

	<p>Saison 2013</p>	<p>CAF Ile de France Randonnée Pédestre Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com</p>
--	--------------------	--

Fiche-programme de la sortie de Randonnée 13-RW25
Du 23 au 24 mars 2013

Nom et coordonnées des encadrants :	Programme prévisionnel
<p>Laurent et Agnès METIVIER E-mail : laurent.metivier@sncf.fr tel dom :01 60 46 44 12 portable :06 17 32 29 65</p>	<p style="text-align: center;">De Dol de Bretagne à Saint Malo</p>

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants ;8

Cartes : 1/100 000 Rennes Granville et topo GR côte d'Emeraude



Saint Malo

Caractéristiques du parcours programmé :

Niveau technique ; - itinéraire sur sentiers , plages et petites routes .

Niveau Physique : moyen port du sac a dos les deux jours avec totalité des affaires prises au départ de Paris

Rythme d'ascension requis :

Distance : jour 1 environ 25 km jour 2 25 km Allure 4,5km/h

Voyage : train billet à prendre par les participants – aller :Paris Dol de Bretagne via Rennes – retour : Saint Malo -Paris

Rendez-vous sur place: Gare de Dol de Bretagne à l'arrivée du train de Rennes à 9h

Nécessité de passer la nuit à Rennes

Retour prévu à Paris en TGV départ de Saint Malo à 19H10

(Horaires à vérifier après le début du service)

Cout prévisionnel à régler à l'inscription 60 €, comprenant demi-pension en auberge de jeunesse, frais administratifs et d'organisation, transport éventuel sur place

Réunion préparatoire : contacter téléphoniquement (ou par mail) l'organisateur au plus tard la semaine précédant le départ

Conditions d'hébergement : Auberge de jeunes

Matériel : un drap sac pour le gîte.

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF

ITINERAIRE

Samedi : Dol de Bretagne – Hirel – Saint Benoit des Ondes – Cancale – Port Picain

Dimanche : Port Picain – La Guimorais – Rotheneuf – saint Malo (suivant le temps et la vitesse du groupe on coupera pour éviter la pointe du Grouin qui allonge le parcours)

Cet itinéraire est susceptible d'être modifié selon la météo, les conditions du terrain e et le niveau physique des participants.