



LA CÔTE DE GRANIT ROSE ET L'ÎLE DE BRÉHAT

Séjour de randonnée accompagné
Séjour en étoile - 7 jours / 6 nuits - Bretagne

Mise à jour : 28/02/2024

Cette région côtière, s'étirant de la pointe de l'Arcouest jusqu'à Trébeurden, se caractérise par son impressionnant littoral de granit rose. Des rochers sculptés par le temps affichent des silhouettes curieuses, évoquant des créatures ou des objets du quotidien, tandis que certains semblent tenir en équilibre, prêts à basculer au moindre contact. La Côte de Granit Rose se distingue par son allure sauvage et ses paysages à couper le souffle, offrant des plages séduisantes et de charmants petits ports qui ravissent les randonneurs. Les îlots proches, accessibles à pied à marée basse, servent de sanctuaires à d'abondantes populations d'oiseaux. Considérée comme l'une des plus remarquables de France, la Côte de Granit Rose dévoile un décor surréaliste de formations granitiques aux contours inhabituels. Les promenades le long des sentiers du littoral à Trégastel, Ploumanac'h et Perros Guirec, ainsi que la découverte de la fameuse vallée des Traouïero, promettent des vues spectaculaires. L'excursion vers l'archipel des Sept-îles, pionnière des réserves ornithologiques en Bretagne, et la visite de la Pointe du Château avec sa maison nichée parmi les rochers, révèlent des merveilles naturelles. La balade se poursuit vers l'archipel de Bréhat, aussi appelé l'île aux fleurs, offrant une expérience unique.

L'ETAT D'ESPRITCANOPEE:

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les

rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles. Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

... bienvenue chez Canopée Voyages

PROGRAMME

Jour 1:

Rendez-vous à 18h15 à la gare de Lannion (ou directement à l'hôtel à Kéréroc pour les personnes arrivant en voiture, à partir de 18h30). Transfert de la gare à votre hébergement à Kéréroc. Installation à l'hôtel pour 4 nuits. Accueil et présentation du séjour par votre accompagnateur. Dîner à l'hôtel.

3h30 de marche. 4,9km. D+ 335m / D- 100m

Jour 2:

Reliée au continent par un petit pont de pierre, l'île Grande vous dévoilera sa nature préservée, ses dunes, ses belles plages et ses îlots qui l'entourent. L'île Grande est notamment connue pour abriter la Ligue de Protection des Oiseaux (LPO). Après avoir effectué le tour de l'île, incursion dans les terres en passant par le menhir christiannisé de Saint-Uzec et le bocage Trégorois.

4h30 de marche. 13km. D+ 150m / D- 150m

Jour 3:

Découverte des incomparables chaos de rochers roses entre Ploumanac'h et la presqu'île de Trégastel, autrefois hameau de pêcheurs, puis passage par la vallée des Traouïero. Ces amas de rochers roses à Trégastel en bord de mer et dans la vallée des Traouïero à l'intérieur des terres au milieu des habitations sont particulièrement insolites.

4h30 de marche. 12km. D+ 100m / D- 100m

Jour 4:

Excursion vers l'archipel des Sept-îles*, royaume incontesté des oiseaux marins, avec ou sans escale à l'île-aux-Moines. En suivant le sentier douanier de Ploumanac'h à la plage de Trestraou, vous serez au cœur du site des « rochers roses » passant par l'oratoire de Saint-Guirec.

**L'excursion, soumise aux conditions météorologiques, ne permet pas toujours une escale et peut être annulée à tout moment et sera remplacée par une randonnée sur le littoral.*

4h30 de marche. 11,5km. D+ 150m / D- 150m

Jour 5:

Randonnée le long de la côte sauvage depuis la pointe du Château et son imposante masse rocheuse s'enfonçant dans la mer jusqu'à Port Blanc, petit village de charme. Transfert à Paimpol. Installation à l'hôtel, sur le port, pour 2 nuits.

3h30 de marche. 9,5km. D+ 200m / D- 200m

Jour 6:

Excursion sur l'île de Bréhat. Le spectacle de la mer autour de ses multiples presqu'îles ne manquera pas de vous séduire. Cette île de granit rose-orangé jouit d'un climat doux toute l'année. A marée haute, l'île est divisée en deux parties, simplement reliées entre elles par le petit pont Vauban. A marée basse, se découvrent un nombre incroyable d'îlots.

4h de marche. 11km. D+ 150m / D- 150m

Jour 7:

Fin du séjour à Paimpol après le petit-déjeuner, pour les participants en train. La gare de Paimpol se situe à 400 m de l'hôtel. Transfert à Kéréroc pour les participants ayant laissé leur véhicule à l'hôtel du début.

Fin du séjour vers 10h30 environ, à Kéréroc.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous du 1er jour, le dimanche soit à l'hôtel à 18h30 ou à la gare SNCF de Lannion à 18h15.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Arrivée en gare SNCF de Lannion. Nous viendrons ensuite vous récupérer à la gare pour 18h15.

Veuillez consulter le site de la SNCF afin de connaître les horaires exacts <https://www.sncf-connect.com/>

Concernant le retour, vous prenez le train en gare SNCF de Paimpol situé à 400m de l'Hôtel, après le petit déjeuner.

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites de calcul de trajet sur internet.

Rendez vous à 18h30 à l'hôtel à Kéréroc: golfhotel saint samson. Le dernier jour, Transfert à Kéréroc pour retrouver votre voiture.

DISPERSION

Après le petit déjeuner le J7.

NIVEAU

Niveau facile: Les dénivelés sont compris entre 100 à 200m par jour, le terrain ne présente aucun passage technique au niveau du sol. Prévoir donc des chaussures de randonnée à tige haute pour le maintien des chevilles. Des baignades sont prévus lors des poses repas. Le portage consiste au transport des affaires de la journée (vêtements et pique-nique du groupe à partager).

HEBERGEMENT

4 nuits en hôtel 3*, à Kéréroc, hôtel au calme dans un cadre verdoyant. Vous pourrez profiter de la piscine extérieure de l'hôtel (à partir du 15 juin). Chambres spacieuses et modernes.

2 nuits en hôtel 2*, à Paimpol. Hôtel chaleureux avec une vue imprenable sur le port de Paimpol. Chambre petite mais bénéficiant d'une belle vue sur le port.

En pension complète avec pique-nique le midi.

Régime végétarien possible.

Pour des raisons de qualité de préparation, nous ne sommes pas en mesure de cuisiner pour les personnes souhaitant un régime sans lactose ou sans gluten.

PORTAGE DES BAGAGES

Les bagages sont transportés par véhicule lors des changements d'hébergements.

Durant la journée vous transportez vos affaires personnelles de la journée et le partage du pique-nique. prévoir un sac à dos de randonnée de 30L environ muni d'une ceinture ventrale.

VOS BAGAGES:

- 1 sac de voyage souple pour contenir les affaires. Aucun sac externe ne doit être accroché à cette valise. Pour la sécurité du personnel, merci de prévoir un bagage de 10kg maximum ou de taille maximum de 80cm x 40cm x 40cm.
- 1 sac à dos de 35 litres minimum, muni d'une ceinture ventrale pour les journées de randonnée.

GROUPE

De 4 à 19 voyageurs.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant parfaitement le massif. Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques.
- assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- vous faciliter l'approche du milieu maritimes et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- être disponible et à votre écoute.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

Il s'agit là de faire preuve avant tout de bon sens en fonction de la saisonnalité sur laquelle vous êtes inscrits. Les mois d'avril, mai, juin et à partir de la mi septembre, en plus de la liste ci dessous, prévoir une veste type softshell + un imperméable ou une veste technique imperméable. En juillet, Aout et début septembre, prendre uniquement une petite veste imperméable.

De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...
- 1 chapeau de soleil ou une casquette
- 1 maillot de bain
- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut «casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...
- 1 paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- mouchoirs en papier
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antisapsmodique, Antihistaminique (allergies),

sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique...

POUR L'ETAPE:

- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quiès" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum. Privilégier savon, gel douche et shampoing 100% biodégradable.

POUR LES PIQUE-NIQUES:

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.
- 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en hôtels 2** et 3*** en pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du dernier jour sur la base d'une chambre double/twin
- l'excursion aux Sept-îles et la traversée aller-retour pour l'île de Bréhat
- l'encadrement
- le transport des bagages

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet ALLER / RETOUR de votre domicile au lieu de stationnement des véhicules
- Les boissons dans et en dehors des hébergements
- les dépenses personnelles
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire.

