

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

LA COTE DE GRANIT ROSE en 7 jours

Randonnées accompagnées, en semi-itinérance, sans portage

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de marche

En Hôtel ** ou ***, en chambre de 2 personnes

				Saison					Départ garanti 	
1 Chaussure	Hôtels ** et ***	En semi-itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 5 personnes
				J	A	S	O	N	D	



La Côte de Granit Rose, l'une des plus belles côtes de France, offre un paysage insolite de chaos granitiques aux formes étranges. Vous bénéficierez de ce spectacle en cheminant le long des sentiers côtiers de Trégastel, Ploumanac'h, Perros Guirec, sans oublier à l'intérieur la célèbre vallée de Traouïero. Après une excursion vers l'archipel des Sept-îles, 1ère réserve ornithologique de Bretagne, vous découvrirez à la Pointe du Château (maison entre les rochers) d'autres formes de rochers aussi étonnantes. Balades dans l'archipel de Bréhat, l'île aux fleurs.

NOS POINTS FORTS

- Des randonnées dans un paysage insolite de chaos granitiques aux formes étranges
- Paimpol, son port animé, ses ruelles et ses demeures à pans de bois
- Découverte de l'île Grande et sa nature préservée
- L'excursion vers l'archipel des Sept-Îles et l'île de Bréhat

DATES ET TARIFS : Du Dimanche au Samedi

31/03 au 06/04/2024	1025 €
07/04 au 13/04/2024	1025 €
14/04 au 20/04/2024	1045 €
21/04 au 27/04/2024	1045 €
28/04 au 04/05/2024	1065 €
05/05 au 11/05/2024	1065 €
12/05 au 18/05/2024	1065 €
30/06 au 06/07/2024	1115 €
07/07 au 13/07/2024	1115 €
14/07 au 20/07/2024	1115 €
28/07 au 03/08/2024	1115 €
04/08 au 10/08/2024	1115 €
11/08 au 17/08/2024	1115 €
18/08 au 24/08/2024	1115 €
25/08 au 31/08/2024	1115 €
06/10 au 12/10/2024	1045 €
13/10 au 19/10/2024	1045 €
20/10 au 26/10/2024	1025 €
27/10 au 02/11/2024	1025 €

LE TARIF COMPREND :

- l'hébergement en hôtels 2 et 3*, en chambre de 2 personnes en pension complète,
- l'excursion aux Sept-îles et la traversée A/R pour l'île de Bréhat,
- les transferts de personnes et de bagages,
- l'encadrement par un accompagnateur connaissant bien la région.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- les boissons,
- les visites,
- les assurances,
- le supplément chambre individuelle (en option).

Supplément chambre individuelle :

31/03 au 06/04/2024	235 €
07/04 au 13/04/2024	235 €
14/04 au 20/04/2024	235 €
21/04 au 27/04/2024	235 €
28/04 au 04/05/2024	250 €
05/05 au 11/05/2024	250 €
12/05 au 18/05/2024	250 €
30/06 au 06/07/2024	285 €
07/07 au 13/07/2024	285 €
14/07 au 20/07/2024	285 €
28/07 au 03/08/2024	285 €
04/08 au 10/08/2024	285 €
11/08 au 17/08/2024	285 €
18/08 au 24/08/2024	285 €
25/08 au 31/08/2024	285 €

06/10 au 12/10/2024	235 €
13/10 au 19/10/2024	235 €
20/10 au 26/10/2024	235 €
27/10 au 02/11/2024	235 €

POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

RÉGLEMENT :

A l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

DEROULEMENT DU SEJOUR

Jour 1 : LANNION - KERENOC

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 quatre nuits. Accueil et présentation du séjour par votre accompagnateur. Dîner à l'hôtel.

Jour 2 : L'ILE GRANDE

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 christianisé de Saint-Uzec et le bocage Trégorois.

Montée 150 m - Descente 150 m. Temps de marche : 4h à 4h30 de marche effective.

Jour 3 : DE PLOUMANAC'H A TREGASTEL ET LA VALLEE DES TRAOUÏERO

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.

Montée 100 m - Descente 100 m. Temps de marche : 4h à 4h30 de marche effective.

Jour 4 : EXCURSION SUR LES SEPT ILES ET CHAOS GRANITIQUES

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 St-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.*

Montée 150 m - Descente 150 m. Temps de marche : 4h à 4h30 de marche effective.

Jour 5 : LA POINTE DU CHATEAU ET SA FAMEUSE MAISON ENTRE LES ROCHERS

Randonnée le long de la côte sauvage vers 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 deux nuits.

Montée 200 m - Descente 200 m. Temps de marche : 4h à 4h30 de marche effective.

Jour 6 : L'ILE DE BREHAT, L'ILE AUX FLEURS

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.

Montée 150 m - Descente 150 m. Temps de marche : 4h à 4h30 de marche effective.

Jour 7 : FIN DU SEJOUR A PAIMPOL (OU KERENOC)

Fin du séjour à Paimpol après le petit-déjeuner, pour les participants en train (la gare de Paimpol se situe à 400m 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.






ITINERAIRE :

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain - éboulements, sentiers dégradés, etc), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

Info séjour

NIVEAU: 1 CHAUSSURE

5 étapes de 10 à 18 km par jour, soit 4h de marche en moyenne sans difficulté et peu de dénivellation.

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

GROUPE :

De 5 à 15 personnes maximum.

ENCADREMENT :

Accompagnateur de randonnée connaissant bien la Bretagne.

PORTAGE :

Rien à porter qu'un petit sac à dos avec vos affaires de la journée et le pique-nique.

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).

HEBERGEMENT ET RESTAURATION :

En hôtels 3* et 2* en pension complète (pique-nique le midi).

- 4 nuitées dans un hôtel 3* à Kérenoc sur la commune de Pleumeur-Bodou, 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 nuitées dans un 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.

ACCUEIL :

Si arrivée en train : à 18h15 à la gare SNCF de Lannion

Si arrivée en voiture : vers 18h30 directement à l'hôtel

DISPERSION :

Après le petit-déjeuner à la gare de Paimpol ou à l'hôtel à Kérenoc.

ACCES :

Accès en train :

Attention : Arrivée et départ de 2 gares différentes !

Aller : Gare SNCF de LANNION.

Retour : Gare SNCF de PAIMPOL.

Accès en voiture : Possibilité de se garer dans le parking gratuit de l'hôtel à Kéréroc pour tout le séjour. A la fin du séjour, un transfert de Paimpol vous ramènera à l'hôtel pour récupérer votre véhicule (arrivée à Kéréroc vers 10h30).

LA REGION VISITEE :

La côte de Granit Rose est située à l'ouest des Côtes d'Armor, au nord de la Bretagne. La terre et la mer sont parsemées de rochers de granit rose aux formes découpées par le vent et les vagues depuis des millénaires, une côte émaillée d'îles et d'îlots, de criques et de plages, de pittoresques petits ports. Le patrimoine bâti est diversifié et discret : chapelles, mégalithes, oratoire, moulins à mer, phares ... mais aussi antennes de télécommunications ! La végétation se compose d'une lande rase sur le littoral, ajoncs et bruyères, pins maritimes, hortensias, bois de feuillus ...

CLIMAT :

Le climat breton est océanique et tempéré. Le temps varie au rythme des marées, selon les cycles de la lune et en fonction des vents, ce qui explique le climat changeant. L'hiver, la région essuie ses plus lourdes tempêtes mais les températures sont rarement négatives alors que, l'été, l'air du littoral vient rafraîchir l'atmosphère.

Pour connaître les prévisions météorologiques, consulter www.meteo.fr ou appeler Météo France au 0 892 68 02 + le numéro du département.

NECESSAIRE ET INDISPENSABLE

VOS VETEMENTS 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 (cela pourra être une paire de chaussures 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 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.

MATERIEL DIVERS

- paire de lunettes de soleil (toute saison),
- **Tupperware, couverts et gobelet pour le repas du midi**
- crème de protection solaire,
- 1 ou 2 gourdes de 1 litre,
- 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),
- papier hygiénique, 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,
- 1 paire de jumelles pour la sortie sur les Sept Iles.

Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillés), appareil photos ...

En vous souhaitant un agréable séjour ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appelez nous au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- ou bien un courrier à :

SUR LES HAUTEURS
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta
31390 CARBONNE
TEL : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Agence de voyage N° IM031170004
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS
Garantie financière : Groupama caution
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19
TVA intracommunautaire : FR27828692442