

# 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 . . .

## L'île de CROZON et de OUESSANT en 7 jours

Randonnées accompagnées, en semi-itinérance, sans portage

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de randonnée

En Hôtel, en chambre de 2 personnes

				Saison				Départ garanti 		
1 Chaussure	Hôtels et centre de vacances	En semi-itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 6 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Rendez-vous « au bout du monde » pour découvrir à la fois la **presqu'île de Crozon**, mélange sauvage de plages de sable fin et de falaises escarpées se dressant telles des forteresses de pierre au-dessus de l'océan, creusées de grottes marines : le **Cap de la Chèvre**, **Pointe de Pen Hir**.

Puis nous embarquons pour **Ouessant**. L'île "sentinelle", est un monde à elle seule : île de lumière, île redoutable lorsque la brume l'enserme, île mythique aussi, point de passage vers l'autre monde dans l'univers celte.

### NOS POINTS FORTS

- Une nuit sur Ouessant, l'île à la proue de l'Europe
- Le Cap de la Chèvre et ses allures de calanques
- Un littoral préservé

## **DATE & TARIFS**

12/05/2024 au 18/05/2024	1195 €
19/05/2024 au 25/05/2024	1195 €
02/06/2024 au 08/06/2024	1135 €
09/06/2024 au 15/06/2024	1135 €
16/06/2024 au 22/06/2024	1135 €
23/06/2024 au 29/06/2024	1135 €
30/06/2024 au 06/07/2024	1195 €
21/07/2024 au 27/07/2024	1195 €
28/07/2024 au 03/08/2024	1195 €
11/08/2024 au 17/08/2024	1195 €
18/08/2024 au 24/08/2024	1195 €
25/08/2024 au 31/08/2024	1195 €
01/09/2024 au 07/09/2024	1195 €
08/09/2024 au 14/09/2024	1195 €

## **OPTIONS**

### **Supplément single (sauf nuitée à Ouessant) :**

12/05/2024 au 18/05/2024	305 €
19/05/2024 au 25/05/2024	305 €
02/06/2024 au 08/06/2024	275 €
09/06/2024 au 15/06/2024	275 €
16/06/2024 au 22/06/2024	275 €
23/06/2024 au 29/06/2024	275 €
30/06/2024 au 06/07/2024	305 €
21/07/2024 au 27/07/2024	305 €
28/07/2024 au 03/08/2024	305 €
11/08/2024 au 17/08/2024	305 €
18/08/2024 au 24/08/2024	305 €
25/08/2024 au 31/08/2024	305 €
01/09/2024 au 07/09/2024	305 €
08/09/2024 au 14/09/2024	305 €

### **LE TARIF COMPREND :**

- l'hébergement en pension complète, en chambre de 2 personnes
- les traversées maritimes,
- les transferts de personnes et de bagages,
- l'encadrement par un accompagnateur connaissant bien la région,
- les taxes de séjour.

### **LE TARIF NE COMPREND PAS :**

- l'aller-retour depuis votre domicile,
- les boissons,
- les visites,
- les assurances
- le supplément chambre individuelle (sauf 1 nuit à Ouessant en ch. de 4 ou 6)

### **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.

#### **REGLEMENT :**

**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 TREK

## **Jour 1 : BREST - TRANSFERT A CAMARET-SUR-MER**

Accueil à Brest à 16h30 à la gare SNCF. Puis transfert en bateau (ou en taxi) à Camaret-sur-Mer, ancien port de pêche à la langouste.

*Installation à l'hôtel pour 4 nuits.*

## **Jour 2 : LA POINTE DE PEN-HIR ET LES TAS DE POIS**

Randonnée en boucle à l'extrémité ouest de la **presqu'île de Crozon**. Au détour de la pointe du **Grand Gouin**, superbe panorama sur le « **sillon** » de **Camaret-sur-mer**. A la pointe de **Pen-Hir**, promontoire de **l'Iroise**, vous dominerez l'océan à plus de 60 m de hauteur. Panorama spectaculaire sur les énormes rochers du site des **Tas de Pois**. Sur le retour, nous longerons une partie de **l'anse de Camaret**.

*Montée 400 m - Descente 400 m - 5h de marche.*

## **Jour 3 : LE CAP DE LA CHEVRE**

Transfert en début de matinée à **Morgat**. Départ de la randonnée de la **plage de Morgat** offrant des points de vue incomparables sur l'immense baie de **Douarnenez**. Découverte du littoral sud de la **presqu'île de Crozon** et de la **baie de Morgat**. En passant par le site de **l'île Vierge** aux allures de calanque méditerranéenne, le sentier côtier nous mènera au **Cap de la Chèvre** qui s'élève à plus de 100 m au-dessus des flots.

*Montée 400 m - Descente 350 m - 5h de marche.*

## **Jour 4 : LE "CHATEAU" DE DINAN**

Randonnée au départ du **Cap de la Chèvre** vers les rochers ruiniformes du « **Château** » de **Dinan**, l'éperon barré de **Lost Marc'h** et l'immense **plage de Goulien**.

*Montée 300 m - Descente 300 m - 5h de marche.*

## **Jour 5 : LE NORD DE OUESSANT**

Traversée pour **Ouessant**. Randonnée au nord de l'île. Nous atteindrons la **pointe de Pern** à l'extrémité ouest de l'île. Passage par l'imposant phare de la **pointe de Créac'h**, dernière balise sur la fameuse route maritime, le « **rail d'Ouessant** ».

Nous remontons vers le nord de l'île par la **baie de Béniglou**, la **crique de Porz-Yusin**, **l'île Keller**.  
Nuit sur l'île.

*Montée 200 m - Descente 200 m - 5h de marche.*

## **Jour 6 : LE SUD DE OUESSANT**

La côte sud de **Ouessant** : nous longerons la baie de **Pen ar Roc'h** et ses falaises perchées à plus de 40m au-dessus de la mer, les plus hautes et les plus sauvages du Léon.

Une multitude d'oiseaux marins y ont trouvé refuge. Traversée en bateau pour rejoindre **Brest**.

*Montée 400 m - Descente 350 m - 5h de marche.*

## **Jour 7 : FIN**

Fin du séjour après le petit déjeuner.






## 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 trek

## NIVEAU : 1 CHAUSSURE

Étapes de 11 à 18 km, soit 3 à 5 h de marche par jour en moyenne sans difficulté technique avec quelques dénivelées sur la presqu'île de Crozon. Sentier côtier principalement ou petites routes.

	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 +

## PORTAGE :

Rien à porter qu'un petit sac à dos avec vos affaires de la journée et le pique-nique. Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape.

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).

## GROUPE :

De 6 à 15 participants

## ENCADREMENT :

Un accompagnateur connaissant bien la région.

## HEBERGEMENT :

- 4 nuits dans un hôtel-spa 3\* sur le port de Camaret à proximité de la plage. L'hôtel dispose d'une piscine et d'un jacuzzi. Possibilité de réserver des soins au spa de l'hôtel sur place (chambre de 2 personnes).
- 1 nuit à Ouessant, l'hébergement se situe dans le bourg de Lampaul (chambre de 4 à 6 personnes avec douche-WC à l'extérieur de la chambre – prévoir une serviette pour cet hébergement).
- 1 nuit à Brest dans un hôtel 2\* à proximité de la gare SNCF (chambre de 2 personnes).

Pension complète avec pique-nique le midi. Les dîners seront pris à l'hôtel à Camaret-sur-Mer ainsi qu'à l'hébergement à Ouessant et dans un restaurant à l'extérieur de l'hôtel à Brest.

**RENDEZ-VOUS :** Le jour 1, 16h30 à la gare SNCF de Brest (merci de bien respecter cet horaire, celui-ci est déterminé en fonction de la traversée maritime vers la presqu'île de Crozon).

**DISPERSION :** Le jour 7, après le petit-déjeuner à la gare SNCF de Brest.

#### **ACCES :**

En train : Gare SNCF de Brest.

En avion : Aéroport international Brest-Guipavas. Liaison en navette avec la gare SNCF de Brest (25 mn env.).

En voiture :

- stationnement gratuit / non surveillé Avenue Réveillère ou Bd Gambetta, à proximité de la gare SNCF.
- 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 (se munir de votre carte grise et demander à la caisse un ticket pour 7 jours). Plus d'informations sur [Brest Park](#).

#### **REGION VISITEE :**

La Bretagne constitue une péninsule de 27200 km<sup>2</sup> s'avancant vers l'Atlantique. Avec ses 2700 kilomètres de côtes, soit près de 40% du linéaire côtier de la métropole, la région est avant tout maritime : les falaises abruptes succèdent aux plages de sable fin et les anciens villages des pêcheurs côtoient des stations balnéaires réputées. Dans l'intérieur des terres dominant hameaux, champs et pâturages, témoignant de l'aspect rural de la région.

#### **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.

# NECESSAIRE ET INDISPENSABLE

## LISTE DU MATERIEL :

### **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 (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.

### **Matériel divers**

- paire de lunettes de soleil (toute saison),
  - Tupperware, couverts et gobelet pour le repas du midi
  - serviette de toilette (pour la nuit à Ouessant)
  - 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,
- Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillés) mais avec embouts en caoutchouc, 1 paire de jumelles, 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](mailto: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](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto: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