## LES COPAINS DU LAVEDAN

## <u>lescopainsdulavedan.fr</u>

Jo ur	Heure de départ	Programme du mois MARS 2023	<b>Diffic</b> niveau distance	u <b>ltés</b> dénivelé temps	<b>Balade</b> Suggérée par	Trajet : km horaire
M. 02	<b>7h Argelès</b> 7h15 Lourdes stade	<b>Col d'Aran</b> Depuis la carrière 1000 m	Moyen 6,5 km	720 m 5h20	Bernard	65 km 1h15
D. 05	7 h Argelès 8 h Argelès	La boucle du Rey depuis le P du cap de la serre  Le courtaou des Esclozes depuis Payolle	11,5 km 8,3 km	650 m 360 m	Jean- Marc Charles	17 km 60 km
J. 09	6h30 Argelès	<b>Vers le Cabaliros</b> 1990 m Depuis Estaing 915 m	11 km	1100 m 7h	Jean- Marc	14 km 0h15
J. 16	<b>7h Argelès</b> 7h30 Trébons	<b>La Peyre</b> 1821 m Départ de la source de Labassère 760 m	13 km	1140 m 7h30	Bernard	40 km 0h45
L. 20	<b>7h30 Argelès</b> 8h05 Trébons	Liset de Hount Blanque 1941 m Depuis Le Peyras 1164 m	11 km	850 m 7h	Jean- Marc	47 km 1 h
M. 22	7h Argelès	<b>Pic Mondragon</b> 1716 m Départ de Ferrières 812 m	10 km	1000 m	Bernard	50 km 1h10
D. 26	<b>6h30 Argelès</b> 6h50 Lourdes stade	Cabane de Saoubiste 1790 m - Plusieurs prolongations possibles. Départ de Pont de Camps 1250 m	Entre 5 et 9 km	550 m à 900 m	Jean- Marc	90 km 1h50
M. 29	8 h Argelès	Le Monesté depuis le TECH	8 km	1000 m	Bernard	
Ma 28 Je 30	13 h Argelès	Sierra de Guara intéressés, me contacter Tozal de Cubilas 1938 m Pico de Mondinero 1467 m	15,5 km 7 km	1200 m 630 m	Charles	A/R ≃ 500 km