

Rendez vous au parking de Louhtzin à 9h30 : passer le pont de Socoa et prendre aussitôt à gauche avant garage Sansébastien , un chemin sur 20 mètres grand parking. RD 9h30.

Jeudi 26/06 10h Randonnée allégée

Les CRETES du JAÏZKIBEL

Proposée par P. et M. POUVREAU tel 05.59.54.62.70 ou 06.64.36.03.20.

Sortie journée durée 2h30 ; dénivelée 200 mètres. Niveau facile

Départ de Notre Dame de la Guadalupe, parcours sur le flanc Est (côté Irun) ;

Montée au niveau de l'ancien Parador puis parcours sur la crête, très belle vue ;

Rendez-vous à 10 heures, parking du Fronton à Urrugne.

Possibilité de repas à la « Kantina » téléphoner aux responsables pour s'inscrire

juin-juillet 2008

SORTIE des RANDONNEURS

Lundi 30/06 10h

**SORTIE DES RANDONNEURS à URT
REPAS à BARDOS**

Proposée par Jany MERLE (05.59.56.21.79) ; Alain LASSALETTE (05.59.56.22.25)

Randonnée sur terrain plat d'une durée de 2h30 environ

**Pour les randonneurs : Rendez-vous à URT (Place du marché) à 10h
Repas à 13h30 chez ODILE à BARDOS (RV à 13h15 au Parking de la Place)**

MENU 25 €

- Sangria*
- Potage*
- Saumon sauce au Champagne*
- Côte de Canard au Piment doux*
- Fromage de Brebis et Confiture*
- Omelette Norvégienne*
- Café*
- Cuvée du Restaurant Rouge ou Rosé*

bulletin d'inscription à envoyer **pour le samedi 21 juin dernier délai** à
Armand CURUTCHET : 1 Lot. CHANDONDEYA / 64240 BRISCOUS

✂ pour conserver les informations au verso, veuillez en faire une copie ✂

Bulletin d'inscription

lundi 30 juin à 13h30

Repas des Randonneurs

ouvert à tous

Restaurant « CHEZ ODILE » 64520 BARDOS

NOMBRE de PERSONNES :..... Nom(s) et Prénom(s) :.....
.....
.....

Ci-joint chèque de 25 € x = € à l'ordre de « Restaurant ODILE »

SEJOURS ET VOYAGES du CLUB pour 2008-2009

Comme chaque année, nous souhaitons que vous présentiez des Propositions, que vous acceptiez de prendre des Initiatives et des Responsabilités, en vue de réaliser des Projets nécessaires à la vie de notre Club.

Afin d'établir le Calendrier des Propositions, après leur examen par le Comité d'Animation, une **réunion réservée aux Organismes** aura lieu **Mardi 26 AOUT 2008 à 15h** au Club (85 ave Kennedy à Biarritz).

Ce calendrier concerne les : Voyages, Croisières, Séjours de ski, de Montagne, de Détente et, d'une façon générale, tout ce qui demande une préparation et une réservation longtemps à l'avance.

Pour nous permettre de préparer cette réunion, nous vous demandons de porter sur le bulletin-réponse ci-dessous le résumé des projets que vous proposez.

*Projets à envoyer avant le 10 août à : Claude IRIGOYEN
20, rue Aristide Briand / 64100 BAYONNE ou clauderirigoyen@laposte.net*

✂ pour conserver les informations au verso, veuillez en faire une copie ✂

PROJETS ENVISAGES pour 2008-2009

NOM PRENOM

ADRESSE

..... tél.

PROPOSE D'ORGANISER (description succincte de l'activité)

.....
.....
.....
.....
.....

PERIODE ENVISAGEE (date : si possible en proposer plusieurs)

.....
.....

PRIX TOTAL APPROXIMATIF (éventuellement fourchette de prix. Précisez « transport compris » ou non, Pension, demi-pension... etc.)

.....
.....

MOYEN DE TRANSPORT (précisez « transport compris » dans le prix total ou donnez le montant approximatif de ces frais de transport)

.....
.....

ORGANISME de TRANSPORT ou de TOURISME auquel vous envisagez de vous adresser

.....
.....

VOS OBSERVATIONS PARTICULIERES :

.....
.....
.....

Le Club des Retraités



MGEN

Mutuelle Générale
de l'Éducation Nationale

85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Août-Septembre 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

OBLIGATION REGLEMENTAIRE à partir de la rentrée de septembre 2008

Afin de garantir la sécurité de tous nos retraités Organisateurs et Participants, pratiquant des activités physiques douces ou sportives dans le cadre du Club (Randos, Gym, Natation, Qi Qong, Yoga, Balades, Ski), il est nécessaire à présent de souscrire une licence-assurance à 2FOPEN-JS (Fédération Française Omnisports des Personnels de l'Éducation Nationale Jeunesse et Sports), ancienne USFEN.

Dès le début des activités, il faudra retourner au Club l'imprimé joint, accompagné d'un certificat médical récent couvrant la période 2008-2009, et d'un chèque de 20 €.

Précision : 1 seule licence-assurance omnisports suffit, quel que soit le nombre d'activités pratiquées.

REUNION de TOUS les ORGANISATEURS d'ACTIVITES PHYSIQUES au sein du club

Mercredi 17 septembre à 10 h au local, pour informations sur 2F-OPEN-JS-64 (présence indispensable)

CONVENTIONNEMENT OPTIQUE MGEN : importante nouveauté 2008

Voir fiche informative avec liste d'opticiens agréés + 1 page du site « www.mgen.fr »

VOYAGE BOURGOGNE Claude BELVEZE >> il aura lieu du 22 au 30 septembre

Suite à des défections, il reste 2 places . **Téléphoner d'urgence** au 05.59.59.78.45

VOYAGES et SEJOURS du CLUB pour 2008-2009

Une réunion réservée aux **Organisateurs** aura lieu **Mardi 26 AOUT 2008 à 15h** au Club (85 ave Kennedy à Biarritz) pour mettre au point le **Calendrier des Séjours et Voyages 2008-2009**.

SORTIE à L'ECOMUSEE DE SABRES-MARQUEZE le samedi 27 septembre 2008

Organisée par Françoise DUTEMPLE (05.59.56.77.91) et Martine LARQUIER (05.59.56.47.41)

Dès réception du bulletin, veuillez adresser impérativement à Martine LARQUIER (« La Rencontre » 64520 CAME) un **chèque de 26 € à l'ordre du Trésor Public pour le repas, les visites guidées, le train... Dernière date de paiement le **1^{er} septembre**.**

Quant au coût du trajet, nous ne le saurons que le jour même, suivant le nombre de personnes inscrites (se munir d'un chéquier ou d'espèces) *Voir fiche descriptive pour programme et Menu*

INFORMATIONS (suite 1)

SORTIE à AURITZ (Burguete) les 23 et 24 septembre 2008

Une randonnée sur deux jours (sans difficulté particulière) est proposée aux randonneurs :

Mardi 23 et Mercredi 24 septembre par B. BONNET – P. JAURY – G. BLOUVAC – Y. MILLET

- ETAPE : Hôtel Burguete – chambres à deux lits.
- Dîner – coucher – petit-déjeuner – pique-nique – Pots d'arrivée et retour : **50 € environ (en espèces)**

Inscriptions auprès de M.C. BONNET (05.59.37.62.92) le plus rapidement possible en raison des vacances. Paiement en espèces à l'Hôtel voir détails en page « Randonnées »

YOGA : Reprise vendredi 3 octobre

Baï-sa ARTOLA et Louis MOULIA vous proposent une séance de **YOGA le vendredi** :
soit de **14h00 à 15h15**, soit de **15h30 à 16h45** (séances de même niveau)

Afin d'équilibrer quantitativement les deux groupes, ils souhaitent que vous fassiez parvenir **avant le 15 septembre : le Bulletin d'inscription et une enveloppe affranchie à votre adresse**
à : **Louis MOULIA - 7, avenue de la Paix - 64500 Saint-Jean de Luz.**

FONT-ROMEUE : Séjour de SKI (fond et piste) et de RAQUETTES du 31/01 au 07 février 2009

Compte tenu de l'organisation du Centre J. Moulin, nous devons prendre les inscriptions à l'avance.

- Le **prix du séjour** est d'environ **42 € / jour** et par personne, en chambre double, en pension complète (le prix définitif ne sera connu qu'en octobre)
- S'ajouteront les taxes de séjour 0,28 € / jour et par personne, ainsi que les vins et les pourboires.
- et vos éventuels suppléments (transport, forfaits, locations, téléphone, ...)

**Votre inscription sera définitive après versement d'un chèque d'arrhes de 100 € par personne à joindre au bulletin d'inscription à renvoyer avant le 15/09/ 2008 à :
Christiane LAPOUBLE - 7 rue de CAPARITS - 64600 ANGLET**

Pas de réunion : C. LAPOUBLE vous communiquera tous renseignements par téléph. (05.59.03.51.82)

INFORMATIQUE : Projet de cycle « Initiation et Bureautique »

Il est envisagé de remplacer les séances bimensuelles du vendredi dites « Thérapie » par **des séances hebdomadaires d'Initiation et de Bureautique** : Windows –XP et Vista et Logiciels Microsoft.

Durée 2 heures, de préférence le **Vendredi après-midi** ou à défaut le **Jeudi matin**, *selon les disponibilités des salles et des équipements vidéo* ; précisions dans bulletin d'octobre.

Renseignements : claude.naranjo@laposte.net ou 05.59.42.00.56

Diffusion des BULLETINS d'INFORMATIONS par INTERNET : sursaut nécessaire

Bilan actualisé : 2.325 envois soit 2.110 euros d'économies ; sans erreur ni fuite de confidentialité.

Malgré les évidences ergonomiques « malin, rapide, réactif » et écologiques « zéro papier », **sans rappel rien ne bouge** : *il n'y a eu que 10 nouvelles inscriptions à ce service depuis le mois de février 2008 !*

Faut-il renoncer à convaincre et attendre passivement une « dynamisation par de nouveaux adhérents » ?
Le coût d'un bulletin « papier » de ce mois étant de 1,085 euro, on est en droit de se poser la question.

S'il ne s'agissait que d'un effort demandé sans apporter d'assistance, on n'en parlerait pas.

Mais la réception du Bulletin par Internet peut aussi ouvrir la voie à d'autres réceptions de même nature, comme par exemple les relevés de décomptes de remboursements de santé MGEN, et bien d'autres ...

INFORMATIONS (suite 2)

COURS de LANGUES

Les nouveaux Participants et Volontaires voudront bien se faire connaître auprès des Intervenants lors des cours du mois d'octobre.

Ils pourront assister librement à quelques cours afin de déterminer le niveau qui leur convient.

Pour s'inscrire par correspondance, écrire à :

- « Cours de langues du Club des Retraités » à la M.G.E.N.,
- ou à Aurore Denis / 2 rue de Matignon / 64340 BOUCAU

Nous vous invitons à respecter quelques règles rendues nécessaires :

- s'inscrire au maximum à un seul cours par langue : Allemand / Anglais / Espagnol
- s'engager à suivre régulièrement les cours tout au long de l'année.

ALLEMAND « Autour de la langue de Goethe » : vendredi à 14h30, avec Marie HEGEMANN

ANGLAIS

- **Conversation Anglaise** : mensuel le mardi à 16h15, avec E. HOOVER
- **Anglais 1** : mardi à 10h15, avec F. BENICHOU
- **Anglais 2** : mercredi à 10h, avec F. Le CLEAC'H
- **Anglais 3** : vendredi à 10h, avec F. Le CLEAC'H
- **Anglais débutants** : vendredi à 10h30 avec A. BAUD

ESPAGNOL

- **Tertulia** : mardi à 14h
- **Espagnol A** : mardi à 10h, avec A. DENIS ; J.M. GABASTOU ; M. DURONEA
- **Espagnol B** : jeudi à 10h, avec C. BERGONZAT et F. RUIZ
- **Espagnol en Chansons** : mardi à 16h15, avec Jacqueline CAPPELLE

*Marie Alice POUTET n'assurera plus les cours d'Espagnol à la rentrée. (Appel aux bénévoles)
Nous la remercions de sa participation active à la vie du Club.*

PREVENTION MAIF *souhaite renforcer son équipe de militants et fait appel à vous.*

Prévention Maif est une association régie par la loi de 1901 sur les associations dont les objectifs sont de prévenir, d'informer, d'éduquer, en un mot de rendre citoyen les jeunes et moins jeunes face aux risques routiers et domestiques.

Ses membres, dans l'esprit laïque qui est le leur, interviennent dans les établissements publics

Nos réunions ont lieu une fois par mois au siège de la MAIF à Bayonne, dans le meilleur esprit et la bonne humeur. Toutes les personnes qui partagent notre militantisme sont les bienvenues.

Contacts : CHATO Pierre et Marie 0609335791
ETCHEVERRY Gisèle 0683365818
CHAMPION Eliane..... 0559310876
CHANCROGNE J. Pierre 0681008211

CONVENTIONNEMENT OPTIQUE MGEN

La MGEN souhaite attirer l'attention des retraités sur le changement important survenu dans son OFFRE OPTIQUE à partir du 16 juin 2008.

*L'optique est un poste de dépense important où la **réduction** du « reste à charge » est toujours une bonne nouvelle et les retraités constituent, à l'intérieur de la population MGEN, une catégorie de personnes très concernée par cette prestation.*

NOUVEAUX REMBOURSEMENTS CLAIRS ET PERFORMANTS

Pour vous aider à choisir les lunettes les mieux adaptées à votre vie professionnelle et personnelle, sans perdre de vue votre budget,

LA MGEN AUGMENTE FORTEMENT VOS REMBOURSEMENTS OPTIQUE

1.600 OPTICIENS AGRÉÉS ; QUALITÉ ET TARIFS ENCADRÉS

La MGEN crée son propre réseau d'opticiens agréés, pour vous permettre de bénéficier d'équipements OPTIQUE DE GRANDE QUALITÉ, À DES TARIFS ENCADRÉS

Vous trouverez ci-dessous la liste des opticiens désormais agréés.

!!! Il n'y a que chez ces opticiens là !!!

que la prestation améliorée et le tiers payant mutuelle seront pratiqués :

BEARN (64)		
LES OPTICIENS MUTUALISTES	21, rue de la République	64000 PAU
LES OPTICIENS MUTUALISTES OCIANE	2, place Marguerite Laborde	64000 PAU
OPTIC 2000 PEDARREGAIX	11, rue du Maréchal Foch	64000 PAU
ALAIN AFFLELOU	8, rue du Maréchal Foch	64000 PAU
OPTICAL CENTER	9, cours Bosquet	64000 PAU
OPTIQUE EUGENIE	4, rue Séverin Lacoste	64230 LESCAR
ALAIN AFFLELOU	Avenue Fleming	64400 OLORON STE MARIE
LES OPTICIENS MUTUALISTES	2 bis avenue Kennedy	64300 ORTHEZ
VOIR ET ENTENDRE	2, place Pierre et Marie Curie	64150 MOURENX
PAYS BASQUE (64)		
LES OPTICIENS MUTUALISTES	4 et 6 rue Sauveur Narbaïtz	64100 BAYONNE
VITTONATTO OPTICIENS	17, rue Lormand	64100 BAYONNE
BIARRITZ OPTIQUE	7, place Georges Clemenceau	64200 BIARRITZ
OPTIC 2000	9, rue du Helder	64200 BIARRITZ
OPTIMUM VISION	77, rue Gambetta	64500 ST JEAN DE LUZ
L'ŒIL URTOIS	C Cial Champion, avenue de Genevois	64240 URT
SUD LANDES (40)		
MIP OPTIQUE	Rue Jean Baptiste Gabarra	CAPBRETON
LES OPTICIENS MUTUALISTES	76 Avenue Nationale	ST VINCENT de TYROSSE
OUEST HAUTES PYRENEES (65)		
LES OPTICIENS MUTUALISTES	ZAC de l'Ormeau	65000 TARBES
LES OPTICIENS MUTUALISTES	20 Place Marcadieu	65000 TARBES
OPTIC 2000	21 Rue Maréchal Foch	65000 TARBES
LISSAC OPTICIEN	117 Rue Maréchal Foch	65000 TARBES

Les activités reprennent normalement en octobre

sauf en cas d'accords particuliers pour reprise dès septembre :
Randonnées, Tarot, Autour d'un livre, Chansons à la carte...

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 22/09 + 20/10 + 24/11 + 15/12
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 14 octobre..... <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 18/09 + 23/10 + 20/11 + 18/12.
Vendredi	09 h 00 10 h 00 10 h 30 14 h 00 14 h 30 15 h 30	Informatique Photos Numérisées (G.B) Anglais groupe n° 3..... Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Yoga 2ème séance.....	fréquence à convenir
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne).....	hors congés E.N. zone C

mardi 26 août	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 17 septembre	10 h 30	Mise sous enveloppes

août-septembre 2008

chansons à la carte

Jeudi 18 septembre 15h

Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net (06 33 32 22 04)

Interprétation de **Chansons à la carte...** Chansons à thème : l'**Ecole...** Chanson **surprise...**
Au fil de l'**actualité ...** Jeu des **citations ...** **Nouvelles chansons...** et chanson club **MGEN 64.**

août-septembre 2008

autour d'un livre

Lundi 22 septembre : « **INTRIGUE à l'ANGLAISE** » d'Adrien **GOETZ**

Pour le 20 octobre : « **Une exécution ordinaire** » de Marc **DUGAIN** Ed. Folio 4693

L'auteur dénonce l'horreur du pouvoir absolu en reconstituant le drame du sous-marin Kursk ...

Prix RTL-LIRE

août-septembre 2008

randonnées

Lundi 01/09 8h45 Randonnée PASAJES SAN PEDRO – St SEBASTIEN

Proposée par F.DUTEMPLE (05.59.56.77.91) ; J. FRANÇOIS (05.59.64.01.62)
M. LARQUIER (05.59.56.47.41)

Durée : 5h ; Dénivelée : 250m (dont 150m de montée directe abrupte par escaliers aux marches irrégulières)
HERRERA / PASAJES St PEDRO / le phare : Hauteurs de PASAJES (montée directe abrupte) / Hauteurs de St SEBASTIEN / repas – Après-midi descente sur St SEBASTIEN et quartier libre.

Retour : Départ des topos de la gare d'AMARA les 15 et 45 mn de chaque heure.

Ceux qui le désirent, pourront rester avec le groupe jusqu'au retour à Hendaye

Rendez-vous à 8h45 à la gare S.N.C.F. d' HENDAYE pour retirer individuellement son billet A.R. (Hendaye-St Sébastien) à la gare du « topo ». Départ : 9h.

Attention : A partir de la station de PASAIA , se préparer pour descendre à 9h30 à la station HERRERA

Lundi 08/09 9h Randonnée TOUR du BIZKARZE

Proposée par Yvon RUSTIQUE (05.59.23.17.59)

Durée : 6h ; Dénivelée : 600m ; (730 m *montée au pic*) Niveau : Moyen (environ 13 km)

Départ : Pont d'ORGATE sur l'IRATY 927m / Remontée par le large chemin / L'ERREKA IDORRA / Col de JAUREGUIZARRE 1262m / cayola IBARRONDOA 1306 / Col de MURKHUILLAKO 1528

Retour : Descente passant près de UTHURCHARRA / OURDINAZARRETA / Pont d'ORGATE

Possibilité de monter au pic (1656m) pour quelques-uns. Regroupement à côté de UTHURCHARRA

Rendez-vous à St JEAN LE VIEUX à 9h

Lundi 15/09 9h30 Randonnée L'ATXURIA

Proposée par E. et J.C. CHAMPION (05.59.31.08.76) ; MC CURUTCHET (05.40.48.10.24) ;
J. FRANÇOIS (05.59.64.01.62)

Durée 4h de marche (+1/2 h possible) ; Dénivelée : 400m (+100m) ; Niveau : Moyen

Départ : URBIAKO LEPOA / ATXURIA / IBAINETA LEPOA / Retour par AIZA GORRI / (possibilité de rajouter la montée au MENDIBIL)

Rendez-vous à 9h30 au col d'URBIAKO LEPOA : route de ZUGARRAMURDI à ETXALAR (qui démarre le long de l'église de ZUGARRAMURDI)

Lundi 22/09	9h15	Randonnée	le LARLA (700m)
Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69) ; J.P et J. CELHAY (05.59.37.70.44) ; J.P. et F. SUPERA (05.59.31.80.35) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84)			
Durée : 5h30 (2 montées au départ. Retour facile) ; Dénivelée : 570m ; Niveau : Moyen			
Boucle sans grande difficulté par HARIZONDO (504m) / sommet de LARLA (700m) / retour par HARRETCHEKO BORDA (663m) et les anciennes mines.			
Rendez-vous à SAINT-MARTIN D'ARROSSA (place du village et/ou parking de l'église), à 9h15			

Mardi 23/09 + Mercredi 24/09	SORTIE à AURITZ (Burguete)		
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Mardi 23/09	Durée : 6h ; Dénivelée : 900m		
UREPEL / AÑONA / HAUZAY / LINDUS / GIRIZU / IBAÑETA / RONCEVAUX / BURGUETE			
Mercredi 24/09	Durée : 6h ; Dénivelée : 400m		
BURGUETE / ATALOTZE / URTAY / HARRIONDO / UREPEL			
Rendez-vous le mardi 23 septembre à 9h30 à l'auberge LAFITTE à UREPEL			

Lundi 29/09	9h30	Randonnée	ADARZA (1260m)
Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62) Y. MILLET (05.59.23.57.21)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 680m ; Niveau : Moyen			
MINCHONDO (500m) / Flanc ouest : ADARZA / ARROLAKOHARRIA / URDIAKO Lepoa / ERDIZAKO BORDA / MINCHONDO			
Rendez-vous : Parking Place de BANCA à 9h30			

août-septembre 2008	sorties du jeudi
----------------------------	-------------------------

Jeudi 04/09	10h30	Randonnée allégée	GR 8 (suite) boucle autour de JATXOU
Organisée par M. DALIA (05.59.43.03.40) ; Y. HARGUINDEGUY (05.59.55.49.44) ; A. STEINER (05.59.44.16.96)			
Durée de la marche 2h30 ; une boucle autour de Jatxou avec pique-nique à la chapelle Saint Sauveur.			
R-V à 10h30 Parking Super U à Ustaritz			

autres sorties en octobre

SORTIE à SABRES – MARQUEZE

Samedi 27/09 à 8h

Proposée par Françoise DUTEMPLE (05.59.56.77.91) ; Martine LARQUIER (05.59.56.47.41)

Départ Lac MARION 8h

10h gare de SABRES (train)

Visite guidée à MARQUEZE

12h30 repas

Visite Pavillon des Landes

Retour 20h

MENU

Apéritif (le Perpit à base d'Armagnac)

Garbure landaise

Poulet fermier à l'oignon

Pommes de terre à l'Armagnac

Pastis du four à pain de Marquèze et crème anglaise

Vin et café compris

bulletin d'inscription et chèque (à l'Ordre du Trésor Public) à envoyer pour le 1^{er} septembre
dernier délai à :

Martine LARQUIER
« La Rencontre »
64520 CAME

✂ pour conserver les informations au verso, veuillez en faire une copie ✂

Bulletin d'inscription

Samedi 27 septembre 2008

Sortie SABRES - MARQUEZE

NOMBRE de PERSONNES : **Nom(s) et Prénom(s) :**
.....
.....

Ci-joint chèque de 26 € x = €

à l'ordre de « Trésor Public »

✂ pour conserver les informations au verso, veuillez en faire une copie ✂

Bulletin d'inscription**YOGA****2008 / 2009**

adressé à : Louis MOULIA - 7, avenue de la Paix - 64500 Saint-Jean de Luz
joindre une enveloppe affranchie à votre adresse

Nom Prénom.....

Adresse

..... Téléphone

(rayer les mentions inutiles)▶ Je préfère : la 1^{ère} séance de 14h à 15h15, la 2^{ème} séance de 15h30 à 16h45

▶ Je peux participer indifféremment à l'une ou l'autre de ces séances

✂ pour conserver les informations au verso, veuillez en faire une copie ✂

Bulletin d'inscription**FONT-ROMEUE****du 31 janvier au 07 février 2009**à renvoyer **avant le 15/09/ 2008** à : Christiane LAPOUBLE, 7 rue de CAPARITS / 64600 ANGLET

Nom Prénom.....

2ème personne

Adresse

..... Téléphone

Ci-joint chèque de 100 € x = € à l'ordre de « Fondation Jean MOULIN »**Logement souhaité** (*barrez la mention inutile*)**CHAMBRE DOUBLE** OUI..... NON

Indiquez éventuellement avec qui vous partagerez cette chambre.....

CHAMBRE INDIVIDUELLE avec supplément OUI..... NON

Sachant que le nombre de chambres individuelles sera faible,

Si impossibilité, accepterez-vous une chambre double ? OUI..... NON**ici figure le bulletin d'adhésion à 2F OPEN**

Le Club des Retraités



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Octobre 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

CALENDRIER 2008-2009 des VOYAGES ET SEJOURS DE SKI – MONTAGNE - DETENTE

Vous trouverez en annexe le Calendrier des Séjours et Voyages prévus pour 2008-2009.
Afin d'entreprendre les démarches pour leur réalisation, nous vous demandons :

- 1) de renvoyer le bulletin de préinscription **avant le 01/11/2008** à :
Pierrette PYARD / 15, rue Louis ARAGON / 64340 BOUCAU
- 2) de ne **vous inscrire** que **si vous pensez vraiment pouvoir y participer**.

Les prix sont établis en fonction du nombre de participants, aussi :

- 1) nous vous demandons de prévenir au plus tôt en cas de désistement.
- 2) nous vous rappelons qu'*en cas de désistement après inscription définitive et versement de votre participation, vous ne serez pas remboursé intégralement*. Nous retiendrons ce qui correspond à votre contribution aux frais incompressibles de transport et autres dépenses liées *au nombre initial de participants*. Ces dispositions ne s'appliqueront pas si vous avez trouvé un remplaçant.

Remarques :

- Sur le tableau ne figurent que les activités demandant une organisation « lourde ».
- Les prix et dates sont approximatifs.
- Vous serez avisé par l'intermédiaire du Bulletin mensuel de la date d'inscription définitive.
- En cas de changement, il vous sera demandé si vous confirmez votre participation.

RESSOURCEMENT EAUX CHAUDES en CERDAGNE (Pyrénées orientales)

Réunion préparatoire mercredi 01 octobre 10h30, en prévision du séjour du 23 au 28 octobre.

- Balades, nature, et bains dans les sources d'eaux chaudes ; Tarif 399 euros

Il reste encore quelques places !! S'adresser à Anne PEIROLO tel 05.59.45.23.40 dès maintenant.

PISCINE: Reprise samedi 4 octobre

Les séances ont lieu le samedi de 9h à 10h. à la piscine LAUGA (Bayonne)

Pour tout renseignement, contacter Louis DELALEE au 05.59.64.60.00

Les participants doivent attester de leur aptitude à la natation par le certificat médical inclus dans le formulaire d'adhésion à 2F OPEN (voir dernier bulletin ; fiche d'adhésion en annexe)

INFORMATIQUE : « INITIATION et BUREAUTIQUE »

- Horaire et lieu : le **Vendredi de 14h30 à 16h30** ; en **salle de vidéo et conférences** à la MGEN *sauf exception(s) en cas d'impératif(s) MGEN*.
- Concerne : tous publics disposant d'un PC : balbutiants, débutants, débrouillés, fidélisés, etc.
- Programme : Notions de base de Windows XP et Vista / Perfectionnement en Messagerie, Internet / Logiciels de Bureautique Microsoft / Recettes de résolution de problèmes.

Inscriptions / Renseignements : claudenaranjo@laposte.net ou 05.59.42.00.56

COURS de LANGUES

*Claude BERGONZAT n'assurera plus les cours d'Espagnol à la rentrée.
Nous le remercions de sa participation active à la vie du Club.*

Licences 2 F OPEN

Pour les pratiquants d'activités physiques : n'oubliez pas de prendre votre licence (voir feuille en annexe)

octobre 2008

activités à jour fixe

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 20/10 + 24/11 + 15/12
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 14 octobre..... <i>sauf jour conversation anglaise...</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jedi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 23/10 + 20/11 + 18/12
Vendredi	09 h 00 10 h 00 10 h 30 14 h 00 14 h 30 14 h 30 15 h 30	Informatique « Photos Numérisées » Anglais groupe n° 3..... Anglais débutants Yoga 1ère séance..... Allemand salle du fond Informatique « Initiation et Bureautique » Yoga 2ème séance.....
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne).....	hors congés E.N. zone C

Mercredi 08 octobre	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 22 octobre	10 h 30	Mise sous enveloppes

octobre 2008

chansons à la carte

Jeudi 23 octobre 15h Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net (06.33.32.22.04)

Interprétation de **Chansons à la carte...** Hommage à **Barbara**: biographie ponctuée de chansons...
Actualité ... Nouvelles chansons... Chanson **surprise...** et retour de la **Garde montante...**

octobre 2008

autour d'un livre

Lundi 20 octobre : « **Une exécution ordinaire** » de **Marc DUGAIN**

Pour le 24 novembre : « **La maison du retour** » de **Jean Paul Kauffman** Ed.Folio 4733

Jubilant témoignage du bonheur d'être vivant ...

de la part de Louis LAMOURELLE

J'ai bien reçu votre dernier courrier, qui sera bien le dernier pour moi, car j'ai décidé de ne pas renouveler mon contrat pour l'année à venir, les handicaps s'accumulant avec le poids des ans.

Je tiens à remercier bien sincèrement tous les membres du CLUB qui m'ont permis, pendant plus de vingt ans de participer aux voyages touristiques, aux sorties montagne du lundi, aux randonnées cyclistes, à la visite de certains sites géographiques, historiques, commerciaux, industriels, que je n'aurais jamais connus sans l'initiative de certains organisateurs du CLUB .

Qu'il me soit permis de remercier tout particulièrement en les nommant, deux membres fondateurs, deux piliers qui m'ont tendu la main et permis l'accès au CLUB, le Président Jacques MAUVEZIN que je ne connaissais pas du tout, Jacques CIERS que je connaissais, lui, de longue date, et à qui je dois, notamment mon premier voyage à SAINT ÉMILION, l'ère d'avant BIKOU ! Ce sont là des choses qui ne s'oublient pas. SAINTE et prospérité au CLUB !

Louis

octobre 2008

randonnées du lundi

Lundi 06/10 9h15 Randonnée

Les hauteurs de URDOS

Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69) ; E. CHAMPION (05.59.31.08.76) ;
J. FRANÇOIS (05.59.64.01.62) ; F. et J.P. SUPERA (05.59.31.80.35) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84)

Durée : 6h ; Dénivelée : 816m ; Niveau : Moyen +

URDOS / SAGARAY / COL DE SUHASTEGUI / col de ASTATE / ligne de crêtes sur le GR 10 / sommet de l'ASTATE (1022m) / col d'HARRIETA / URDOS

Rendez-vous sur la place de URDOS à 9h15

Lundi 13/10 9h30 Randonnée

BAÏGURA (900m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Y. MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 6h ; Dénivelée : 700m ; Niveau : Moyen

HELETTE / chapelle / Ancienne carrière / ERREGUELU / BAÏGURA / Flanc sud de BEHORSARO /
HARREGUIA / HARRETCHEA / HELETTE

Rendez-vous Place du village à HELETTE à 9h30

Lundi 20/10 9h Randonnée

JARA

Proposée par Christian. ETCHEVERRY (05.59.37.39.96 ou 06.70.10.69.68)

Durée : 5h ; Dénivelée : 400 à 700m ; Niveau : Moyen à Moyen +

Départ : D 918 vers St Jean Pied de Port / cote 114 / remontée du chemin, du Génie jusqu'à ...épuisement.

Sommet du JARA (811m) facultatif / Retour par le chemin balisé sur le flanc Ouest du MONHO

Rendez-vous à 9H à OSSES , parking à gauche avant le carrefour de BAÏGORRY

Lundi 27/10 9h30 Randonnée

PIKETE (761m)

Proposée par B.BONNET (05.59.37.62.92) ; P.JAURY (05.59.37.04.74) ; G.BLOUVAC (05.59.23.24.62)
Y. MILLET (05.59.23.57.21)

Durée : 5h ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen

AINCILLE / GR 10 / PIKETE / BURGUISTO / GOYHENETCHEA.

Rendez-vous Parking de AINCILLE (derrière le fronton) à 9h30

octobre 2008

randonnées + du mercredi

Mercredi 29/10 9h Randonnée +

Tour de BALZAZARRAS - IRATY

Proposée par Yvon RUSTIQUE (05. 59.23.17.59 + 05.59.37.12.66)

Durée : 7h ; Dénivelée : 600m ; Niveau: Moyen + (pour la longueur ; pas de difficultés dans les montées)

Départ : Borne 231 sur l'IRATY / Remontée de l'ERREKA IDORRA par une large route jusqu'à
JAUREGIZARREKO LEPOA 1262m / Borne 233 / descente vers IBARRONDOKO ERREKA (pluviomètre) /
EMBALSE de KOIXTA

Retour : RASOS de AKERRERIA / Mirador sur le RIO URTXURIA / Ntra SEÑORA de LAS NIEVES /

Remontée de l'IRATY jusqu'à l'ERREKA IDORRA gué et Borne 231

Rendez-vous à SAINT JEAN le VIEUX à 9h

Jeudi 02/10 10h30 Randonnée allégée**Étang Noir, Étang Blanc.**

Proposée par A. PANART 05.58.77.34.59 + 06.20.83.30.32 ; C. IZARD 05.58.43.21.63 + 06.80.30.11.15.

Durée 3h30 ; Aucune difficulté ; itinéraire en boucles : Seignosse / Étang Noir / Étang Blanc.

- 2h15 dans la forêt de pins, tucs et vallons, repas landais au resto « les roseaux » au bord de l'étang Blanc ;
- puis 1h15 avec découverte par la passerelle de l'étang noir.

Menu Landais 17 euros : pâté landais, salade de tomates, caneton demi-sauvage, confit pommes de terre sautées, haricots verts, tourtières aux pommes et à l'Armagnac vins (rouge Rosé) café.

Rendez-vous à 10h30 : Parking de la RESERVE NATURELLE de l'Étang Noir, Seignosse Bourg, après le hall des sports.

Téléphoner Impérativement la veille pour confirmer votre présence.

Jeudi 9/10 9h30 Randonnée allégée**La Finca de ARTIKUTZA (Oyarzun)**

Proposée par M.T. Bontemps 05.59.23.71.20 + 06.80.87.42.94 ; Jo. De Haro 05.59.31.16.21.

Durée 5 heures ; Circuit en Boucle : Eskas-Pagoleta-Izu-Artikusza-Elizmendi dénivelé 350 Mètres 15 kms (prévoir pique nique)

Rendez-vous parking frontière BEHOBIE à 9h30 (Banque Inchauspé)

Jeudi 9/10 14h30 Promenade**Les plages angloyes**

Proposée par C. IRIGOYEN 05.47.64.01.45 ou 06.83.17.62.97

Promenade facile sur le littoral , de la Chambre d'Amour à la Barre et retour .

Rendez-vous à 14h30 devant la salle des Congrès de la Chambre d'Amour

Jeudi 16/ 10 10h15 Randonnée allégée**« Urrugne entre mer et montagne »**

Proposée par Pierre et Mireille Pouvreau tel 05.59.54.62.70.

Durée 2h45, dénivelé 200m Chapelle Socorri, Chemin des crêtes.

Rendez-vous à 10h15 au Parking du Fronton d'URRUGNE .

Jeudi 23/10 10h Randonnée allégée**les landes d'HAITZEDER**

Proposée par M. Dalia 05.59.43.03.40 ; Y. Harguindeguy 05.59.55.49.44 ; A Steiner 05.59.44.16.96

Durée 3h. Dénivelé 200M, passages humides, peut être boueux.

Rendez-vous à 10h BRISCOUS Parking Vival, prévoir pique-nique.

Calendrier des Séjours et Voyages 2008-2009

COMPTE-RENDU de la réunion du 26 août 2008

Cette réunion avait pour objet de prendre connaissance des propositions et d'établir le calendrier des séjours pour l'année 2008-2009.

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

***Remarques importantes :** 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 organiser leur temps de loisirs eux mêmes.*

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 une clientèle particulière.

ici figure le tableau des séjours et voyages 2009

(Photocopier en cas de besoin pour ne pas perdre les infos au recto)

à renvoyer **avant le 01/11/08** à : Pierrette PYARD / 15 rue Louis Aragon / 64340 BOUCAU

*Avis aux retardataires : après le 1^{er} novembre, veuillez contacter **directement** l'animateur concerné pour vous inscrire, merci !*

NOM..... PRENOM

2^{ème} personne

Adresse

..... Téléphone

N°	Désignation de l'activité	Observations éventuelles (logement, transport.....)

Pour remplir ce bulletin, inscrivez le **numéro** et le **nom** de chaque activité retenue :

Exemple - 8 –Queyras
 - 2 – Baqueira
 - etc....

ici figure le bulletin d'adhésion à 2F OPEN



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Novembre 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

Un petit rappel évident :

La photocopieuse est réservée à l'usage exclusif des activités du Club, et non à des besoins personnels.

REUNIONS BILANS des VOYAGES de Claude Belvèze au Lycée Paul Bert à Bayonne :

- « Provence antique » de mai 2008 : Mercredi 12 novembre à 10 h
- « Bourgogne » de septembre 2008 : Mercredi 19 novembre à 10 h

Ces 2 réunions seront suivies d'un repas convivial.

S'inscrire au plus tard 8 jours avant auprès de Claude IRIGOYEN (05.47.64.01.45 ou 06.83.17.62.97)

VOYAGE NORVEGE annulé (pas assez d'inscrits)

VOYAGE en AUTRICHE (TYROL)

Prévu au programme en remplacement du voyage en Norvège.

Inscriptions le plus rapidement possible par tél. auprès de C. IRIGOYEN (05.47.64.01.45)

Réunion d'information le 29 octobre à 10 h à la MGEN.

VOYAGE JORDANIE : Réunion le mercredi 29 octobre à 10 h à la MGEN. Présence indispensable.

ADHESIONS 2FOPEN-JS : voir précisions en annexe

- 1) La fiche de « Précisions concernant la licence 2FOPEN-JS », jointe en annexe, est extraite d'un dossier spécial « 2FOPEN-JS / MGEN : Questions / Réponses / Suggestions » dont le contenu intégral est consultable au local du Club.

Les internautes recevront le document complet au format « Adobe PDF ».

- 2) Les pièces des dossiers d'adhésion : **formulaire** incluant le **certificat médical** (à défaut un *certificat médical séparé*) + **chèque de 20 €** doivent être adressées (ou déposées) ensemble directement au Club des Retraités (et non remis aux organisateurs et animateurs).

Cas particulier des couples ayant des noms patronymiques différents : pour tout chèque établi sur une formule qui ne porte pas le nom de l'Adhérent principal, veuillez indiquer de manière visible qui est l'Adhérent principal (post-it ou autre repère effaçable)

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble	voir page(s) randonnées 24/11 + 15/12
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 18 novembre + 9 décembre <i>sauf jour conversation anglaise....</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte..... mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 20/11 + 18/12 + 15/01
Vendredi	09 h 00 10 h 00 10 h 30 14 h 00 14 h 30 14 h 30 15 h 30	Informatique « Photos Numérisées » Anglais groupe n° 3 Anglais débutants Yoga 1 ^{ère} séance..... Allemand salle du fond Informatique « Initiation et Bureautique » Yoga 2 ^{ème} séance.....
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne).....	hors congés E.N. zone C

Mercredi 05 nov.	09 h 30	Comité d'animation
mercredi 19 nov.	10 h 30	Mise sous enveloppes

novembre 2008

chansons à la carte

Jeudi 20 novembre 15h Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net (06.33.32.22.04)

Les « petits formats » (N°2)... Chansons à thème : **Paris**... Interprétation de chansons à la carte...
Au fil de l'actualité... Chansons de **A à Z**... Chanson **surprise**...

novembre 2008

autour d'un livre

Lundi 24 novembre :.....« **La maison du retour** » de Jean Paul Kauffman

Pour le 15 décembre : "L'INCROYABLE HISTOIRE de MADEMOISELLE PARADIS"
de Michèle HALDERSTADT (Ed Albin Michel)

Une jeune pianiste virtuose découvre la passion au siècle de Mozart . Un roman lumineux

novembre 2008

sorties du jeudi

Jeudi 06/11 14h30 Promenade

Sud d'Anglet

Proposée par Claude et Paulette Molière (05.59.03.22.72)

Promenade dans la partie Sud d'Anglet, sur petite routes et sentiers (lisière aéroport, Cantau, stade Girouette)
Durée 2 heures ; pas de dénivelé.

Rendez vous : parking de JUSAN, à gauche du stade en allant sur Biarritz (avenue de Maignon / rue de Girouette / rue de Jusan)

Jeudi 13/11 14h30 Promenade

Capbreton

Proposée par Jacqueline Delpy (05.5931.70.00)

Promenade dans forêt de Pins, près de Capbreton, terrain plat sur sentiers dans forêt.
Durée 2 heures ; peu de dénivelé

Rendez-vous au Camping de la Pointe, bordure du Boudigau juste après le camping de la pointe (D 652) entre Labenne et Capbreton, tourner à gauche 1 km environ avant Capbreton panneau indiquant « **Camping de la pointe** »

Jeudi 20/11 10h randonnée allégée

Sare

Proposée par M.T. Bontemps 05.59.23.71.20--- 06.8087.42.94 ;et J.de Haro 05.59.31.16.21

Le Sentier des Pottoks Sare Zugaramurdi,
Durée 3 heures ; dénivelé 200M

Rendez à 10h au parking des grottes de Sare, possibilité de manger au resto, et visite si ouvert du musée des sorcières.

Jeudi 27/11 14 h Promenade

LOUHOSSOA – Circuit de Galbario

Proposée par F. Lanusse (05.59.31.91.48) et C. Irigoyen (05.47.64.01.45 ou 06.83.17.62.97)

Durée : 1h30 environ . Dénivelé : 150 m . Circuit offrant une belle vue sur la Nive .
Chaussures de randonnée recommandées .

Rendez-vous : 14 h . Fronton de Louhossoa .

Lundi 03/11	09h15	Randonnée	Les PEÑAS de ICHUSI
Proposée par : J.P. Celhay (05.59.37.70.44)			
Durée : 5h ; Dénivelée : 450m ; Niveau : Moyen			
Départ de BERNATENEA en direction de HARPEKO SAINDUA. Visite de la grotte, avant la grimpe en direction du Col d'ESPARZA. Vagabondage sur les Peñas de ICHUSI			
Retour par les coteaux de l'ARITZACUN.			
Rendez-vous à 9h15: Pont Noblia à BIDARRAY pour regroupement			

Lundi 10/11	10h	Randonnée	ZARAUZ-GETARIA
Proposée par F.BOURREAU (05.59.41.96.39) ; JL. DARBUS (05.59.54.09.58) ; H. LABORDE (05.59.22.31.07) ; H. ESPOEYS (05.59.52.04.45)			
Durée : 5h30 ; Dénivelée : 400m ; Niveau : Moyen			
Boucle sans difficultés, à faire avec des chaussures basses crantées.			
Parcours : ZARAUZ / montée par un chemin empierré dominant la côte / GETARIA / montée au RATON / retour par le chemin côtier aménagé.			
Rendez-vous : Parking Banque INCHAUSPE à BEHOBIE à 9h			

Lundi 17/11	9h15	Randonnée	Les crêtes d' HALTZAMENDI (818m)
Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69 ou 06.31.30.26.48) ; N. DURAND (05.59.64.69.39) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84)			
Durée 6h ; Dénivelée : 700m ; Niveau Moyen +			
Itinéraire classique de montée : 3 heures			
Retour par AURKHILARRE / SALAKO-BORDA / HARBERGA / SOURLEPOKOBORDA.			
Rendez-vous à 9h15 à OSSES à l'entrée du village (quartier GAHARDOU) en bordure de la route de St JEAN PIED de PORT (à 5 km du parking de BIDARRAY)			

Lundi 24/11	9h30	Randonnée	Dolmen d'IÑARBEGI Cascade de XORROXIN
Proposée par Yvon RUSTIQUE (05.59.23.17.59 + 05.59.37.12.66)			
Durée : 4h30 ; Dénivelée : ; Niveau : Facile			
Départ GOROSTAPALO près d'ERRATZU			
Dolmen d'IÑARBEGI et cascade de XORROXIN par l'IÑABEGIKO ERREKA rive gauche puis droite			
<u>Observations</u> : Possibilité de passer par le col d'OTSONDO en venant de Bayonne ou par le col d'IZPEGI en venant de St Jean Pied de Port.			
Rendez-vous à 9h30 carrefour de la route DANCHARIA-PAMPELUNE et de la route ERRATZU (IZPEGI)			

Précisions concernant la licence-assurance 2FOPEN-JS

Pourquoi la MGEN collabore avec la 2FOPEN-JS ?

Depuis longtemps, les Clubs de retraités MGEN fonctionnent de façon informelle, sans statuts officiels, sans indépendance et sans protection autre que celle de la MGEN.

Les Clubs de Retraités MGEN n'ont pas d'habilitation officielle car la MGEN n'a pas le droit d'exercer une autre activité que celle qui est son objet (code de la Mutualité).

Ce ne sont pas des Associations de type « Loi 1901 » ; ils ne sont pas déclarés en Préfecture, n'ont ni Bureau ni Comité Directeur légaux. Ils n'ont pas de « personnalité juridique » et n'ont pas de protection officielle légale en cas de « coup dur » (accident randonnée, accident de bus, fauchage de cycliste, etc.).

La MGEN a évalué ce vide juridique, comblé par le partenariat, car la 2FOPEN-JS :

- **Est une Fédération agréée** par le Ministère de la Jeunesse et des Sports, connue et reconnue par le Ministère de l'Education Nationale. Elle est **autorisée à organiser des activités** à caractère sportif et culturel, des voyages, à l'intention de ses adhérents. **Les organisateurs de ces activités bénéficieront également d'une couverture responsabilité civile.** Possibilité de créer de nouvelles activités autres que celles proposées au sein du Club des Retraités avec autonomie de la gestion financière hors locaux.
- **A le label « Education Populaire »** donc culturelle ; **est reconnue « Association d'Intérêt Général »**
- **Est assurée en « RAQVAM Collectivités » (MAIF) dans le cadre de pratiques sportives** ou d'activités exercées en déhors des locaux du Club de Retraités MGEN , ce qui permet d'offrir une protection de qualité à l'ensemble des participants aux activités de la Fédération.
A l'exception de quelques cas très limités (sports aériens et mécaniques), **l'ensemble des activités organisées sous l'égide de la Fédération sont couvertes** dès lors que le pratiquant dispose d'une licence-assurance en cours de validité.

En cas de recours juridique, les Clubs de Retraités MGEN n'ont aucune structure légale pour les protéger. Grâce au partenariat 2FOPEN-JS/MGEN, toute activité spécifique hors locaux MGEN bénéficiera d'une couverture.

QUESTION : Une licence-assurance 2FOPEN-JS/MGEN est elle obligatoire ?

RÉPONSE : OUI pour bénéficier de la couverture de la licence-assurance, dès qu'un membre du Club des Retraités MGEN (et conjoint, considéré comme « agréé familial ») pratique une activité sportive et/ou physique, une sortie culturelle, un séjour, etc.

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique de ces activités est **exigé**.
Il est souhaitable que chaque personne pratiquant une activité à « risques » ait une licence-assurance, de même pour les personnes exerçant des activités en dehors des locaux du Club de Retraités MGEN (ex : visites, voyages, sorties...)

Les organisateurs et animateurs d'activités répondant aux définitions ci-dessus doivent obligatoirement prendre la licence 2FOPEN-JS

QUESTION : Un membre du Club de Retraités MGEN ayant refusé de prendre sa licence-assurance 2FOPEN-JS/MGEN peut il participer à une activité soumise à obligation de licence ?

RÉPONSE : OUI mais sous sa propre responsabilité et couverture personnelle ; il devra fournir un certificat médical de non contre-indication. Il ne sera pas couvert ni par la 2FOPEN-JS, ni par la MGEN en cas d'accident ou de responsabilité dans un préjudice porté à autrui.

Il ne peut être en aucun cas organisateur ou animateur d'activités de ce type

QUESTION : Faut-il être aussi assuré à la MAIF à titre individuel ?

REPONSE : NON. Il n'y a pas de « vente forcée », chacun choisit librement son assureur.

Cas particulier des assurés Individuels à la MAIF : les garanties du contrat 2FOPEN-JS ont vocation à se cumuler avec celles du contrat RAQVAM Personnes Physiques ou PRAXIS, permettant le doublement des plafonds (soins, pertes de revenus, capitaux décès et incapacité...)

Le Club des Retraités



85, Ave Kennedy BP 39 / 64200 BIARRITZ
clubmgen64@laposte.net

Décembre 2008

INFORMATIONS et REUNIONS

PARTICIPATION 2009 au Club

Vous trouverez ci-joint le Bulletin de Participation et d'accès à la Communication pour l'année 2009.

Veuillez suivre les instructions et le renvoyer :

- ⇒ **dès réception, complètement et lisiblement rempli**
- ⇒ **accompagné de votre chèque** (encaissement en janvier 2009)
- ⇒ **en signalant les changements d'adresse et de téléphone par surlignage ou couleur vive.**

THALASSOTHERAPIE :

Un nouvel accord ayant été passé avec les « Thermes Marins » de Biarritz,

- **une réunion d'information aura lieu le mercredi 3 décembre à 14h30**, à la MGEN.

Vous pouvez contacter Maddy GUIMONT (05.59.23.35.20) ou Irène LAPEYRE (05.59.55.04.75)

SEJOUR DE SKI à BAQUEIRA (du 8 au 13 mars) :

Réunion préparatoire le jeudi 11 décembre à 10h.

Inscription définitive après versement d'un chèque d'arrhes de 80€ par personne à l'ordre de

« BAQUEIRA BERET ». Si vous ne pouvez pas assister à la réunion, envoyez rapidement ce chèque à :

Robert TALOU / Route des Cimes / 64990 MOUGUERRE.

SEJOUR de SKI à URDOS (alpin à ASTUN et fond au SOMPORT):

Il aura lieu en Janvier, d'un mardi 10h au samedi suivant.

La semaine exacte sera fixée en fonction de la météo.

- Hébergement en ½ pension à l'Hôtel des Voyageurs à Urdos
- 39 € par jour et par personne en chambre double, et 47 € en single.

Si vous voulez, éventuellement, y participer, contactez Robert TALOU au 05.59.31.61.12 ;

il vous précisera la date exacte en temps voulu.

REUNIONS de Claude BELVEZE 03 et 18 décembre

Couloir Rhodanien : mercredi **03 décembre à 10 H** au Lycée Paul Bert à Bayonne.

Bourgogne méridionale : jeudi **18 décembre à 10 H** même endroit

Les 2 réunions seront suivies d'un repas au resto.

S'inscrire dès réception du bulletin auprès de Claude IRIGOYEN (05.47.64.01.45 ou 06.83.17.62.97)

PROJET de REMBOURSEMENT de L'ADHESION à 2F OPEN

Le Comité d'animation propose d'affecter une part de la trésorerie du Club (recettes-dépenses) au remboursement de l'adhésion obligatoire à 2F OPEN des Organisateurs et Animateurs d'activités physiques, selon des critères objectifs à définir.

Modalités à l'étude, décision en début d'année 2009.

INFORMATIONS suite

PARIS – PEKIN 2008 à VELO

Ce rêve, mythique pour bien d'autres, **Nicole et Jean-Pierre ROMPTEAUX** l'ont réalisé !

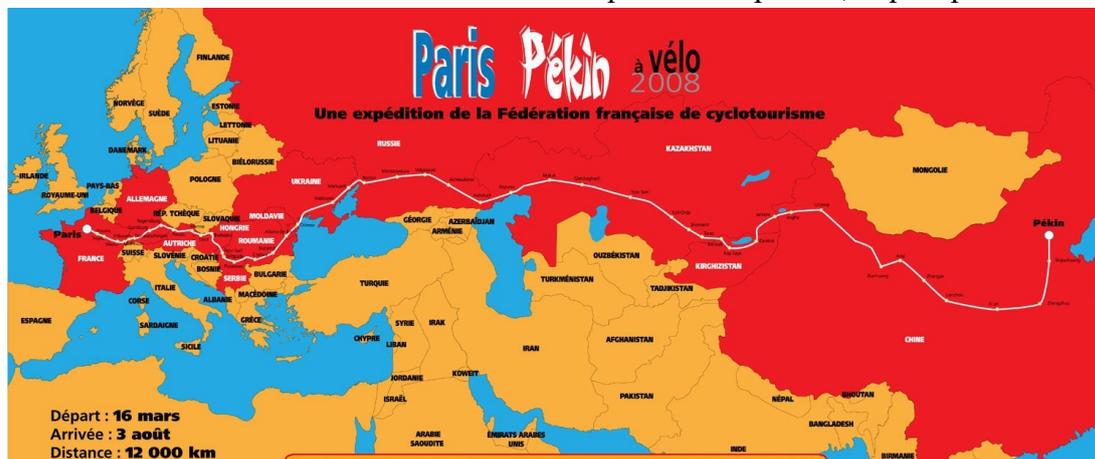


Ils partirent 102, et presque sans renfort, arrivèrent fourbus mais heureux, à bon port.

4 mois ½ = 20 semaines = 140 jours, dont 20 jours de repos,
120 jours de vélo = 120 étapes = entre 60 et 192 km par étape.
Distance totale : 12.600 km avec 60.000 m de dénivelée

Nos deux aventuriers vous proposent de raconter en images leur Expédition, par la **projection d'un diaporama** de leur composition : **Le Jeudi 11 décembre à 14h30 à la MGEN**

Durée estimée : de 1h30 à 2 h selon interactivité des questions/réponses, et plus pour les fascinés.



nb : à notre grand regret, la vision en couleurs avec agrandissement 'pleine page' des images ci-dessus n'est accessible qu'aux 166 destinataires (soit 256 lecteurs) qui reçoivent sans frais les Bulletins par Internet ...

décembre 2008

chansons à la carte

Jeudi 18 décembre 15h

Animation proposée par jean-marie.suhubiette@laposte.net

(06 33 32 22 04)

Chansons à thème : Romances et complaintes de la France d'autrefois ...

Infos et sorties CD ...

Interprétation de **chansons à la carte** ...

Ré-Création surprise de fin d'année.

décembre 2008

autour d'un livre

Lundi 15 décembre

« L'incroyable histoire de Mademoiselle PARADIS » de Michèle Halberstadt

Pour le 26 janvier :

« Chaleur du sang » de Irène NÉMIROVSKY (Ed Folio 4721)

1937 : un drame familial évoque, avec beaucoup d'acuité et de poésie la tempête des pulsions dans le vase clos d'une société trop lisse ...

décembre 2008

sorties du jeudi

Jeudi 04/12	14h00	Promenade	Domaine d'ABBADIA (Hendaye)
Proposée par Henri Lopez (06.72.66.07.59) et Jacques Loumiet (05.59.24.96.01)			
Durée 2 heures ; possibilité de deux circuits en fonction des participants			
<i>Le domaine d'Abbadia se situe à l'entrée d'Hendaye, direction Saint-Jean-de-Luz sur la D 912 reliant les deux villes par le bord de la côte. A 300 m du château, du côté d'Hendaye, près des feux tricolores, un panneau signale le domaine. Quittez la D 912 et gardez-vous 200 m plus loin dans la rue près de l'entrée d'Abbadia, fermée aux véhicules par une barrière de bois.</i>			
Rendez vous : à 14h00 au parking de l'entrée du site			

Jeudi 11/12	14h30	Projection Diaporama	Paris – Pékin 2008 à vélo
Proposée par Nicole et Jean-Pierre ROMPTEAUX			
<i>voir détails en pages Informations</i>			

Jeudi 18/12	14h00	Promenade	Le lac MOURISCOT
Proposée par M.T. Bontemps 05.59.23.71.20 + 06.80.87.42.94. Jo de Haro 05.59.31.16.21			
Durée 2h.30, petites chaussures ; promenade facile autour du lac			
Rendez-vous à 14 heures au Parking du lac Mouriscot (face au club hippique)			
<i>Prendre Biarritz > St Jean de Luz D911, dans la descente d'Ilbarritz prendre le 2° feu à gauche > panneau Club Hippique, allée Gabrielle Dorziat , grand parking aménagé sur la droite.</i>			

décembre 2008

randonnées du lundi

Lundi 01/12	9h15	Randonnée	AUTOUR DE LOUHOSSOA
Proposée par S. POCHELU (05.59.93.30.91) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84) ; G. CARTILLON (05.59.64.68.69 ou 06.31.30.26.48)			
Durée : 4h30 ; Dénivelée : 350m ; Niveau : Facile			
LOUHOSSOA / HARROKAGARAY / URSOTEYKO LEPOA /puis retour à LOUHOSSOA par des petits chemins.			
Rendez-vous à LOUHOSSOA (salle des fêtes) à 9h15.			

Lundi 08/12	9h15	Randonnée	BIRIATOU-IBARDIN-BIRIATOU
Proposée par G. CARTILLON (05.59.64.68.69 ou 06.31.30.26.48). Cathy FERNANDEZ (05.59.29.23.62) F. et J.P. SUPERA (05.59.31.80.35) ; J. TEILLERY (05.59.64.08.84)			
Durée 5h30 ; Dénivelée : 369m ; Niveau : Moyen			
BIRIATOU / Col d'OSIN / Col des JONCS / le lac / le filtre / LARRETCHEKOBORDA / BIRIATOU			
Rendez-vous à 9h15, place de BIRIATOU			

Lundi 15/12	9h	Randonnée	MONDARRAIN (749m)
Proposée par F .BOURREAU (05.59.41.96.39) ; J. L. DARBUS (05.59.54.09.58) ; H. ESPOEYS (05.59.52.04.45); H. LABORDE (05.59.22.31.07)			
Durée 5h ; Dénivelée : 600m ; Niveau : Moyen			
Départ col de LAGARRE / EZCONDRAÏ / AMESKETA / MONDARRAIN / OURREZTI et retour en boucle.			
Rendez-vous : Place ITXASSOU restaurant BONNET à 9h			

jour habituel de la semaine	à	il y a	dates particulières et informations diverses
Lundi	----- 14 h 30 14 h 30	Randonnée Autour d'un livre..... mensuel..... Scrabble.....	voir page(s) randonnées 15/12
Mardi	10 h 00 10 h 15 14 h 00 14 h 00 14 h 30 15 h 45 16 h 15 16 h 15	Espagnol A Anglais groupe n° 1 Tertulia Qi-Gong..... villa Sion..... Tarot – Belote Gymnastique douce villa Sion..... Conversation anglaise mensuel..... Espagnol en Chanson <i>chaque mardi</i> 9 décembre <i>sauf jour conversation anglaise....</i>
Mercredi	----- 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 2 ^{ème} et 4 ^{ème} mercredi
Jeudi	----- ----- 10 h 00 14 h 30 15 h 00	Randonnée allégée..... Promenade, Visite Espagnol B Aquarelle villa Sion..... Chansons à la carte mensuel.....	voir page(s) sorties du jeudi voir page(s) sorties du jeudi 20/11 + 18/12 + 15/01
Vendredi	09 h 00 10 h 00 10 h 30 14 h 00 14 h 30 14 h 30 15 h 30	Informatique « Photos Numérisées » Anglais groupe n° 3..... Anglais débutants Yoga 1 ^{ère} séance..... Allemand salle du fond Informatique « Initiation et Bureautique » Yoga 2 ^{ème} séance.....
Samedi	09 h 00	Piscine municipale LAUGA (Bayonne)....	hors congés E.N. zone C

Mercredi 03 déc.	09 h 30	Comité d'animation
Mercredi 17 déc.	10 h 30	Mise sous enveloppes

Ici figure le Bulletin de Participation et d'accès à la communication à remplir **INTÉGRALEMENT**