



Escapade à Cancale au pays de l'huitre

Du vendredi 10 septembre au dimanche 12 septembre 2010

niveau moyen

Nombre de personnes : 15, organisateurs compris

Date d'ouverture des inscriptions : 11 juin 2010

En 1994, le Conseil National des Arts culinaires a reconnu Cancale site remarquable du goût pour la renommée de ses huîtres et pour la qualité de son environnement.

Nous essaierons de vérifier ces deux critères : Randonnées sur la côte d'Emeraude, à l'ouest de la pointe du Grouin, et sur la partie nord de l'immense baie du Mont-Saint-michel. Vues panoramiques à partir du sentier des douaniers : nombreuses criques et barres rocheuses, bocages et landes à l'intérieur des terres. La longueur des randonnées sera adaptée afin de pouvoir profiter de pauses baignades en fin d'après-midi.



Nous profiterons de notre séjour pour savourer les produits de l'un des plus grands sites français de mytiliculture et d'ostréiculture.

Hébergement : Nous serons logés en demi pension à l'auberge de jeunesse de Cancale, laquelle est située dans l'anse de Port Picain, au nord de la ville (tél 02 99 89 62 62). Il s'agit d'une A.J. très confortable, 4 sapins label Hi qualité, avec bar, terrasses, salles de jeu... et le tout vue sur la mer. Chambres collectives de 2 à 8 lits ; j'ai demandé un maximum de petites chambres mais je ne promets rien : ce sera fonction des disponibilités.

L'auberge par temps gris :



PROGRAMME

Vendredi 10 septembre 2010 : Rendez-vous au plus tard à 10h45 devant la gare de Saint-Malo. Car n°10 à 10h50 en direction de l'A.J. où nous arriverons à 11h31. Dépôt de nos sacs pour les 3 jours. Pique-nique individuel.

Randonnée en boucle « Pointe du Grouin ». Panorama sur la baie du Mont-Saint-Michel, les côtes de la Manche et la côte d'Emeraude.

Distance étape : 13 km environ.

Samedi 11 septembre 2010 : car à 9h13 jusqu'à l'arrêt « la Secouette » (9h33). Remontée vers la côte pour rejoindre le sentier douanier : Havre de Rotheneuf, La Guimorais, pointe du Meinga, pointe des grands nez, anse de la plage Du Guesclin. Baignade puis car à 17h26 pour l'A.J. (17h32)

Distance étape : 18 km environ.



Dimanche 12 septembre 2010 : car à 9h 15 en direction de l'anse du Verger (9h20). Nous partirons à l'intérieur du pays entre massifs boisés et champs cultivés de la zone légumière. Nous rejoindrons la corniche à hauteur du château de Vauléaut puis remonterons vers Cancale puis l'A.J. Car pour Saint Malo à 17h59 ; arrivée à 18h35 (train à 19h17 pour Montparnasse à 22h30).

Distance étape : 15 km environ.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : 130 € comprenant la demi pension **dont un dîner fruits de mer**, les frais CAF, les frais de car, les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc. ...), mais ne comprenant pas les 3 déjeuners, les boissons, les encas, **ni les transports SNCF**.

Prévoir les piques niques du midi. Nous n'avons pas retenu l'option proposée par l'A.J. de paniers repas à 7 € (pour tous ou pour personne) car nous ne sommes pas certains que cela convienne à tous. Attention cependant car nous serons dans un lieu isolé, éloigné des commerces et nous aurons peu de chances d'en trouver sur nos chemins très sauvages. Si la quasi-totalité d'entre vous le souhaite, nous pouvons revenir à notre option pension complète.

RENSEIGNEMENTS

Niveau physique : moyen

Horaires de train : *Attention : chaque participant devra acheter lui-même ses billets SNCF*

Aller : jeudi 9 – départ de Montparnasse à 17 h 30 (ou 18h30 ou 19h05). Arrivée à Saint Malo à 20h51 (ou 21h45 ou 22h14) (très nombreux trains). Vous devrez vous occuper de votre hébergement sauf si vous êtes nombreux à arriver dès le jeudi soir. Les participants sont invités à m'indiquer **très rapidement** l'heure et le jour de leur arrivée à l'aller.

vendredi 10 – départ de Montparnasse à 7h30, arrivée à Saint Malo à 10h40.

Retour : dimanche 12 – départ de Saint Malo à 19h17, arrivée à Paris à 22h30.

Repas du midi : à tirer du sac, il sera pris sur le terrain la plupart du temps.

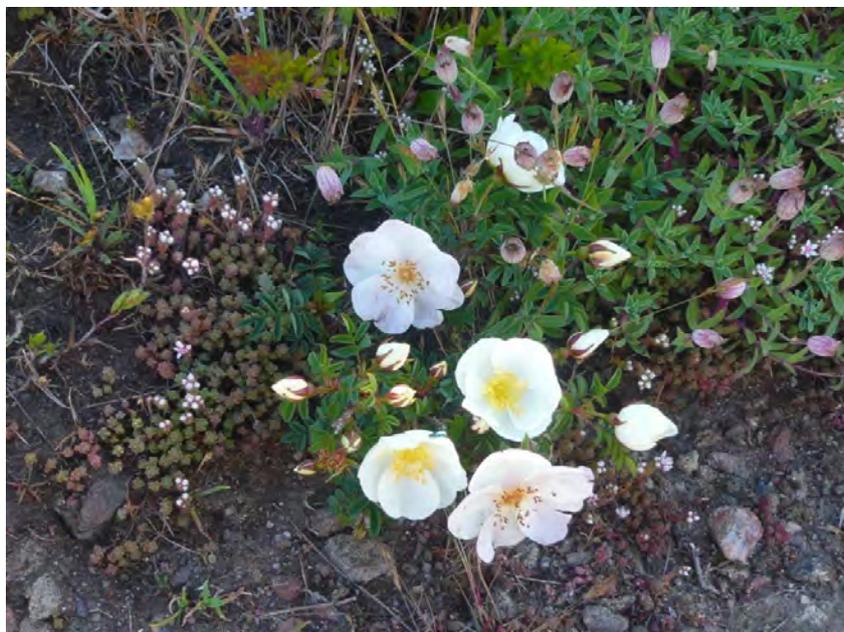


Équipement et matériels à emporter : classique pour ce type de randonnée. Ne pas oublier son maillot de bain et sa crème solaire. Les draps sont fournis par l'A.J. Les bâtons de marche peuvent être utiles sur ce type de sentiers escarpés avec de nombreuses marches.



Inscription : auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir du 11 juin 2010. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 130 € Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le 14 août 2010.

Pour en savoir plus : carte IGN 1/25 000 n° 1116 ET.



Toutes les photos ont été prises sur le circuit en mai 2010.