Atalante
L'ESPRIT TREK

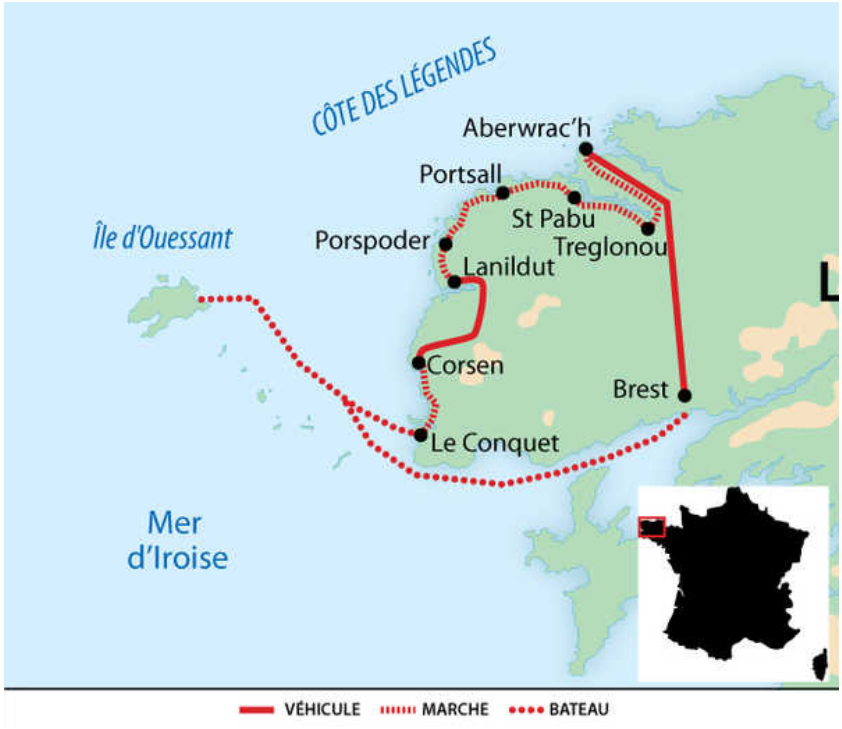
BRETAGNE

Fjords bretons : de Aber Wrac'h à l'île d'Ouessant

- Notre choix d'hôtels ou chambres d'hôtes à l'accueil chaleureux.
- Un itinéraire de randonnées peu fréquenté le long des abers (fjords).
- L'excursion sur l'île magnifique de Ouessant.

À PARTIR DE	**625 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

A l'extrémité occidentale de l'Armorique, des vallées se sont formées sur le littoral et ont été envahies par la mer. Appelées fjord en Norvège, dans le nord du Finistère, elles sont connues sous le nom d'abers. Sur ce chemin côtier, balisé par les phares, vous découvrez une nature spectaculaire avec ses îlots rocheux et ses plages de sable blanc. Cette terre de pêcheurs, d'ostréiculteurs ou de goémoniers vit au rythme des marées et l'odeur d'iode parfume vos journées. Enfin, il sera temps d'embarquer pour Ouessant, l'île sentinelle, le dernier bout de terre avant l'Amérique...



Itinéraire

JOUR 1

Brest - Aber Wrac'h

TRANSPORT : BUS | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Trajet en bus de Brest au port de l'Aber Wrac'h (hors forfait). Ce très beau « fjord » breton s'écoule tranquillement le long d'une vallée boisée et débouche sur le port de l'Aber Wrac'h. Au large, le phare de l'île Vierge veille sur un estuaire sauvage parsemé d'îlots.

JOUR 2

L'Aber Wrac'h - presqu'île Sainte-Marguerite - Tréglonou

MARCHE : 5H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 320 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 280 M | HÉBERGEMENT : CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

La journée de randonnée débute sur la presqu'île Sainte-Marguerite. Puis tranquillement, l'itinéraire chemine le long d'une rivière bucolique, où nichent de nombreuses espèces d'oiseaux.

JOUR 3

Tréglonou - L'Aber Benoît - Portsall

MARCHE : 5H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 115 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 150 M | HÉBERGEMENT : CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Après le village de Saint-Pabu, le sentier pédestre borde les belles plages de sable blond de Corn Ar Gazel et Erléac'h, puis serpente au coeur d'un massif dunaire couvert d'oyats jusqu'aux îles et presqu'îles de la côte « portsallaises », rendu célèbre par le naufrage de l'Amoco Cadiz.

JOUR 4

Portsall - Porspoder - Lanildut

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 130 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 115 M | HÉBERGEMENT : CHAMBRE D'HÔTES | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

De Portsall à l'Aber Ildut, face à l'imposant phare du Four, le village côtier de Porspoder vous enivre d'iode sur le sentier des douaniers de la presqu'île de Saint-Laurent. Vous rejoignez ensuite Lanildut, premier port goémonier d'Europe.

JOUR 5

Lanildut - sémaphore du Cross-Corsen - Conquet

TRANSPORT : TAXI (0H20) | MARCHE : 4H30-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 405 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 380 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Petit transfert pour contourner l'aber Ildut. Depuis la pointe du Corsen, couverte de prairies sauvages et dominée par le sémaphore du « Cross-Corsen », vous randonnez sur les falaises jusqu'au port du Conquet.

JOUR 6

Conquet - L'Île d'Ouessant , côte nord

TRANSPORT : BATEAU (1H) | MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 140 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 130 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Traversée pour Ouessant au départ du Conquet (1h). Randonnée à pied sur la côte nord de l'île, où vous découvrez au large l'île Keller, l'île sur l'île, le phare de Créac'h, l'écomusée. Nuit sur Ouessant.

JOUR 7

Ouessant, côte sud - Brest

TRANSPORT : BATEAU (2H) | MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 120 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 130 M | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Départ vers l'extrémité sud de l'île pour apercevoir au large le phare de la Jument (47 m). L'itinéraire continue alors le long de hautes falaises où nichent de nombreux oiseaux marins. Traversée retour vers Brest, en fin d'après-midi.

Budget

(informations au 20/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : AVRIL À OCTOBRE

PRIX 2024 A PARTIR DE

Du 01 AVRIL au 30 JUIN
Du 01 SEPTEMBRE au 31 OCTOBRE

Base 2 personnes (en chambre double) : 625 € par personne

Du 01 JUILLET au 31 AOUT

Base 2 personnes (en chambre double) : 660 € par personne

Tarifs indiqués sous réserve de disponibilités dans les hébergements. En cas de modification du séjour (hébergements, transferts…), nous vous ferons une nouvelle proposition.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en hôtel 2* et chambre d'hôtes
- les 6 petits déjeuners
- les transferts de bagages **(ATTENTION 1 seul sac par personne et ne dépassant pas 13kg)**
- le transfert de personne Lanildut-Pointe du Corsen le J5
- les traversées bateau Le Conquet–Ouessant (J6) et Ouessant–Brest (J7).
- le carnet de route numérique avec GPS inclus
- L'assistance téléphonique 7/7

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- l'accès jusqu'à l'Aber Wrac'h et le retour depuis Brest

À payer sur place :

- les déjeuners et dîners
- les boissons
- les frais de parking éventuels

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

VOYAGE EN TRAIN

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

OPTIONS

- supplément chambre individuelle: 210 euros.
- Supplément pochette voyage (roadbook papier + 1carte IGN 1/25000e + étiquettes bagages) : 60 € par pochette (1 pochette pour 1 à 4 personnes)

Détail du voyage

NIVEAU

Randonnée à pied linéaire sur le sentier côtier. Très peu de dénivelés. Etapes de 14 à 23 km.

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route numérique (mis à votre disposition environ 1 mois avant le départ)**

Le carnet de route numérique contient un gps.

Possibilité d'avoir en option (avec supplément) une pochette voyage , celle-ci contient :
Carnet de route papier + 1 carte IGN 1/25000e + étiquettes bagages, 1 pochette pour 2 à 4 personnes.

ALIMENTATION

Les petits-déjeuners sont inclus du jour 2 au jour 7.
Le reste des repas sont à votre charge.

Les boissons restent à votre charge.

HÉBERGEMENT

L'hébergement se fait en chambre double dans des hôtels 2* et en chambre d'hôtes avec petits déjeuners.
Nous faisons toujours en sorte de sélectionner des hébergements confortables et bien situés.

Vous serez logés en chambre double, triple ou individuelle selon le nombre de voyage et vos souhaits.
Toutes les chambres disposent d'une salle de bain privative.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

le J1 à l'hébergement de Landéda dans l'après-midi. Possibilité de prendre le bus entre Brest et Aber Wrac'h.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

> En train :

TGV Paris Montparnasse – Brest (direct – environ 4h00 ou avec une correspondance à Rennes)
https://www.sncf-connect.com/
De la gare SNCF, vous rejoignez à pied (10 mn de marche) l'arrêt Liberté du tram pour rejoindre la porte de Gouesnou où vous prendrez le bus https://www.bibus.fr/itineraires/plans-du-reseau

> En voiture :

Environ 6h15 de route depuis Paris.
Stationnement : Le parking Liberté est situé près de la gare de Brest (environ 30 € pour 7 jours), téléphone : 02 98 33 11 20 https://www.brest-park.fr/parkings/parking-liberte Il existe d'autres parkings sur Brest. Des forfaits séjour sont disponibles dans les parkings Liberté, Coat ar Gueven et Jaurès. Vous pouvez convertir votre ticket d'entrée en ticket "séjour" pour 1 jour, 7 jours ou 15 jours à la borne automatique à votre arrivée. Toutes les informations sur https://www.brest-park.fr Prendre ensuite le tram pour a porte de Gouesnou puis le bus (cf. informations ci-dessous).

> En avion :

Brest aéroport (vol direct de Paris). Navette pour rejoindre la porte de Gouesnou (départ du bus ligne 20)
https://www.brest.aeroport.bzh/visiteurs-comment-quitter-l-aeroport
A la porte de Gouesnou (terminus du tram ou arrivée de la navette de l'aéroport), prendre le bus (ligne 20 Brest / Plouguerneau) https://www.breizhgo.bzh/se-deplacer-en-bretagne/se-deplacer-en-car/finistere pour Landéda (arrêt Aber Wrac'h)

DISPERSION

J7 en fin de journée à la gare maritime de Brest.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nous consulter.

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Nous vous conseillons de laisser le Jour 1 votre véhicule à Brest et prendre le bus pour l'Aber Wrac'h.
Le parking Liberté est situé près de la gare de Brest (environ 30 € pour 7 jours), téléphone : 02 98 33 11 20
https://www.brest-park.fr/parkings/parking-liberte
Il existe d'autres parkings sur Brest. Des forfaits séjour sont disponibles dans les parkings Liberté, Coat ar Gueven et Jaurès. Vous pouvez convertir votre ticket d'entrée en ticket "séjour" pour 1 jour, 7 jours ou 15 jours à la borne automatique à votre arrivée. Toutes les informations sur https://www.brest-park.fr
Prendre ensuite le tram pour a porte de Gouesnou puis le bus.

DÉPLACEMENT

Vous portez vos affaires de la journée, vos bagages sont transférés d'un hébergement à l'autre.
Vous prendrez le taxi pour le transfert du J5 et le bateau pour faire les traversées en bateau (personne et bagages) J6 Le Conquet–Ouessant et Ouessant–Brest.

BUDGET & CHANGE

Il s'agit de l'Euro.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram" ,
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet (toujours utiles en cas d'humidité),
- Maillot de bain et serviette de bain,

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Paire de lunettes de soleil,
- Crème de protection solaire (visage et lèvre),
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme.
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique et briquet,
- Gel hydroalcoolique,
- Masque
- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
- Boite en plastique de taille moyenne avec couverts en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
- Sac à linge sale,
- Serviettes humidifiées type "Calinette" ,
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Bloc notes et stylo, livre, jeu de carte
- Bâtons de marche (facultatifs).
- Paire de jumelles,
- Appareil photos,
- Téléphone portable,

BAGAGES

- Un bagage facile à transporter pour vos affaires du voyage, si possible souple et à roulettes. **ATTENTION 1 seul sac par personne et ne dépassant pas 15kg**
- Un petit sac à dos d'une contenance d'environ 30 litres pour vos affaires de la journée : polaire, tee-shirt de rechange, gourde, lunettes, appareil photo, jumelles, petit matériel...

PHARMACIE

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours.

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.