

Lundi 6 avril 2026

*Activité* : Randonnée

*Milieu* : Montagne

Objectif de la journée : Soums d'Ostès, La Pène (1616m), Laya, Pics de la Peyre et Arragnat

Progresser sur sentier et hors sentier (D+ 1000m, L = 10 km)

Cartographie- Orientation : sélection concertée de l'itinéraire pour la partie hors sentier

Encadrement :

Breveté bénévole FFCAM

Pré-requis :

A partir de 9/10 ans selon les aptitudes physiques (si doute, me contacter)

Matériel requis :

Chaussures de montagne montante et bâtons télescopiques opérationnels (les vérifier au préalable)

Sac à dos (ceinture et sangles de portage réglables) avec boisson chaude (éventuellement) et pique-nique + barres de céréales ou autres + gourde (prévoir suffisamment d'eau)

Vêtements de randonnée en montagne : pantalon ou short, veste de protection pluie et vent , polaire et tee-shirt(évitez le coton), casquette ou chapeau / béret

(Crème solaire efficace, lunettes de soleil)

Change (pantalon, tricot de corps, chaussures et chaussettes comprises).

Sac à chaussures

Boussole

Point de rendez-vous :

Départ de Pau à 7h00 – Cité des Pyrénées

Retour à Pau vers 17h00

Frais :

Transport : participation 8 € sur la base de 3 jeunes

Remarque :

Météo : Grand beau temps