



LE SPÉCIALISTE DES ITINÉRAIRES DE LÉGENDE

TOUR DE BRETAGNE DE LA ROCHE BERNARD A SAINT NAZAIRE



Ce séjour vous permettra d'arpenter un coin de Bretagne historique entre Vilaine, Atlantique et Loire. Vous commencerez à la Roche Bernard, petit port de plaisance bien sympathique. Vous rejoindrez la grande bleue à travers des sentiers de landes sauvages et de dunes, qui vous mèneront à Guérande et ses fameux marais salants marécageux, avant d'arriver à la Baule et sa plage immense. Vous êtes maintenant sur l'Estuaire et continuez jusque Saint Nazaire et son pont gigantesque qui enjambe la Loire, où vous pourrez croiser de gros bateaux sortant des chantiers navals, ou encore la base sous-marine des allemands pendant la seconde guerre mondiale aujourd'hui reconverti en complexe culturel.



7 jours - 6 nuits - 5 jours de randonnée

JOUR 1 : LA ROCHE BERNARD

Arrivée et installation à l'hôtel de la Roche Bernard. La Roche Bernard, grâce à sa "Roche" surplombant la Vilaine fut un lieu stratégique pour surveiller les entrées et les sorties de cette vallée fluviale qui conduit au centre de la Bretagne. Résidence des ducs elle reste aujourd'hui un petit port protégé qui offre de belles promenades où marcher rime avec se reposer, apprendre avec se détendre...

JOUR 2 : PENESTIN – POINTE DE PEN BE

19 km +90 m / -95 m

L'Atlantique s'ouvre à vous. Après un transfert à la pointe du Halguen, votre randonnée démarre plein sud jusqu'aux pointes du Bile et de Pen Bé face à l'îlot de Bacchus. Les falaises de roches un peu rouge voient se juxtaposer herbes rases, landes et fourrés favorisant la rencontre de nombreuses espèces végétales et animales. D'où leur classement au réseau Natura 2000. Le sentier surplombe la plage de la Mine d'or, où l'illusion offerte par l'amas de sédiments donne bien l'impression qu'elle recèle de précieuses paillettes. Transfert et nuit à La Turballe.

JOUR 3 : POINTE DE MERQUEL - LA TURBALLE

18 km +45 m / -50 m

Transfert à la pointe de Merquel pour le début de randonnée. En passant par la pointe du Castelli jusqu'à La Turballe, ce circuit est une découverte de paysages variés, tantôt dunaires ou marécageux, tantôt sauvages et escarpés. Vous traversez d'abord Piriac et son petit bourg de pêcheurs, observez au large l'unique île de Loire-Atlantique : l'île Dume, puis, plus loin sur le sentier, voici venir la Turballe. Sa Criée y est toujours très active au retour des pêcheurs qui vendent harengs et sardines

JOUR 4 : LA TURBALLE - GUERANDE

17 km +75 m / -30 m

Au départ de la Turballe, vous randonnez le long de la côte jusqu'à la pointe de Pen-Bron. Votre parcours changera ensuite de cap vers les célèbres marais salants de Guérande, vous vous baladerez dans les 2000 hectares de ce parc et pourrez faire une halte à la découverte des paludiers, leur savoir-faire ancestral et l'histoire



de ce lieu. Vous passerez la nuit à Guérande, ville d'Art et d'histoire dotée de fortifications qui en font un joyau d'architecture militaire

JOUR 5 : LE CROISIC - LE POULIGUEN

20 km +75 m / -30 m

Transfert de votre hébergement au Croisic. Vous passerez par la baie de la Gouvelle et Penchâteau, pour arriver au Pouliguen. Votre marche longe quelques hauts plateaux, juchés sur des falaises de granit clair, plein d'un quartz qui accentue les diverses nuances du bleu de l'océan.

JOUR 6 : LE POULIGUEN - SAINT-NAZAIRE

25 km +125 m / -120 m

Cette dernière randonnée est peut-être la plus riche en paysages. Les plages de sable blond qui ont fait la réputation de cette côte ponctuent le sentier des douaniers, lequel surplombe de multiples criques comme la Petite Vallée, Trébézy ou St-Eugène. La pointe de Chemoulin, majestueuse, offre un magnifique panorama sur la baie de la Baule et du phare du Grand Charpentier. Saint-Marc-sur-Mer, son rocher du Gorille et M. Hulot vous salueront enfin, avant d'atteindre le bord de mer de St Nazaire, récemment réaménagé.

JOUR 7 : SAINT-NAZAIRE

Fin du séjour après le petit déjeuner à Saint-Nazaire



- La côte sauvage, jusqu'à l'estuaire de la Loire.
- La presqu'île Guérandaise et ses marais salants.
- Les charmantes villes de Pénestin, Piriac, le Pouliguen et Pornichet.

> DATES

Départs tous les jours de début avril à fin septembre.

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en formule demi-pension sauf les dîners à Guérande et au Pouliguen
- Les transferts de bagages et de personnes prévus au programme.
- Le carnet de route (1 par chambre réservée)




› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le trajet aller-retour depuis votre domicile
- Le bac entre Pen-Bron et le Croisic (5 € /personne)
- Les repas du midi
- Les dîners à Guérande et au Pouliguen
- Les boissons
- Les visites éventuelles
- Les frais d'inscription (+15€ par personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20€ par dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ par dossier)
- Les assurances.

› ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous le Jour 1 dans l'après-midi à La Roche Bernard, installation à l'hôtel.
Fin du séjour après le petit-déjeuner à Saint-Nazaire.

› NIVEAU

 Randonnée de 21 km à 28 km avec des dénivelés inexistantes sauf sur la 1ère étape.

› HEBERGEMENTS

6 nuits en hôtels 2* et 3*, en formule demi-pension avec 4 dîners (sauf les dîners à Guérande et au Pouliguen).

› TRANSPORT DES 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).



> ACCES



En train :

Arrivée : Gare SNCF de Redon puis bus.

Retour : gare SNCF de Saint Nazaire.



En voiture :

Stationnement de votre véhicule possible à la Roche-Bernard.

> DOSSIER DE VOYAGE

Un carnet de route vous sera adressé avant le départ, il comprend : une carte générale, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet réalisé par nos soins détaillant l'itinéraire de chaque étape.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

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),
- une paire de chaussures légères pour le soir,
- 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 légers 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

- Tupperware, couverts et gobelet pour le repas du midi
 - paire de lunettes de soleil (toute saison),
 - crème de protection solaire,
 - 1 ou 2 gourdes de 1 litre,
 - petite pharmacie personnelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels),
 - papier hygiénique, mouchoirs,
 - 2 ou 3 sacs plastiques pour les restes des pique-niques,
 - lampe torche ou lampe frontale,
- Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillé), 1 paire de jumelles, appareil photos ...

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

