La Presqu'Ile du Cotentin (AM359)

Normandie - France

6 jours (dont 5 jours : Randonnée)

Prix à partir de 870.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	16 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Chambre d'hôtes Hôtel
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Demi-pension
Encadrement	En liberté

Les points forts de ce voyage

- Une randonnée sauvage au coeur du Finistère normand.
- Les ports et les villages de tradition.
- Les panoramas exceptionnels, entre dunes, plages et falaises découpées.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Surnommée la « Petite Irlande » par ses habitants, la presqu'île du Cotentin recèle une extraordinaire variété de paysages propice à la randonnée pédestre.

Jour 1 : Cherbourg.
Arrivée et installation à l'hôtel de Cherbourg.

Jour 2 : Urville - Nacqueville - Auderville
Transfert le matin en taxi pour vous amener au début de la randonnée au hameau « le Landemer » près d'Urville-Nacqueville. Crête de dunes, bordure de champs, sentier littoral et falaises jusqu'au plus petit port de France, Port Racine puis cheminement le long de l'océan jusqu'à Goury et Auderville, village du bout du Cotentin.
5 à 6 h de marche - 21 km

Jour 3 : Auderville - Biville
Itinéraire en boucle sur la côte et dans les terres passant par Port Racine, le sémaphore de la Hague, Goury, la baie d'Ecalgrain, le Nez de Jobourg et la Maison de Jacques Prévert. Nuit à Omonville-la-Petite.
6h de marche - 23 km

Jour 4 : Biville - Les Pieux
Vous commencez cette étape en surplombant les dunes de Biville, puis Clairefontaine pour arriver ensuite au port de Dielette. Passage au site de Flamanville (centrale nucléaire), puis aux vieux hameaux du Courtois et de la Coquaise. On retrouve le sentier littoral qui s'élève sur la falaise, puis serpente au dessus de la mer. Vous quitterez le GR principal, pour prendre le GRP Tour de la Hague qui se dirige vers Les Pieux.
6 à 7h demarche - 23 km

Jour 5 : Les Pieux - Barneville
A marée basse, possibilité de raccourcir un peu, sinon suivre le sentier littoral en passant à Rozel (château et église). Passage au cap du Rozel et à la statue de la Vierge des Marins. Puis vous emprunterez de nouveau un sentier, le chemin de « Trompe Souris », puis passage sur des dunes avant d'atteindre Surtainville. Traversée des villages de Beaubigny, Hattainville puis arrivée au Cap de Carteret où se situe votre hébergement.
6h de marche - 24.5 km

Jour 6 : Barneville - Portbail
Traversée du port de Barneville-Carteret puis passage entre les terrains de camping avant de se retrouver sur le sentier littoral en bord de mer, le long des dunes. Traversée du Havre de Portbail par le vieux pont aux treize arches et arrivée au pied de l'église de Portbail (11ème et 12ème siècles).
3h de marche - 11 km

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Hébergement et restauration
Logement en hôtel 2* (4 nuits) et chambre d'hôtes (1 nuit) en formule nuit et petit déjeuner les J1 et J5 et en formule demi-pension les J2, J3 et J4.

Nombre de participants
A partir de 1 personne (avec supplément personne voyageant seule à ajouter au supplément chambre individuelle).

Validité
Pas de départ le samedi et le dimanche.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Niveau
Modéré avec quelques dénivellations les jours 3 et 4 entre la Baie d'Ecalgrain et Biville, pour passer des fonds de vallons aux sommets des collines.

Bagages
Le transfert des bagages entre chaque hébergement est assuré par nos soins.

Carnet de route
Un carnet de route vous sera adressé avant le départ. Il comprend une carte, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le descriptif des itinéraires et les bons d'échange pour les prestations hors hébergement.

Début
L'accueil a lieu à l'hôtel de Cherbourg, la veille de votre premier jour de marche. Pour ceux qui viennent en voiture, possibilité de laisser votre véhicule sur l'un des parkings gratuits de la ville.

Fin
Votre séjour se termine à Cherbourg le dernier jour de randonnée après le transfert.

Accès
En train :

Gare SNCF à Cherbourg sur la ligne directe Paris St-Lazare - Cherbourg (durée du trajet env. 3 heures). Pour plus de renseignements, contacter la SNCF au 36 35 ou sur www.voyages-sncf.com.

En voiture :

Carte Michelin n°513. De Paris (365km - temps de conduite env. 4h15): autoroute A13, directions Le Havre, Rouen et Caen, puis voie express (N13) de Caen vers Valognes, puyis Cherbourg.
Pour connaître le détail de l'itinéraire, consulter www.iti.fr.

Stationnement de votre véhicule durant le séjour :

Vous trouverez un parking gardé couvert - payant : GAMBETTA - FONTAINE, tél (abonnement mensuel de 52€, pas d'abonnement hebdomadaire) ou des parkings gratuits non surveillés : parking Divette ou Trottebecq, parmi les plus proches de la gare.
Pour plus de renseignements sur le stationnement à Cherbourg, consultez le lien suivant : http://www.cherbourgtourisme.com/pratique/stationner-cherbourg (il s'agit du plan de stationnement de la ville de Cherbourg).

Call

Send SMS

Call from mobile

Add to Skype

You'll need Skype CreditFree via Skype

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Dates et prix

Promotion | Départs complet | Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Normandie	La Presqu'Ile du Cotentin	01/04/2025	31/10/2025	6 jours	870.00 EUR

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays

Normandie

En Normandie qui s'étire sur presque un degré de latitude, quelque part entre le quarante-huitième et le quarante-neuvième parallèle, le large n'est jamais bien loin. Ici, terre et mer se confondent jusqu'à porter le même nom : la Manche. Cette terre aux accents de bouts du monde, recèle dans le moindre de ses hameaux et tout au long de son ruban littoral une demeure moussue, une petite église, des vallonnements dont les contours s'adoucissent dans les lointains brumeux, une côte aux immenses étendues de dunes et de plages dominées par des reliefs granitiques plus sévères. La Normandie alterne les contrastes dans des paysages marins incomparables.

Formalités administratives

France
La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France
Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.
Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).
De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.
Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

-la ½ pension sauf J1
- les transferts du J25 et du J6 (pour revenir sur Cherbourg)
-le transfert des bagages
-la mise à disposition du topo-guide (l topo-guide pour 1 à 4 personnes)

Le prix ne comprend pas

-le pique-nique de midi
- les repas du soir des J1
-les assurances
-les boissons et dépenses personnelles
-les transferts de la gare au 1er hébergement, et du denier hébergement à la gare
-le transfert pour raccourcir l'étape au départ de Port Racine en direction de Goury

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ)si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :
- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds
- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance

- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Le couchage est fournit par l'hébergeur

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25