Le tour de Bretagne 16 : Lorient - Quiberon (STB16)

Bretagne - France

7 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 785.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	14 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Logement et petit déjeuner
Encadrement	En liberté

Les points forts de ce voyage

- Port-Louis et sa citadelle, face au port de Lorient
- les paysages « entre terre et mer » de la ria d'Etel
- la découverte des deux petites îles au large de Quiberon, Houat et Hoëdic
- une nuit sur Houat

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

Sentier des douaniers, étape 16 : de Lorient à Quiberon, la ria d'Etel et les îles de Houat et Hoëdic.

De la ria d'Etel, un labyrinthe où terre et mer se cherchent, se trouvent et parfois se rejoignent, à la presqu'île de Quiberon et sa côte sauvage, notre itinéraire vous séduira par sa diversité.
Vous découvrirez de véritables perles posées sur l'Atlantique : les îles d'Houat et d'Hoëdic. Houat vous offrira toutes les facettes de la Bretagne, petites criques, hautes falaises et longues plages, et Hoëdic ses plages de sable blanc, ses rochers et ses fortifications.

Jour 1 Lorient
Arrivée dans la ville de Lorient. Court transfert en bus jusqu'à l'embarcadère puis bateau-bus jusqu'à Port-Louis. Le nom ancien de la ville est Blavet puis devint Port-Louis en l'honneur du roi Louis XIII qui voulut en faire une ville fortifiée en 1618. La ville comprend de nombreux monuments du fait d'une riche activité historique : la citadelle de Port-Louis, le bastion et la tour du bastion.

Jour 2 Port-Louis - Etel
Au départ de Port-Louis et de sa Baie de Locmalo vous sillonnerez la petite mer de Gâvre. À l'origine, l'extrémité rocheuse était une île qui fut rejointe par le continent par un cordon dunaire appelé tombolo. Celui-ci est parallèle avec le continent et forme à marée haute la petite mer de Gâvres, une lagune s'étendant sur 350 hectares, zone traditionnelle de pêche à pied de palourdes et coques. Sur le chemin vous rencontrerez un Dolmen, vestige d'un passé lointain. Enfin vous poursuivrez sur le GR jusqu'à atteindre la Ria d'Etel que vous traverserez en bateau pour entrer dans la ville même d'Etel.
Montée : 170m - Descente : 170m - 22km

Jour 3 Boucle d'Etel
Secrète mer d'intérieur, la ria d'Etel est un véritable havre de paix où la mer s'invite dans le courant de la rivière. Au départ d'Etel, point de départ de la Ria vous suivrez la rivière pour atteindre la commune de Belz et la très célèbre île Saint-Cado avec sa maison solitaire plantée au milieu. La randonnée se poursuivra dans les terres en empruntant les petits sentiers.
Montée 170m - Descente 170m - 16,5km

Jour 4 Etel - Plouharnel
Lors de cette randonnée vous rencontrerez dolmens et menhirs. L'alternance de entre paysage maritime et paysage d'intérieur vous emmènera jusqu'à Plouharnel, dernière ville entre les terres et l'immense presqu'île de Quiberon.
Montée : 150m - Descente : 150m - 16km

Jour 5 Plouharnel - Quiberon
À l'entrée de la presqu'île, vous traverserez l'isthme de Penthièvre qui mesure moins de 100 mètres de large. Vous continuerez à descendre par l'ouest, face aux houles de l'océan Atlantique, appelé aussi la Côte Sauvage. Vous découvrirez un paysage minéral de falaises face à l'océan devenu sauvage car battue par les vents et les lames de fond. Ces attaques des éléments naturels ont découpé la côte en une suite extraordinaire de falaises abruptes dans lesquelles se cachent de petites criques, qui à marée basse, laissent apparaître grottes, cavernes et autres sculptures magistrales. Vous descendrez au plus bas pour atteindre la ville de Quiberon.
Montée : 350m - Descente : 350m - 26km

Jour 6 Ile d'Houat
Bateau jusqu'à l'île d'Houat. Vous ferez le tour de ces 13.5 km de circonférence. On y distingue nettement deux espaces : d'abord l'Ouest qui représente le dernier vestige perdu en mer des crêtes autrefois élevées du Massif Armoricain. La côte y est particulièrement déchirée. Vous découvrirez de minuscules criques se nichant dans la roche qui dresse ses remparts parfois vingt mètres au-dessus. La pointe de Beg-Er-Vilaine vous offrira un panorama unique, à la fois sur la Baie de Quiberon et sur le littoral Nord de l'île. Au sommet des falaises, vous apercevrez le plateau présentant ses étendues inhabitées et sans arbres. L'Est est à l'inverse sableux et c'est sans doute la partie la plus pittoresque de l'île. Vous passerez la nuit sur l'île.
Montée : 330m - Descente : 332m - 13,5km

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

Jour 7 Quiberon
Fin du séjour après le petit déjeuner.

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
En hôtels 2* et 3* en demi-pension

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

Niveau
Niveau 2, les J2 et J5 sont plus longs, environ 22 km. Randonnées à pied linéaires. Sentier côtier en bord de mer avec parfois un cheminement à travers les terres ; alternance de chemins et de petites routes secondaires. La marche s'effectue sur le sentier côtier essentiellement mais aussi sur des chemins de terre et petites routes tranquilles.

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

Carnet de route
Un carnet de route vous sera adressé avant le départ, il comprend : une carte générale, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet réalisé par nos soins détaillant l'itinéraire de chaque étape.

Arrivée
En fin d'après-midi à Lorient.

Retour
A Quiberon dans la matinée.

Accès en voiture
De Paris (500 km - temps de conduite : 5h environ) : 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 sortie 10 Porte de Lorient et continuer sur 135 km. Rejoindre la N165 et continuer sur 7km.
Pour connaître le détail de l'itinéraire, consulter www.iti.fr.

Votre véhicule pendant le séjour : Parc de stationnement payant l'Orientis proche de la gare SNCF de Lorient (Tél : 02 97 21 62 31).

Récupérer votre véhicule à la fin du séjour :
Train TER régulier de la gare de Quiberon à Lorient (environ 1h de trajet, environ 11€).
Renseignements, auprès de la SNCF au 36 35 ou sur*www.voyages-sncf.com*

Accès en train
Départ de Paris/Montparnasse : TGV jusqu'à Lorient.
Pour plus de renseignements, contacter la SNCF au 36 35 ou sur*www.voyages-sncf.com*
Retour : rejoindre la gare SNCF de Quiberon. TER pour Auray, puis TGV Auray - Paris.

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

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

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.

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

- 6 nuits en formule nuit et petit-déjeuner, en hôtels 2 ou 3*
- le dîner du J4
- les traversées maritimes entre Quiberon-Houat (aller-retour)
- les transferts de personnes,
- les transferts de bagages,
- un carnet de route par chambre.

Le prix ne comprend pas

- le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- les repas du midi,
- les repas du soir sauf le dîner du J4 (la demi-pension est proposée en option),
- le ticket de bus et bateau-bus entre Lorient et Port-Louis (env. 1,50 eur),
- le bac pour traverser la Ria à Étel (env. 3 eur),
- les boissons,
- les éventuelles visites,

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme en marchant une fois par semaine (12 à 15 km).

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