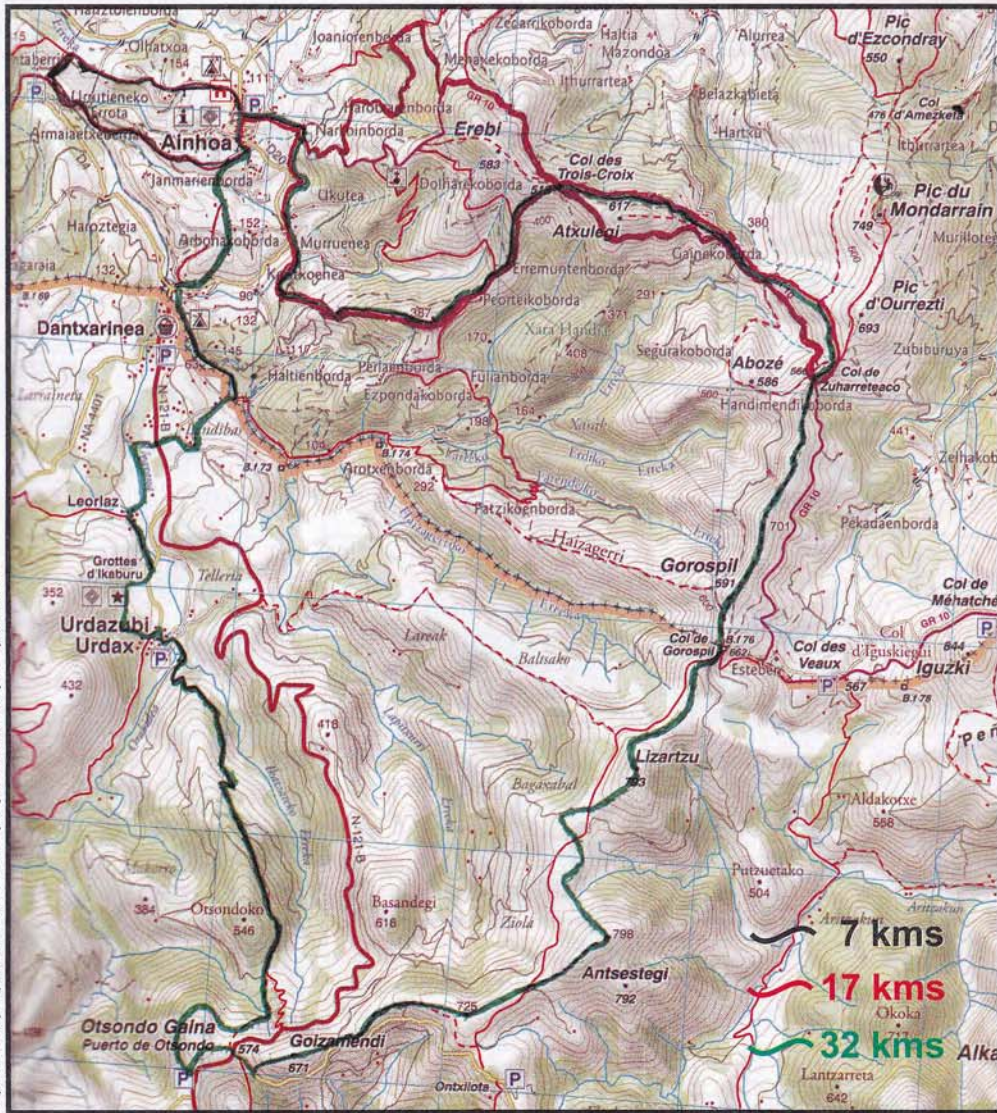


CIRCUITS - IBILBIDEAK - CIRCUITOS

Les circuits sont balisés par des fléchages blancs et de la rubalise.

ibilaldi guziak gezi hari eta plastikozko zintekin seinalatua daude.

Las recorridos están señalizados con flechas blancas y cintas.



XARETA OINEZ

Association ATSULAI - Karrika

64250 AINHOA

Renseignements: Tél. Office de Tourisme : 05 59 29 93 99

E-mail : tourisme-ainhoa@orange.fr



AINHOA

EUSKAL HERRIA - PAYS BASQUE - PAIS VASCO



RANDONNÉES PÉDESTRES

**UZTAILA
19
JUILLET
DE JULIO
2015**

Départ / abiatzek :
- de 7 h. à 7h.30 (32 km)
- 8h. (17 km)
- 10h. (7 km)



7 KMS - 17 KMS - 32 KMS

XARETA OINEZ

organisé par :



XARETA OINEZ

Une journée pour les randonneurs de tous niveaux.

Depuis 1984 l'association ATSULAI d'Ainhoa organise son rassemblement annuel de la randonnée pédestre. Les marcheurs de tous niveaux, participent à des épreuves d'endurance sur des itinéraires balisés, sans classement où chacun marche à son rythme.

Rendez-vous à Ainhoa :

départ depuis le fronton d'Ainhoa à l'heure prévue pour chacune des 3 boucles (de 7h. à 7h.30, 8h. et 10h.). Arrivée au même endroit pour se retrouver ensemble et se restaurer dans une ambiance conviviale.

Hein guzietako mendizaleen egun

1984ean hasi zen Ainhoako ATSULAI batasuna, mendizaleen urteko biltzarra kudeatzen. Ibilaldi iraunkorretan, eta bide seinalatueta zehar dabilta, bakoitza bere heinean, zoin gehiagorik gabe.

Hitzarmena Ainhoako plazan : lau bihurriek, Ainhako plazatik daukate beren abiatzeko tenorea (goizeko 7etan/7:30etan, 8etan eta 10etan). Leku berean bilduko gira aratsaldean, elgarrekin gozatzeko eta ostatutzeko gure Euskal Herriko giro

Una jornada para senderistas de todos los niveles.

Desde el año 1984, la

asociación ATSULAI ubicada en Ainhoa organiza su encuentro anual de senderismo. Los aficionados de todos los niveles pueden participar en pruebas de resistencia en senderos balizados, sin clasificación final, donde cada uno puede andar a su propio ritmo.

Las pruebas : salida desde la plaza de Ainhoa a la hora prevista para cada uno de los tres recorridos. (7h./7h30, 8h y 10h) llegada en el mismo lugar para reunirse y comer en un buen ambiente.

Les épreuves : elles se déroulent à partir de 7 h. sur des sentiers de moyenne montagne du territoire de XARETA (Ainhoa, Urdax, Urdazubi, Zugarramurdi).

- **boucle de 7 kms :** départ à 10 h.

- **boucle de 17 kms :** départ à 8 h. (Dénivelé 1000 m)

- **boucle de 32 kms :** départ de 7h. à 7h30 (Dénivelé 1600 m)

Mises en garde : bien que n'étant pas des courses, ces randonnées nécessitent une bonne condition physique. Votre demande d'inscription vaut déclaration de bonne santé et affirmation de non contre-indication médicale. Les concurrents mineurs de moins de 12 ans sont placés sous la responsabilité de leurs parents.

Assistance médicale : l'évacuation, le ravitaillement sont assurés. Prévoir néanmoins de l'eau.

Inscriptions/Renseignements : Office du Tourisme 05 59 29 93 99, sur place le matin de l'épreuve (8€).

Saioak: goizeko 7 etan diraute, Ainhoa eta XARETA eremuko mendi ertain bidesketatik gaindi.

- **7 km-tako bihurria:** abiatzea 10 etan

- **17 km-tako bihurria :** abiatzea 8etan (1000 metroko mailarekin)

- **32 km-tako bihurria :** abiatzea 7etan / 7'30tan (1600 metroko mailarekin)

Kasu: partaideek osagarri onean behar dute, nahiz ibilaldi lasaia izan. 12 urtepeko partaideak, beren gurasoen eskupean utziak dira.

Mediku geriza : hornitze, laguntza bai eta gibelerat jauste, ibilaldian zehar antolatuak dira. Ura zerbaiten ekartzea aholkatua da.

Parte hartzeak/ Informazioa : Turismo Bulegoain 00 33 5 59 29 93 99, bertan goizean Ainhoako abiatzean (8€).

Las pruebas : tienen lugar desde las 7h. de la mañana en senderos de monte del entorno de Xareta (municipio de Ainhoa y pueblos colindantes).

- **recorrido de 7 kms :** salida a las 10h. de la mañana

- **recorrido de 17 kms :** salida a las 8h. de la mañana (desnivel 1000)

- **recorrido de 32 kms :** salida de las 7h a las 7h30 de la mañana (desnivel 1600)

Advertencia : aunque no sean carreras de montaña, para estas salidas los participantes necesitan una buena condición física. Los menores de 12 años estarán bajo la responsabilidad de sus padres.

Asistencia médica : la evacuación y el abastecimiento están a cargo de la organización. Prever sin embargo agua.

Inscripción/Información : Oficina de Turismo 00 33 5 59 29 93 99, la mañana de la prueba en la plaza (8€).

Des sentiers balisés à travers le territoire de Xareta, pour le plus grand plaisir des petits et des grands.

Ibilaldi seinalatuak, Xaretako mendietatik gaindi, adin guzietakoen atsegingarri.

Itinerarios balizados a través del territorio de Xareta, para el placer de todos.

