



Parcours 3 Sommets :

- **Départ Eglise de Bidarray**
Entre 6h30 et 9h
- **Sommet Iparla :**
1044m – 5.5km
- **Ravitaillement Xumus :**
167m – 10.5km
Ravitaillement
- **Sommet Irubelakaskoa :**
Fermeture départ 11h15
970m – 13.5km
- **Ravitaillement Beherekoetxea :**
Ravitaillement
Pique-nique
Point secours
221m – 19.2km
- **Sommet Artzamendi :**
Point secours
Ravitaillement liquide (col de mehatse)
Fermeture départ 16h
926m – 23km
- **Arrivée Atharri**
Point secours
Ravitaillement liquide
Total : 30.5km – 2600m+

Parcours 2 Sommets :

Idem avec passage direct de 3 à 5



Numéros de PC rando qui se trouve à l'arrivée :

- ABANDON 06 10 68 28 24 (Joel)
- SECURITE 0649373212 (Ximun) *Point secours : Médecin + Infirmier(e)*

Rappel numéro d'urgence : 112 (numéro européen)