

Découverte de la presqu'île de Crozon

La Bretagne est renommée pour ses paysages côtiers spectaculaires, et la Presqu'île de Crozon ne fait pas exception. Située à l'extrémité ouest de la Bretagne, cette presqu'île avec ses falaises escarpées, ses plages de sable fin aux eaux turquoise, ses landes sauvages, et sa riche histoire, est un véritable paradis pour les amateurs de randonnée. Partez à la découverte de la terre armoricaine à travers le sentier des douaniers et une nature préservée. Des paysages dignes de cartes postales.

PROGRAMME

Jour 1 : Morgat

Arrivée sur la presqu'île de Crozon en fin d'après-midi et installation à votre hôtel à Morgat. Situé dans la baie de Douarnenez, Morgat est une station balnéaire dans un cadre idyllique.

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel

Jour 2 : Morgat - Lostmarc'h - Morgat

Depuis Morgat, vous commencez votre randonnée jusqu'au cap de la Chèvre. Le sentier longe la côte au milieu de falaises exceptionnelles, de criques rocheuses et de plages idylliques à l'eau translucide. Retour en taxi jusqu'à Morgat.

HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE PARCOURUE : 18 km

DÉNIVELÉ + : 210 m

DÉNIVELÉ - : 215 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 3 : Morgat - Lostmarc'h - Camaret

La journée commence par un court transfert jusqu'à Lostmarc'h pour reprendre le chemin de la vieille. L'itinéraire vous permet de découvrir la pointe sauvage de Dinan et son château. Vous poursuivez par la plage paradisiaque de Veryac'h puis la pointe de Pen Hir et le site des Tas de Pois. Vous terminez par la pointe du Grand Gouin avant d'arrivée à Camaret et son petit port.

HEURES DE MARCHÉ : entre 6h30 et 7h30

DISTANCE PARCOURUE : 24 km

DÉNIVELÉ + : 308 m

DÉNIVELÉ - : 300 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 4 : Camaret - Roscanvel

Vous vous dirigez vers l'extrémité Nord de la presqu'île, vous passez par la pointe des Espagnols puis par la Rade de Brest. Le chemin est chargé d'histoire comme en témoignent les nombreux vestiges des forts militaires.

Après votre randonnée court transfert en taxi afin de rejoindre Roscanvel.

HEURES DE MARCHÉ : 6h

DISTANCE PARCOURUE : 20.5 km

DÉNIVELÉ + : 270 m

DÉNIVELÉ - : 270 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en chambre d'hôtes ou hôtel

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 5 : Roscanvel - Landevennec - Saint-Nic

Après avoir été transféré jusqu'au village de Landevennec, célèbre pour les ruines de son abbaye et pour son cimetière de bateaux de la marine nationale, vous randonnez dans

une tout autre ambiance. Vous suivez les berges de l'Aulne en plein coeur de la forêt. L'itinéraire se poursuit pour monter au sommet du Menez-Honz. Situé à 300m d'altitude, vous avez une vue panoramique sur toute la presqu'île et sur la baie de Douarnenez. Vous rejoignez Saint-Nic puis transfert jusqu'à votre hébergement.

HEURES DE MARCHÉ : entre 6h et 7h

DISTANCE PARCOURUE : 21 km

DÉNIVELÉ + : 500 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 6 : Pentrez - Morgat

Vous vous rendez sur la côte Sud de la presqu'île et sur la plage de Pentrez grâce à un court transfert. Au programme : plages de sable blanc et eaux turquoise, ainsi que les pointes sauvages de Pen Ar Vir, de Guern ou encore du Menhir. Puis vous terminez votre randonnée à Morgat.

HEURES DE MARCHÉ : entre 6h et 7h

DISTANCE PARCOURUE : 22.5 km

DÉNIVELÉ + : 210 m

DÉNIVELÉ - : 215m

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Nous avons volontairement fait le choix de ne pas proposer l'itinéraire sur la côte Nord de la presqu'île entre Roscanvel et Landévennec car cette portion comprend plusieurs passages par des routes fréquentées, et présente un intérêt moindre (contournement de la base aéronautique et navale). Nous avons ainsi privilégié les plus beaux sentiers de la presqu'île.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Accueil en fin d'après-midi à votre hôtel à Morgat.

Accès :

En train :

La gare la plus proche est celle de Brest. TGV direct depuis Paris-Montparnasse, entre 3h30 et 4h de trajet.

Depuis la gare de Brest il vous faudra ensuite prendre un bus du réseau Breizhgo, la ligne n°34 entre Brest et la presqu'île de Crozon. Compter environ 1h de trajet. S'arrêter à l'arrêt "Morgat, place d'Ys". Attention, les horaires sont limités, généralement un bus le matin et un bus le soir en semaine, pas de bus le dimanche. Hors juillet/août, les arrêts sur Morgat ne sont desservis qu'avec "le service de transport à la demande", il faut donc impérativement contacter le 02 98 90 88 89 au plus tard la veille à 17h pour réserver son trajet.

Horaires et informations sur le site www.breizhgo.bzh - rubrique "se déplacer en car - Finistère".

En voiture :

Votre hôtel à Morgat ne dispose pas de parking privé, mais vous pourrez garer votre véhicule sur un parking public gratuit à moins de 5 min de l'hôtel : Parking du Loc'h et Parking Morgat, 6 rue de Penfrat.

Consultez votre itinéraire sur le site internet : www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr

DISPERSION

Le jour 6 après votre randonnée.

NIVEAU

Niveau 3 : modéré.

Dénivelés cumulés moyen en montée et/ou en descente : entre 100 et 500 m par jour

Durée moyenne des étapes : entre 5 et 7h de marche par jour

Difficultés particulières : aucunes. Sentiers côtiers avec faible dénivelé, sans difficulté technique.

Attention : les bâtons de randonnée avec pointe métallique sont interdits sur toute la presqu'île, à moins d'ajouter un embout plastique.

Les randonnées se déroulent dans la zone du parc naturel régional d'Armorique, qui englobe la quasi-totalité de la presqu'île de Crozon et à ce titre toute activité se doit d'en respecter la charte, notamment en termes de protection : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat).

En 2014 est créée la Réserve naturelle régionale géologique de la presqu'île de Crozon. En effet, sur cette terre on peut lire 700 millions d'années de l'histoire géologique de la terre, là où les impressionnantes falaises déchiquetées du vieux socle armoricain se heurtent à l'océan.

HEBERGEMENT

Nuits en chambre d'hôtes et en hôtels 2* ou 3*.

Les dîners : sont pris dans les restaurants des hébergements ou à proximité. Sauf à Morgat les dîners ne sont pas compris mais plusieurs restaurants à proximité de l'hôtel.

TRANSFERTS INTERNES

Chaque jour vous serez transférés en taxi au départ de votre randonnée ou à la fin pour rejoindre votre hôtel.

PORTAGE DES BAGAGES

Selon l'option choisie :

Sans transport des bagages : Vous portez toutes vos affaires personnelles pendant toute la durée du séjour.

Avec transport des bagages : Vous portez seulement vos affaires pour la journée (petit sac à dos). Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements.

GROUPE

Dès un participant.

ENCADREMENT

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un carnet de route composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- paire de gants fins (facultatif)
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- Des sous-vêtements

- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.

- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram) de préférence imperméables.

- 1 paire de sandales ou chaussures détente pour le soir

- Un maillot de bain et une serviette

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Équipement :

- 1 paire de lunettes de soleil de qualité, catégorie 3 minimum

- 1 paire de bâtons télescopiques avec embouts en plastique (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants

- 1 gourde (1.5 l de préférence)

- 1 lampe frontale (facultatif)

- 1 boussole

- 1 couverture de survie (facultatif)

- 1 couteau de poche (facultatif)

- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent

- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO)

- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl (disponible en 4 tailles)

- Boule Quiès (facultatif)

- Papier toilette - crème solaire + stick à lèvres.

MATERIEL PIQUE-NIQUE

- Une boîte plastique hermétique

- Un gobelet

- Des couverts

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels

- Vitamine C ou polyvitamine

- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence

- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)

- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes

- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

- Répulsif anti-moustiques.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension (sauf le dîner à Morgat),

- Les transferts en taxi prévus au programme,

- Les documents de voyage,

- Les frais d'organisations et d'inscriptions,

- Les taxes de séjours.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Le transport des bagages,
- Les dîners à Morgat,
- Les visites, boissons, et les déjeuners.