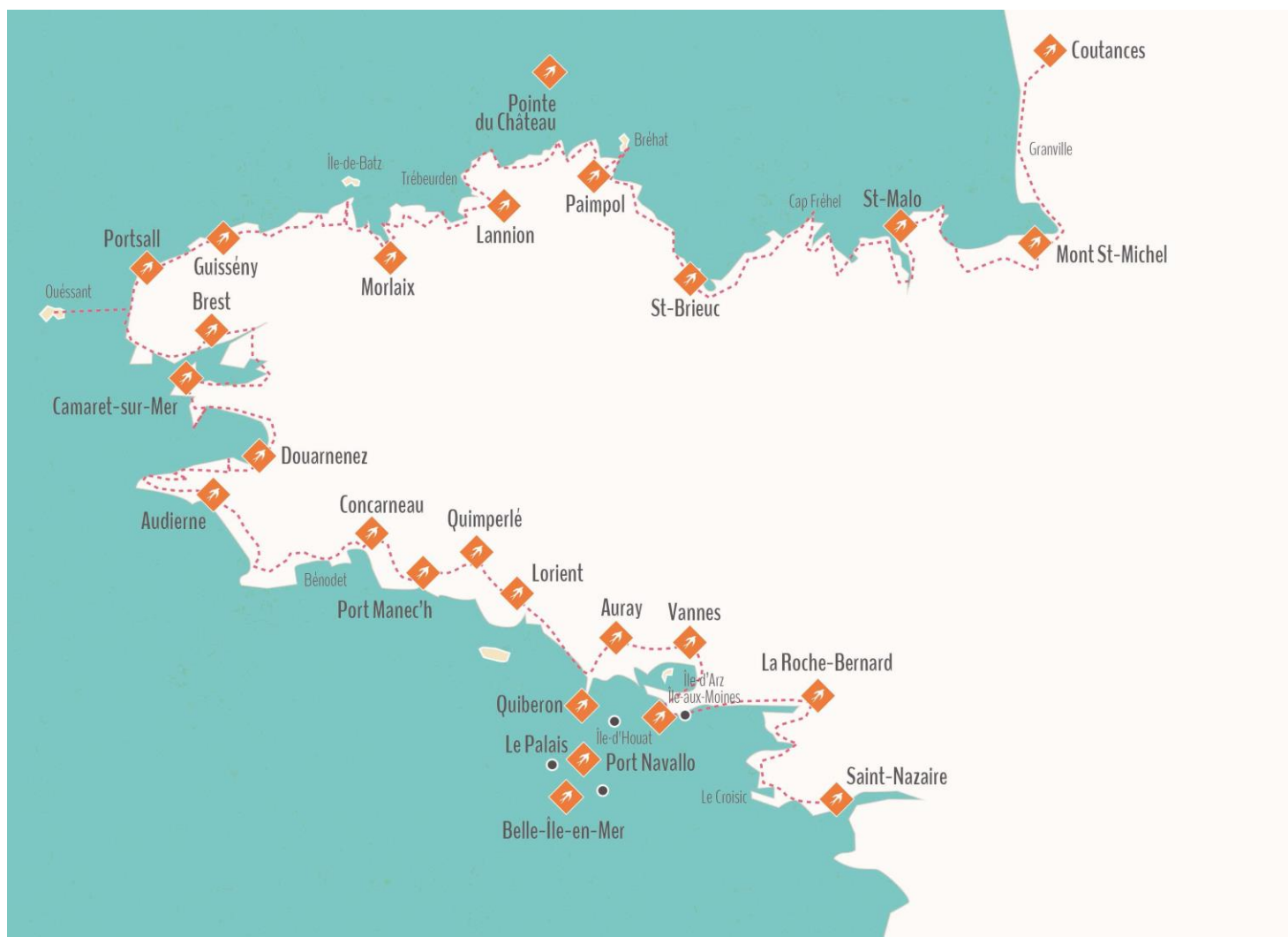


## TOUR DE BRETAGNE

### Saint-Brieuc - Paimpol : côte du Goëlo et île de Bréhat

Vous voilà plongé au cœur de la baie de Saint-Brieuc et de ses immenses plages. Du haut des plus hautes falaises de Bretagne, les panoramas somptueux vous invitent à l'évasion. Un rêve éveillé qui vous emmènera sur l'île de Bréhat, un lieu onirique aussi célèbre pour ses fleurs que pour sa tranquillité.



7 jours - 6 nuits et 5 jours de randonnée.

(M = dénivelée montante - D = dénivelée descendante)

### Jour 1 : Saint-Brieuc

Arrivée et installation à votre hôtel à St-Brieuc, en fin d'après-midi.

### Jour 2 : Saint-Brieuc - Binic

De St-Brieuc, vous longerez la vallée verte du Gouëdic avant de rejoindre le sentier côtier. Un itinéraire au cœur de la baie de Saint-Brieuc jusqu'à Binic, le long de grandes plages de sable fin de St-Laurent de la Mer et des Rosaires, dominées par la pointe du Roselier.

Montée : 400m – Descente : 535m - 23 km

### Jour 3 : Binic - Le Palus

Vous marcherez le long de l'océan en traversant les ports de Binic, Etables, St Quay, Portrieux. L'orientation de ceux-ci à l'est leur offrent un climat plus doux et donnent une végétation très fleurie toute l'année. Vous admirez les beaux points de vue depuis la pointe du Sémaphore et celle du Bec de Vir. A la fin de votre randonnée à Le Palus, transfert à votre hébergement.

Montée : 300m – Descente : 285m - 16 km.

### Jour 4 : Le Palus - Pointe de Minard

Transfert en début de randonnée, vous grimpez sur les falaises de Plouha, les plus hautes de Bretagne (plus de 100 m). Cette côte sauvage a été le théâtre de nombreux exploits de la résistance durant la seconde guerre mondiale. Transfert en fin de randonnée à Paimpol.

Montée : 435m – Descente : 415m - 17 km.

### Jour 5 : Pointe de Minard - Paimpol

Transfert au début de la randonnée. Traversée d'une forêt puis marche le long d'une côte plus basse. Vous longerez des parcs à huîtres visible à marée basse. Avant votre arrivée sur Paimpol, possibilité de visiter l'Abbaye de Beauport (visite hors forfait). Ressourcement entre patrimoine naturel et culturel garanti...

Montée : 260 m - Descente : 280 m - 17 km.

### Jour 6 : Paimpol - Pointe de l'Arcouest

De l'anse de Paimpol, vous rejoignez la pointe de l'Arcouest par Porz Even et l'anse de Launay. Le long de cette côte sauvage, de nombreux îlots se dévoilent à marée basse. Puis embarquement pour Bréhat, l'île aux fleurs, où vous passerez toute l'après-midi et la nuit.

Montée : 180 m – Descente : 175 m - 9 km.

### Jour 7 : Bréhat

Temps libre à Bréhat et traversée retour vers la pointe de l'Arcouest. Fin du séjour le soir même.

*Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.*



*Les itinéraires n'empruntent pas toujours les sentiers balisés mais sont facilement repérables grâce aux tracés sur cartes.*



- les falaises de Plouha (104 m de haut).
- la Pointe de l'Arcouest et ses innombrables îlots.
- Une nuit sur Bréhat, l'île aux Fleurs (traversée incluse)

#### > DATES ET TARIFS

Départ possible tous les jours du 01/04 au 31/10.

#### > LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension
- La traversée A/R pour Bréhat
- Les transferts de personnes
- Les transferts de bagages (sauf sur Bréhat)
- Le carnet de route (1 par chambre réservée).

#### > LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription, les frais de traitement prioritaire et les frais d'envoi vers l'étranger
- Le trajet aller-retour depuis votre domicile
- Les repas du midi
- Les boissons
- Les éventuelles visites
- Les assurances

#### > ACCUEIL / DISPERSION

##### Arrivée

En fin d'après-midi à Saint-Brieuc.

##### Retour

A la Pointe de l'Arcouest: réseau Axéo bus (ligne 24) Pointe de l'Arcouest / Paimpol (1 € / personne - hors forfait)

#### > NIVEAU 3

Randonnées à pied linéaires sauf la partie sur l'île de Bréhat qui est en boucle (découverte libre).



Sentier côtier principalement, hauts de plage, promenades et quelques passages sur des cordons de galets. Pour rejoindre certains hébergements, vous serez parfois amenés à marcher vers l'intérieur des terres sur des petites routes peu fréquentées. La partie des falaises de Plouha à la pointe de Plouézec (J4 et J5) est plus sportive (falaises de plus de 100m).

## > HEBERGEMENTS / RESTAURATION

L'hébergement se fait en demi-pension en hôtels 2\* et 3\*.

Les paniers repas du midi **ne sont pas inclus** dans nos prix.

### Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyréthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

## > TRANSPORT DES BAGAGES

Un véhicule assure le transport de vos bagages d'un hébergement à l'autre.

**Attention : un seul bagage par personne** (tout surplus sera facturé directement sur place).

Prévoir un sac à dos pendant vos randonnées pour transporter vos affaires de la journée (vêtement de protection, pique-nique de midi, gourde, appareil photo, ...). **Attention, seul un bagage par personne est autorisé et il ne doit pas excéder les 13kg.**

**Vous aurez à porter vos bagages sur Bréhat, du débarcadère à l'hébergement (5 à 10 min en fonction de l'hébergement), pensez à prévoir une valise roulante que vous êtes capable de porter.**

## > ACCES



### TRAIN :

Gare à St-Brieuc : ligne TGV Paris – St Brieuc.

Pour plus de renseignements, contacter la SNCF au 36 35 ou par [www.voyages-sncf.fr](http://www.voyages-sncf.fr).

Pour la fin du séjour : gare SNCF de Paimpol



## TRANSPORTS PUBLICS :

Consulter le site des transports collectifs en Bretagne [www.breizhgo.com](http://www.breizhgo.com). Ce site vous facilite le voyage dans toute la région, d'un réseau à l'autre. Il vous permet de calculer vos itinéraires dans toute la Bretagne en transport collectif (train bus, car, etc...)

## STATIONNEMENT PENDANT LE SEJOUR :

L'hôtel avec lequel nous travaillons en priorité possède un parking mais il n'est pas possible de réserver des places à l'avance.

A proximité de la gare, vous trouverez le parking Charner (payant et sous-terrain), compter environ 32 € pour 7 jours.

Pour plus de renseignements, contacter le service du stationnement de la ville de Saint-Brieuc au 02 96 62 56 43.

## Récupération de votre véhicule en fin de séjour

Réseau Axéo (ligne 24) Pointe de l'Arcouest / Paimpol puis réseau Breizhgo (ligne 1) Paimpol / St Brieuc. Prévoir 1 € pour le premier bus et 2,50 € pour le second bus (prix/pers./trajet). Pour plus de renseignements : Axéo et Breizhgo.

## > DOSSIER DE VOYAGE

Un mois avant votre départ, et après versement du solde de votre séjour, nous vous enverrons votre carnet de route.

Il contient tout le nécessaire pour effectuer cette randonnée :

- une carte
- un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour)
- le descriptif des itinéraires et les bons d'échange pour les prestations hors hébergement.

Le carnet vous sera adressé à réception du solde de votre séjour. Vous en restez propriétaire.

## > EQUIPEMENT CONSEILLE POUR LA RANDONNEE

### Vos vêtements de marche : (la liste doit être adaptée en fonction de la saison)

- de bonnes chaussures de randonnée (semelles cramponnées, chaussures pas forcément montantes, mais dans lesquelles vous vous sentez bien et que vous avez déjà utilisées),
- chaussures légères pour le soir (cela pourra être une paire de chaussure de sport qui pourra remplacer celle de randonnée en cas de douleurs aux pieds),
- chaussettes de sport ou de randonnée,
- pantalon de toile (séchage rapide),
- short ou jupe,
- pull ou veste polaire,
- tee-shirts ou chemises légères,
- une veste imperméable (type Goretex),
- cape de pluie ou poncho (qui protégera aussi le sac à dos)
- un chapeau et des lunettes de soleil,
- un bonnet,
- une paire de gants légère et un sur-pantalon imperméable (de l'automne au printemps),
- un maillot de bain et une petite serviette de bain,



- tenue de rechange confortable pour le soir.

#### Matériel divers :

- paire de lunette de soleil (toute saison),
- crème de protection solaire,
- 1 ou 2 gourdes de 1 litre, 1 serviette de table,
- affaires de toilette,
- petite pharmacie personnelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels),
- papiers hygiéniques, mouchoirs,
- 1 paire de lunettes de vue de rechange (ou des lentilles),
- 2 ou 3 sacs plastiques pour les restes des pique-niques,
- lampe torche ou lampe frontale,

Autre équipement facultatif : bâtons de marche avec embouts en caoutchouc, 1 paire de jumelle, appareil photo, ...

#### Bagages :

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :

1 sac à dos 35/40 litres à armature souple et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos ...

1 sac de voyage souple pour les affaires de la semaine (attention, il ne doit pas dépasser 13 kg).

Vous aurez à porter vos bagages sur Bréhat, du débarcadère à l'hébergement (5 à 10 min en fonction de l'hébergement), pensez à prévoir une valise roulante que vous êtes capable de porter.



- Les chemins du Mont Saint Michel au départ de Coutances
- La côte de Granit Rose
- La Côte de Cornouaille

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

