

Section RANDONNÉES

2, impasse Sainte-Élisabeth

33000 BORDEAUX

Tél. 05 57 87 02 57

E-mail : [randonnee@assocchantecler.fr](mailto:randonnee@assocchantecler.fr)

[www.maisondequartierchantecler.fr](http://www.maisondequartierchantecler.fr)

Vous trouverez ci-dessous le programme des sorties pour les mois de **mai** et **juin 2024**.

**RENDEZ VOUS** : CHANTECLER : Entrée 113 rue Frère ([Code 3324](#) pour le portail voiture).  
À **10h45** (départ **11h00**) sauf autre information.

MAI 2024		Randonnée classique			Randonnée douce		
Date	Destination	Animateur Animatrice	Km	Niveau	Animateur Animatrice	Km	Niveau
Mardi 7	RIONS	Denis/Gilbert	12	41	Alain/Edmond	9	34
Mardi 14	UZESTE	Edmond/Dominique	15	34	Claire/Gilbert	10	31
Jeudi 16	<b>GRAND CROHOT</b> : randonnée nocturne proposée par Alain : Distance : 13 km (sable) – Départ à 16h00*.						
Mardi 21	PUJOLS <i>Sortie à la journée</i> Départ : 9h00	Claire/Dominique	21	61	Alain/Jacques	15	46
Mardi 28	HAUT LANGOIRAN	Gilbert/Claire	12	40	Denis/Jacques	8.5	35

\* Prévoir pique-nique, lampe frontale et vêtements chauds – Retour prévu aux environs de 23h00.

JUIN 2024		Randonnée classique			Randonnée douce		
Date	Destination	Animateur Animatrice	Km	Niveau	Animateur Animatrice	Km	Niveau
Mardi 4	CONTAUT <i>Sortie à la journée</i> – Départ : 9h00	Edmond/Gilbert	20	51	Alain/Jacques	10	29
Lundi 10 au vendredi 14 - Séjour Corbières Saint-Pierre-la-mer							
Mardi 11	AILLAS <i>Randonnée mixte</i>	Denis/Barthélémy	13	45	Denis/Barthélémy	13	45
Mardi 18	RAUZAN	Dominique/Gilbert	12	35	Jacques/Alain	11	34
Mardi 25	SOULAC <i>Sortie à la journée</i> Départ : 9h00	Jacques/Denis	21	49	Dominique/Gilbert	13	
Mardi 2 juillet	Randonnée mixte en l'honneur des 2 lauréats du Brevet Fédéral : Précisions fournies ultérieurement						

Dates des prochains séjours randonnée classique :

Séjour du 30 septembre au 4 octobre 2024	Riec sur Bélon (Finistère sud)
--	--------------------------------

Nous recommandons d'apporter une paire de chaussures de rechange, afin d'éviter de salir les véhicules au retour.

Pour tout renseignement, vous pouvez joindre les animateurs/animatrices :

	
Denis BRANCHE	06 83 04 05 18
Dominique BRANCHE	06 09 73 06 14
Jacques FROTTÉ	06 72 35 39 50
Claire MOREAU	06 70 56 45 70
Alain PARENTHOËN	06 85 10 29 56
Edmond SAUSSOL	06 24 40 80 19
Gilbert TRÉVISIOL	06 85 31 73 24

---

## LE PIN DES LANDES

On ne voit, en passant par les Landes désertes,  
Vrai Sahara Français, poudré de sable blanc,  
Surgir de l'herbe sèche et des flaques d'eaux vertes  
D'autre arbre que le pin avec sa plaie au flanc ;

Car pour lui dérober ses larmes de résine,  
L'homme, avare bourreau de la création,  
Qui ne vit qu'aux dépens de ceux qu'il assassine,  
Dans son tronc douloureux ouvre un large sillon !

Sans regretter son sang qui coule goutte à goutte,  
Le pin verse son baume et sa sève qui bout,  
Et se tient toujours droit sur le bord de la route,  
Comme un soldat blessé qui veut mourir debout.

Le poète est ainsi dans les Landes du monde ;  
Lorsqu'il est sans blessure, il garde son trésor.  
Il faut qu'il ait au cœur une entaille profonde  
Pour épancher ses vers, divines larmes d'or !

**Théophile GAUTIER** (Recueil España)

# INDICE de difficulté

## ÉTAT DE FORME

Très Basse	Basse	Moyenne	Haute	Très Haute	itinéraire
0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile