LA COTE DES ABERS
De Brignogan-Plages à Portsall

La côte des Légendes, comprenant le pays Pagan et le pays des Abers, est une côte très sauvage située à l'entrée de la Manche. Tempêtes et naufrages, avec leur lot d'épaves, ont alimenté les "légendes". La multitude de rochers et d'écueils, véritables pièges pour les navigateurs imprudents, et des abers aux embouchures imprécises expliquent l'érection de phares en pleine mer : celui de l'île Wrac'h et surtout celui de l'île Vierge (plus de 80 m. de hauteur), le plus haut d'Europe. Pour le randonneur, c'est une alternance de panoramas contrastés sur des îles et îlots tournés vers le large puis dans les terres, remontant les abers, havres de paix tant pour les marins que pour nos regards éblouis.

7 jours - 6 nuits - 5 jours de randonnée

JOUR 1 : BRIGNOGAN-PLAGES

Arrivée et installation à votre hébergement à Brignogan-Plages, en fin d'après-midi.

JOUR 2 : BRIGNOGAN PLAGES – GUISSENY

14.5 Km 4H environ + 10m / - 10m

Une journée de randonnée le long d'une côte sauvage, variée et authentique : les grèves de Brignogan, la côte des légendes de marins, des pilleurs d'épaves, des korrigans et des fées.

JOUR 3 : GUISSENY – PLOUGUERNEAU

22.5 Km 6H environ + 130m / - 130m

Depuis Guissény, vous arpentez plages et grèves. La succession de passages en bordure de mer puis de sentiers dunaires permet d'apprécier les diverses nuances d'une mer sillonnée de canaux tracés au gré des vents. Les multiples îlots qui enserrent l'île Vierge et son phare, le plus haut d'Europe, voguent comme d'immobiles embarcations de granit. Arrivée à Plouguerneau, commune de France disposant de la plus longue façade littorale.

JOUR 4 : PLOUGUERNEAU - ABER WRAC'H

15 Km 4H environ + 240m / - 240m

Journée en plein cœur du pays des goémoniers. Ramassant les algues brunes échouées sur l'estran, ils nourrissent leurs champs du végétal marin, riche en iode et en oligo-éléments. Tradition revit grâce à l'intérêt croissant pour les cultures biologiques. L'Aber Wrac'h permet de mieux comprendre ce lien entre l'"Armor", le pays marin, et l'"Argoat", la terre et ses cultures. Certains goémoniers mouilleront sans doute au port de l'Aber Wrac'h où vous passerez la nuit.

JOUR 5 : ABER WRAC'H - ABER BENOÎT

22 Km 6H environ + 150m / - 150m

A partir du port, direction la "baie des Anges" et son abbaye. Selon la marée, tantôt un bras de mer vous sépare de la presqu'île Sainte Marguerite, tantôt un espace de sable et de vase, territoire d'une faune amphibie. Contournant la Presqu'île Marguerite, vous accédez à de blanches étendues de sable avant de remonter

l'Aber Benoît. Le sentier traverse sous-bois et champs cultivés. Certaines des herbacées ont des fleurs mauves ? Il s'agit alors du fameux "blé noir" ...

JOUR 6 : ABER BENOÎT – PORTSALL

21 Km 5H30 environ + 130m / - 110m

La rive gauche de l'Aber Benoît abrite le petit port fluvial de Saint Pabu. Les demeures traditionnelles de granit caractérisent ce lieu sans doute rude mais souvent arrosé d'une luminosité qui s'affirme à mesure que l'on s'approche du grand large. Reviennent alors les dunes et les plages qui se succèdent avec quelques cales d'où les pécheurs "à la journée" mettent leurs embarcations à l'eau. Arrivée à Portsall, frontière entre la Manche et l'Atlantique.

JOUR 7 : PORTSALL

Fin du séjour après le petit déjeuner à Portsall. Transfert en bus vers Brest possible (non compris).

- Les randonnées le long des « abers », bras de mer pénétrant à l'intérieur des terres
- Les panoramas sur les îles et îlots face au large
- L'île Vierge dominée par son phare haut de plus de 80 m

› DATES

Départs tous les jours du 1er avril au 31 octobre.

ATTENTION : Si le départ est un Lundi (J1) : Le dernier jour (J7) il n'y aura qu'un bus partant vers 17h de Portsall pour rejoindre Brest (arrivée vers 18h environ à Brest). Il est nécessaire de venir en voiture et de stationner son véhicule à Portsall le 1er jour

› LE PRIX COMPREND

- 6 nuits en formule demi-pension en chambres d'hôtes et hôtels 2** et 3***
- Les transferts de personne du J2 et J3 selon les hébergements à Guissény
- La mise à disposition d'un carnet de route (un par chambre)
- Le transfert des bagages entre chaque étape de marche

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Les repas de midi
- Les boissons, dépenses personnelles et visites éventuelles
- Les transferts de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion
- Les frais d'inscription (+15€/personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+15€/dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toutes inscriptions à J-15 (+35€/dossier)

› ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu le J1, en fin d'après-midi à Brignogan-Plages.

Votre séjour se termine le J7 à Portsall, après le petit déjeuner en début de matinée.

Liaison bus Portsall-Brest en 1h (2,50 € par personne à payer sur place - ligne 14 – Réseau Breizhgo). Les horaires de bus vous seront fournis dans le carnet de route.

› NIVEAU

Modéré, avec quelques dénivellations. Marche de 4 à 5h30 par jour.

› HEBERGEMENTS

En chambres d'hôtes et hôtels 2** et 3***.

› RESTAURATION

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8H. Si vous souhaitez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec chaque hôtelier la veille, si cela est possible.

Les dîners sont en général servis à partir de 19h30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu dans la majorité des hébergements).

A noter, le dîner du J1 à Brignogan-Plages sera servi sous formes de bocaux (conserverie bretonne artisanale)

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

› TRANSPORT DES BAGAGES

Nous vous demandons de déposer vos bagages dans le hall de chaque hébergement le matin avant votre départ en randonnée et de ne prévoir **qu'un seul bagage par personne ne dépassant pas 13kg**.

Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos (30 litres) pour transporter vos effets personnels de la journée.

› ACCES

En voiture :

Stationnement de votre véhicule à Brest durant le séjour :
Vous pouvez laisser votre véhicule en stationnement gratuit / non surveillé Avenue Réveillère ou Bd Gambetta, à proximité de la gare SNCF.
Sinon, parking payant / couvert / gardé en centre-ville : le parking Liberté, entrée place de la Liberté, côté rue J. Jaurès, 30 € la semaine, tél : 02.98.33.11.20. (important : à votre arrivée, aller à la caisse principale pour passer votre ticket en forfait 7 jours).
Possibilité de réserver un transfert en taxi de Portsall > Brignogan ou Portsall > Brest (nous consulter)

=> Retour à Brest en bus (réseau BreizhGo ligne 14 Ploudalmézau-Portsall-Brest)
Tarif du bus : 2.50€ par personne et par trajet (les horaires de bus vous seront fournis dans le carnet de route)

En Train :

Gare TGV de Brest puis bus pour Brignogan-Plages (2,50€ par personne et par trajet, à payer sur place - lignes 21/24 – Réseau Breizhgo). Les horaires de bus vous seront fournis dans le carnet de route.

Il comprend une carte, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le descriptif des itinéraires et un carnet de route réalisé par nos soins.
Le carnet vous sera adressé à réception du solde de votre séjour. Vous en restez propriétaire.

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –