







# Programme Lilika - 1er semestre 2022


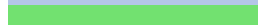





Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin		
1	S		1	M		1	V		1	D		
2	D		2	M		2	S	Urrugne : Aire Ieku & Intzola	2	L		
3	L		3	J		3	D		3	M		
4	M		4	V	Raquette Val d'Azun, la magie de l'hiver en refuge	4	L		4	M		
5	M		5	S		5	M	Trail Mondarran	5	J	Séjour Santé , Nutrition & ateliers	
6	J		6	D		6	M		6	V		6
7	V	Raquette Raclette Irati	7	L	7	J		7	S	7		M
8	S		8	M	Trail Adarre	8	V		8	D	8	M
9	D		9	M		9	S	De Zarautz à Deba & Thalasso	9	L		
10	L		10	J		10	D		10	M		
11	M		11	V		11	L		11	M		
12	M		12	S	Raquette Luz St sauveur (Gavarnie, Marcadau, Barèges)	12	M	De Pasaia à Donosti	12	J		
13	J	Raquette Vallée d'Ossau	13	D		13	M		13	V		
14	V		14	L		14	J	Mendaur	14	S	Holzarte	14
15	S		15	M		15	V		15	D		
16	D		16	M		16	S		16	L		
17	L		17	J		17	D		17	M		
18	M		18	V	Raquette Vallée d'Ossau	18	L		18	M		
19	M		19	S		19	M		19	J		
20	J		20	D		20	D		20	V		
21	V	Raquette Irati & cuisine d'Anna, nutritionniste	21	L		21	J		21	S		
22	S		22	M	Yoga du Sportif & SPA	22	V		22	D		
23	D		23	M		23	S		23	L		
24	L		24	J		24	D	Voyage à Mallorca itinérance à la Sierra Tramuntana	24	M		
25	M		25	V		25	L			25	M	
26	M		26	S	Raquette raclette Irati	26	M			26	J	
27	J		27	D		27	M			27	V	
28	V		28	L		28	J			28	S	
29	S		29	M		29	V		29	D		
30	D		30	M		30	S		30	L		
31	L		31	J		31	M		31	M		

Du 7 janvier au 20 mars, des sorties raquette auront lieu à la journée en dernière minute selon météo et enneigement. Se renseigner !

-  Raquette
-  Randonnée niveau 1
-  Randonnée niveau 2
-  Randonnée niveau 3
-  Trail
-  VTC
-  Séjour famille

# Programme Lilika - 2ième semestre 2022

Juillet			Août			Septembre			Octobre			Novembre			Décembre		
1	V		1	L		1	J		1	S	...Logibar à Lescun (3 jours)	1	M		1	J	
2	S		2	M		2	V		2	D		2	M		2	V	
3	D		3	M		3	S		3	L		3	J		3	S	
4	L		4	J		4	D		4	M	Toutoulia (Urdos)	4	V	Marais d'Orx avec guide naturaliste	4	D	
5	M	Axuria & venta Loretxoa	5	V		5	L		5	M		5	S		5	L	
6	M		6	S		6	M	Pic d'Orhi	6	J	Aldudes	6	D		6	M	
7	J	Adi	7	D	Etchebar	7	M		7	V		7	L	Couleurs d'automne forêt d'Irati partie navarraise	7	M	
8	V	Pic d'Anie	8	L	Beltxu	8	J		8	S		8	M		8	J	
9	S		9	M		9	V		9	D		9	M		9	V	
10	D		10	M		10	S	Tour des Posets sommet de la Forqueta (3011m)	10	L		10	J		10	S	
11	L	Famille à Gorbeia en refuge	11	J		11	D		11	M		11	V		11	D	
12	M		12	V		12	L		12	M		12	S		12	L	
13	M		13	S		13	M		13	J		13	D		13	M	
14	J	Arradoy	14	D		14	M		14	V		14	L		14	M	
15	V		15	L		15	J		15	S	Aralar, Aizkorri & Pagoeta en étoile à Zegama	15	M	VOYAGE Ténérife & Ascension du teide (3718m) séjour en étoile	15	J	
16	S	Les lacs du Néouvielle facile	16	M	Famille au Val d'Azun en centre de vacances	16	V		16	D		16	M		16	V	
17	D		17	M		17	S		17	L		17	J		17	S	
18	L		18	J		18	D		18	M		18	V		18	D	
19	M		19	V		19	L		19	M		19	S		19	L	
20	M		20	S	Ahusqu Sources Bidouze	20	M	Grand Tour de l'Ossau & lever de soleil au Pic d'Ayous itinérant	20	J	Trail Jaizkibel	20	D		20	M	
21	J		21	D		21	M		21	V		21	L		21	M	
22	V		22	L		22	J		22	S		22	M		22	J	
23	S		23	M	Ibanteli	23	V		23	D	Couleurs d'Automne en Aragon, secteur Ainsa Añisclo en étoile	23	M		23	V	
24	D		24	M		24	S	Jaizkibel, valle de los colores	24	L		24	J		24	S	
25	L		25	J		25	D		25	M		25	V		25	D	
26	M	Séjour autonomie : orientation débutant - secteur Parc National des Pyrénées (Gavarnie, Troumouse, Campbieil)	26	V	Tour du Balaitous itinérant	26	L	Jara	26	M		26	S		26	L	
27	M		27	S		27	M	Trail Ursuya	27	J		27	D		27	M	
28	J		28	D		28	M		28	V		28	L		28	M	
29	V		29	L		29	J		29	S		29	M		29	J	
30	S		30	M		30	V	GR10 de ...	30	D		30	M		30	V	
31	D		31	M					31	L					31	S	

	Raquette
	Randonnée niveau 1
	Randonnée niveau 2
	Randonnée niveau 3
	Trail
	VTC
	Séjour famille