

Programme Lilika - Premier semestre 2024

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin	
1 L		1 J		1 V	Raquette Vallée d'Aspe	1 L		1 M		1 S	
2 M		2 V		2 S	MENDIANDERE	2 M		2 J		2 D	
3 M		3 S		3 D		3 M		3 V		3 L	MENDIANDERE
4 J		4 D		4 L	Raquette La Pierre St Martin	4 J		4 S	Harpea et sources de la Niv	4 M	
5 V		5 L		5 M		5 V		5 D	Irau en boucle	5 M	
6 S		6 M		6 M		6 S		6 L		6 J	Sierra de Guara : Nocito et Rodellar
7 D		7 M		7 J		7 D		7 M	MENDIANDERE	7 V	
8 L	Raquette Clot & Marcadau	8 J	Raquette Clot & Marcadau	8 V		8 L		8 M	Tour du Val d'Azun	v S	
9 M		9 V		9 S		9 M		9 J		9 D	
10 M		10 S		10 D		10 M	Iholdi et Azkombegi	10 V		10 L	
11 J		11 D		11 L		11 J	Iparla : couloir raide	11 S		11 M	
12 V		12 L		12 M		12 V	Munhoa en boucle	12 D		12 M	
13 S				13 M		13 S		13 L		13 J	
14 D				14 J		14 D	Autour de Jaca	14 M	Autza depuis Baigorri	14 V	
15 L				15 V	Raquette Gavarnie	15 L			15 M		15 S
16 M				16 S			16 M		16 J		16 D
17 M				17 D		17 M	Les vignes de l'Arradoy	17 V		17 L	
18 J				18 L		18 J	MENDIANDERE	18 S		18 M	
19 V	Raquette Raclette Irati	19 L		19 M		19 V	Urbasa, Andia & Aralar	19 D		19 M	
20 S		20 M		20 M	MENDIANDERE	20 S			20 L		20 J
21 D		21 M		21 J		21 D		21 M		21 V	Cascade de Xorroxin
22 L		22 J		22 V	Artzamendi Pas de Roland	22 L		22 M		22 S	Itinérance à Arlet
23 M		23 V		23 S	Arantza	23 M		23 J		23 D	
24 M	Loudenvielle : Raquette, tartiflette et Balnéa	24 S	Raquette à Canfranc	24 D			24 M		24 V		24 L
25 J		25 D		25 L	Tour de l'Ursuya	25 J		25 S		25 M	
26 V		26 L		26 M		26 V		26 D	Pas de Roland et Ezcondray	26 M	
27 S		27 M		27 M		27 S		27 L		27 J	
28 D		28 M		28 J		28 D		28 M		28 V	
29 L		29 J	Raquette Vallée d'Aspe	29 V		29 L		29 M		29 S	
30 M				30 S		30 M		30 J	Nuit en hamac et lever de soleil à	30 D	
31 M				31 D				31 V			

Du 3 janvier au 14 mars, des sorties raquette auront lieu à la journée en dernière minute selon météo et enneigement.

- Raquette facile
- Raquette moyen
- Trail

- Rando Niveau 1
- Rando Niveau 2
- Rando Niveau 3
- M Journée de formation gratuites "Mendiandere"

Programme Lilika - Deuxième semestre 2024

Juillet		Août		Septembre		Octobre		Novembre		Décembre							
1	L		1	J		1	D	Orhi et Orhixipia	1	M		1	V		1	D	
2	M	Errozate sources de la Nive	2	V		2	L		2	M	Esnaur et cascade d'Ascaïn	2	S		2	L	
3	M		3	S		3	M		3	J		3	D		3	M	
4	J	Lac du Poirier et Mandale	4	D		4	M		4	V		4	L	Aezkoa & Salazar	4	M	
5	V		5	L	Stage autonomie bivouac Grand Tour du Pic du Midi de Bigorre	5	J	Castillo de Acher (2384m)	5	S	Coins sauvages de la vallée d'Ossau	5	M		5	J	
6	S	DOLOMITES en Italie itinérance	6	M		6	V		6	D		6	M		6	V	
7	D		7	M		7	S		7	L		7	J		7	S	
8	L		8	J		8	D		8	M		8	V		8	D	
9	M		9	V		9	L		9	M		9	S	Le désert des Bardenas	9	L	
10	M		10	S	Urkulu et Ursario	10	M		10	J		10	D		10	M	
11	J		11	D		11	M		11	V		11	L	Iparla : Col de Lacho	11	M	
12	V		12	L		12	J	GR10 4ième partie : de Gourette à Gavarnie	12	S		12	M	St Esteben : Eltzarruze	12	J	
13	S		13	M		13	V		13	D		13	M		13	V	
14	D		14	M		14	S		14	L		14	J	Atxuria & Zugarramurdi	14	S	
15	L		15	J		15	D		15	M		15	V	Collines d'Hasparren	15	D	
16	M		16	V		16	L		16	M		16	S		16	L	
17	M		17	S		17	M		17	J		17	D		17	M	
18	J	Lacs du Néouvielle	18	D		18	M		18	V		18	L		18	M	
19	V		19	L		19	J		19	S		19	M		19	J	
20	S		20	M		20	V		20	D	Ordesa aux couleurs d'automne	20	M		20	V	
21	D		21	M	Pic d'Anie depuis La Pierre	21	S	Menorca : Camí de Cavalls	21	L		21	J		21	S	
22	L		22	J	Iratí et Burkidoi	22	D		22	M		22	V		22	D	
23	M		23	V		23	L		23	M		23	S		23	L	
24	M		24	S	Boucle aux Aldudes	24	M		24	J		24	D		24	M	
25	J		25	D		25	M		25	V	Sommet de l'Ursuya	25	L		25	M	
26	V		26	L	Bachimaña, sommets du Tebarray (2886m) et Garmo Negro (3064m)	26	J		26	S	Soyarce et Arambeltz	26	M		26	J	
27	S		27	M		27	V		27	D	Passerelle d'Holzarte	27	M		27	V	
28	D		28	M		28	S		28	L		28	J		28	S	
29	L		29	J		29	D	29	M		29	V		29	D		
30	M		30	V		30	L	30	M		30	S		30	L		
31	M		31	S				31	J					31	M		

- Rando Niveau 1
- Rando Niveau 2
- Rando Niveau 3