



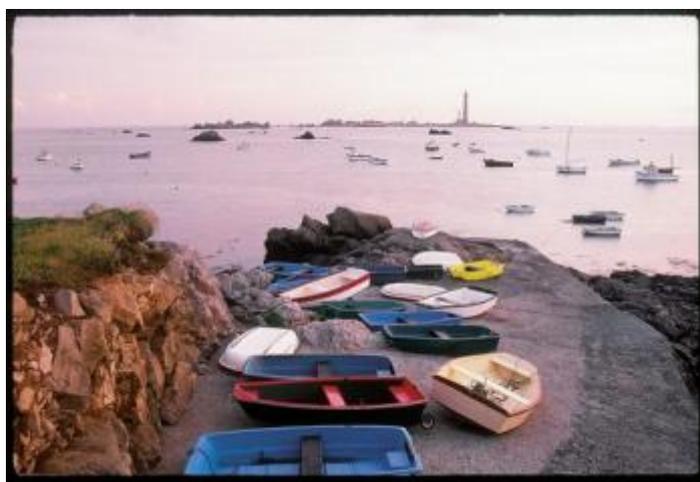
Le tour de Bretagne 08 : Brignogan Plages - Portsall ^(SMTB8)

Bretagne - France

7 jours (dont 5 jours : Randonnée)

Prix à partir de 740.00 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	Logement et petit déjeuner
Encadrement	En liberté



Les points forts de ce voyage

- Une côte sauvage et préservée.
- Les baignades et randonnées le long des plages aux allures de lagons.
- La qualité de l'hébergement en chambre d'hôte.



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

Incroyable rencontre de l'Océan et de la Terre, archipels improbables d'îles et d'îlots égrenant une variété de paysages. Vous êtes au pays des abers, sur la côte des légendes, ces sillons étroits nés des assauts répétés de la mer.

Une randonnée le long du sentier des Douaniers, à la découverte des abers Wrac'h et Benoît, séparés par la presqu'île de Sainte-Marguerite, dont le massif dunaire est bordé de belles grèves blanches.

Jour 1 BRIGNOGAN-PLAGES

Hébergements : chambre d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
Arrivée et installation à votre hébergement à Brignogan-Plages en fin d'après-midi.

Jour 2 BRIGNOGAN-PLAGES - GUISSÉNY

Distance : 18 km - Dénivelée positive : 150 m . Dénivelée négative : 150 m
Hébergements : maison d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
Journée de randonnée le long de la côte sauvage à quelques centaines de mètres d'écueils qui autrefois, selon la légende, étaient utilisés comme pièges par les "naufregeurs". Transfert en fin de journée à votre hébergement.

Jour 3 GUISSÉNY - PLOUGUERNEAU

Distance : 21 km - Dénivelée positive : 300 m. Dénivelée négative : 300 m
Hébergements : chambre d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
Après un court transfert depuis Guissény, vous randonnez vers Plouguerneau en longeant les plages du Curnic et du Vougo. Aperçu des nombreux îlots au large de Plouguerneau, dont l'île Vierge, dominée par le plus haut phare en pierre d'Europe (83 m). Arrivée à Plouguerneau, commune de France disposant de la plus longue façade littorale.

Jour 4 PLOUGUERNEAU - ABER WRAC'H

Distance : 18 km - Dénivelée positive : 170 m. Dénivelée négative : 150 m
Hébergements : chambre d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
Journée au cœur du pays des goémoniers. Ramassant les algues brunes échouées sur l'estran, ils nourrissent leurs champs de végétaux marins, riches en iode et en oligo-éléments. Une tradition qui renaît grâce à l'intérêt croissant pour la culture biologique. L'aber Wrac'h permet de mieux comprendre ce lien entre l'"armor", le pays marin, et l'"argoat", la terre et ses cultures. Certains goémoniers mouilleront sans doute au port de l'Aber-Wrac'h, où vous passerez la nuit.

Jour 5 ABER WRAC'H - ABER BENOÎT

Distance : 22 km - Dénivelée positive : 350 m. Dénivelée négative : 345 m
Hébergements : maison d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
A partir du port de l'Aber-Wrac'h, découverte de la "baie des Anges" et son abbaye. Vous contournez la presqu'île de Sainte-Marguerite, aux dunes de sable blanc. Traversant sous-bois et champs cultivés de fleurs mauves, vous découvrirez ce qu'on appelle "le blé noir". Le chemin vous fera longer l'aber Benoît jusqu'au manoir de Trouzilit.

Jour 6 ABER BENOÎT - SAINT-PABU - PORTSALL

Distance : 21 km - Dénivelée positive : 300 m. Dénivelée négative : 330 m
Hébergements : chambre d'hôte ou hôtel. Repas : selon la formule.
Longeant la rive sud de l'aber Benoît, vous passerez par le charmant port de Saint-Pabu. Les maisons de granit bordant la ria caractérisent une région sans doute rude mais souvent baignée d'une grande luminosité à mesure que l'on s'approche du grand large. Marche vers Portsall, entre la Manche et l'Atlantique, à la découverte d'un archipel d'îles accessibles à marée basse.

Jour 7 PORTSALL

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.
Fin du séjour après le petit déjeuner. Transfert possible en bus vers Brest (hors forfait).



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

Les déplacements

Circuit intégralement à pied.

L'hébergement

- En hôtel deux étoiles, base chambre double (possibilité de chambre individuelle moyennant un supplément) et chambres d'hôte.

Les repas

- Petits déjeuners pris dans les hébergements.
 - En formule demi-pension avec supplément, dîners dans les hébergements ou dans un restaurant à proximité. Cuisine traditionnelle à base de produits frais, poissons et crustacés.
 - Les pique-niques de midi sont à votre charge. Nombreux points de ravitaillement sur le parcours.

Le transport des bagages

Les bagages sont transportés en véhicule entre les étapes, vous randonnez avec un sac léger.

Balisage et sentiers

Vous suivez la plupart du temps des sentiers côtiers. En cas de doute, le *roadbook* vous donne les indications nécessaires.

Accès

- Routier :

Nous vous conseillons de laisser votre véhicule à Brest et de prendre le bus pour Guissény, puis en fin de séjour, vous pourrez prendre le bus entre Portsall et Brest. (voir infos ci-dessus pour le bus).
 Carte Michelin n°512. De Paris (590km - temps de conduite env. 7h15) : prendre l'A6a puis l'A10 en direction de « Bordeaux-Orléans », continuer ensuite sur l'A11 en direction de « Chartres-Rennes », puis suivre Rennes par l'A81. A l'approche de Rennes, prendre la direction « Rocade Est - St-Malo -Brest ». Suivre les directions de la gare SNCF de Brest.

- Stationnement des véhicules : vous pouvez laisser votre véhicule en stationnement gratuit, non surveillé, avenue Réveillère ou boulevard Gambetta, à proximité de la gare SNCF.

Sinon, parking payant, couvert et gardé en centre-ville, le parking Liberté, entrée place de la Liberté, côté rue Jean-Jaurès, 30 € la semaine, (se munir de votre carte grise et demander à la caisse un ticket pour 6 jours), <http://www.stationner-a-brest.com>.

- Pour récupérer votre véhicule en fin de séjour : bus de Guissény à Brest (réseau Pen ar Bed, ligne 37 Kerlouan - Brest, prévoir 2 € par personne). Pour tous renseignements supplémentaires, contacter la gare routière de Brest. Vous pouvez également consulter les horaires et trajets sur www.viaoo29.fr.

- Ferroviaire :

Pour se rendre à Guissény depuis la gare SNCF de Brest :
 Bus de Brest à Lesneven (ligne 21) puis bus de Lesneven à Guissény (ligne 23).
 Prestations à régler lors de la montée dans le car. Prévoir +/- 2 € par pers. et par trajet Pour tous renseignements supplémentaires, contacter la C.A.T./Tourisme Verney ou la gare routière de Brest.
 Pour rejoindre la gare SNCF de Brest depuis Portsall :
 Bus de Portsall à Brest (ligne 14) - pas de bus le dimanche.
 Prestations à régler lors de la montée dans le car. Prévoir +/- 2 € par pers. et par trajet Pour tous renseignements supplémentaires, contacter la C.A.T./Tourisme Verney ou la gare routière de Brest

Transports publics :

Consulter le site des transports collectifs en Bretagne www.breizhgo.com. Ce site vous facilite le voyage dans toute la région, d'un réseau à l'autre. Il vous permet de calculer vos itinéraires dans toute la Bretagne en transport collectif (train bus, car, etc...).



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
Bretagne	Le tour de Bretagne 08 : Brignogan Plages - Portsall	01/04/2025	31/10/2025	7 jours	740.00 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



Bretagne

La Bretagne et la Normandie sont les régions françaises qui bénéficient de la plus grande longueur de côtes. On distingue traditionnellement les régions côtières (l'Arvor, le littoral) des régions centrales (l'Argoat, le bocage). Bien que peu élevé, le relief est partout très marqué dans les zones rocheuses, plus doux dans les zones limoneuses.

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.

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

- L'hébergement tel que décrit.
- Les petits déjeuners
- Les dîners du J 1, J2 et J5
- Le transport des bagages et des personnes
- Le roadbook (ainsi qu'une carte et les bons de réservation pour un groupe de deux à quatre personnes).

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les déjeuners ou piques niques
- Les visites.
- Les transferts non prévus au programme.
- Les boissons.
- Les pourboires.

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.



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

- 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.
- 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 éclair 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



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

- 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

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.