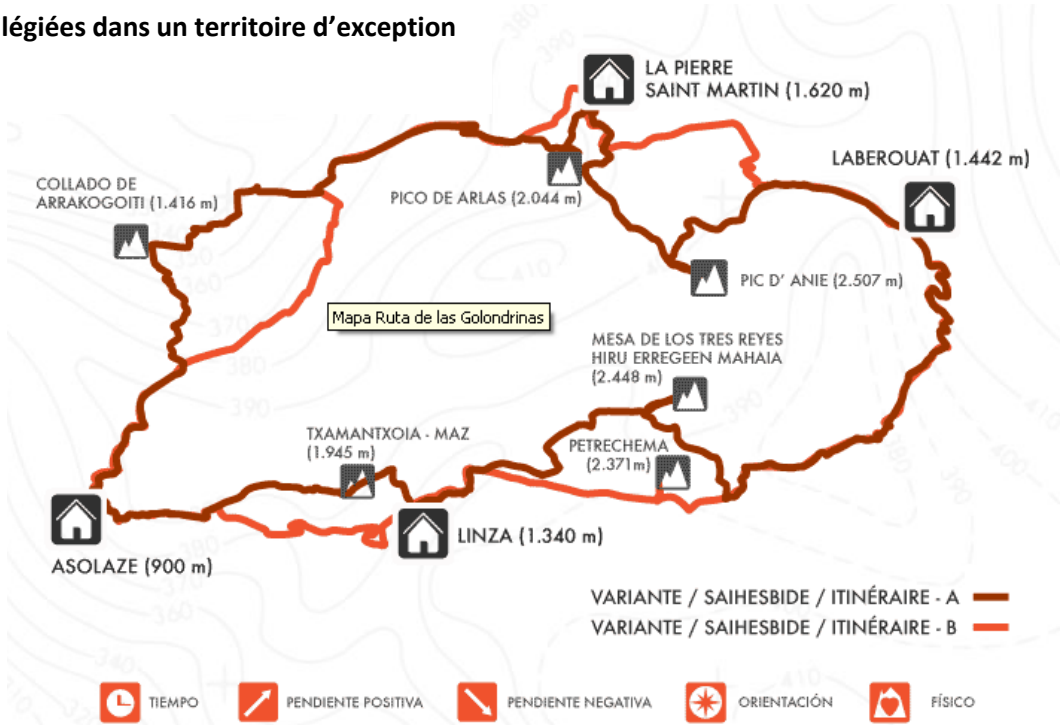
Amateurs de randonnées et d'aventures,

Voici un bon plan !

RUTA DE LAS GOLONDRINAS

- **Circuit de quatre jours à travers les Pyrénées les plus Occidentales.**
- **Chemin en mémoire des femmes pyrénéennes « les golondrinas ».**
  Et qui cherche à unir le passé et le futur.
  La « Ruta de las golondrinas », route des Hirondelles est un circuit comprenant 4 étapes évoluant dans un paysage unique en Europe et sur les traces des contrebandiers: Larra. Elle traverse Belagua, Linza, Lescun, le Béarn et la Soule en **4 journées de 4 à 8 heures de marche** avec plus de 5000 m de dénivelé. Elle gravit les sommets qui comptent parmi les plus importants de cette zone : Txamantxoia, Petragème, Table des 3 Rois, Anie, Lakora…
  Il n'est pas nécessaire d'avoir une condition physique « spéciale » pour réaliser la Ruta de las Golondrinas, mais il faut être **habitué à marcher** et avoir des **connaissances de base en orientation et montagne.**

LE REFUGE DE L'ABEROUAT : une des 4 étapes privilégiées dans un territoire d'exception



VACANCES POUR TOUS

RENSEIGNEMENTS / INSCRIPTIONS :

http://www.rutadelasgolondrinas.com

FÉDÉRATION PYRÉNÉES-ATLANTIQUES
la ligue de l'enseignement
un avenir par l'éducation populaire