



**GR 34: De la Paimpolaise
au Granit Rose.**

14- RW 47

**Mercredi 30 avril – Dimanche 4 mai 2014
(départ le mardi après-midi 29 avril)**

Organisateur :

Dominique Renaut : 06 14 74 06 99



Description: Cela vous dit en ce début de printemps quelques jours d'air salé, de grand vent peut-être, mais surtout de paysages marins envoutants et changeants avec la marée? Ce sera en suivant le GR 34 le long du littoral des Côtes du Nord. Nous partirons de la Pointe de Minard au nord-ouest de Saint Briec pour suivre les côtes de la région de Paimpol, du Trégor, puis du Granit Rose pour terminer à Perros-Guirec.

Cette belle aventure maritime nous fera découvrir quelques éperons rocheux partis à l'assaut de la mer tels la Pointe de l'Arcouest, le Sillon de Talbert, la Pointe du Château....des rias profondes où se nichent de petits ports: Lézardrieux, Tréguier etc. Enfin, cerise sur le gâteau, nous irons flâner quelques heures à l'île de Bréhat. Un saut de puce en bateau nous y mènera depuis la Pointe de l'Arcouest.

Nous prendrons notre temps pour profiter des paysages changeant au rythme des marées qui sont ici parmi les plus fortes du monde. Naturellement, la cuisine bretonne sera également au rendez-vous. De quoi nous assurer un vrai dépaysement dans la bonne humeur.

Niveau Moyen : pas de difficultés spécifiques et nous avons volontairement limité certaines étapes pour profiter de ces cadeaux de la nature. Ceci nous a amené à prévoir quelques transferts en taxi ou en bateau! Toutefois, en ce bord de mer granitique nous devons tenir compte des creux et des bosses aux abords de falaises et d'un sol parfois rugueux.

Accord obligatoire préalable à l'inscription : contact : Dominique Renaut : 06 14 74 06 99.

Budget, Inscription, Participants :

Coût global, hors transport train, de l'ordre de 300 Euros. Ce coût est plus élevé que ce que nous aurions souhaité mais l'absence de gîtes d'étapes nous oblige trois soirs à dormir en hôtel (Heureusement les coûts de transport train en Prem's sont peu élevés.) Sont inclus les frais administratifs du CAF, les transports locaux, la nuit du mardi soir à Saint Briec et le petit déjeuner du mercredi matin puis l'hébergement en ½ Pension. Les repas du midi sont tirés du sac; possibilité de ravitaillement tous les jours (mais prévoir au minimum le pique-nique du premier jour). Versement de 300 Euros à l'inscription, régularisation éventuelle à la fin de la randonnée.

Ce coût n'inclut pas le transport train A/R Paris, à la charge de chacun, les boissons et les pique-nique du midi.

Participants : 10 participants, organisateur inclus.

Transport: Train à la charge de chacun (prix : aller/retour: de l'ordre de 50 €, en Prem's (Prix indicatifs à fin décembre 2013)

Aller/ Paris – St Briec le mardi 29 avril 2014: deux possibilités:

- Paris-Saint-Briec TGV N° 8617. Dép: 14h08, arr.17h08 (prem's: 20€); laisse du temps pour visiter St Briec.
- Paris-Saint-Briec TGV N°8643. Dép: 17h08, arr.20h12 (prem's: 20€)

Retour: Lannion Paris le dimanche 4 mai 2014.

- Lannion Paris TGV N°8696. Dép: 19h18, arr.23h11 (prem's: 25€)

Quel que soit votre choix, rendez-vous au plus tard à 21h30 à l'Auberge de Jeunesse de St-Briec. (Voir ci-dessous. J'arriverai par le 1^{er} train pour l'enregistrement du Groupe, reconnaître les lieux et l'accès à l'Auberge)

Nota: ces informations sont celles qui figurent actuellement sur le site SNCF, horaires d'Hiver. Au cas où les horaires d'été seraient modifiés, ce sera signalé par modification de la fiche technique.

Itinéraire prévu : *(Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions météorologiques) :*

- **Nuit du mardi 29 avril: Saint Briec: Auberge de Jeunesse – rue de la Ville Guyomard 22000 Saint Briec tél:02 96 78 70 700 – rendez-vous à 21 h30 (Ce qui n'empêche pas d'arriver plus tôt; réservation Club Alpin Paris (réf: 6911/0414/220).**

- **Mercredi 30 avril: Pointe de Minard – Ploubalzanec/ Launay**

Tranfert à 8h30 de l'Auberge de Jeunesse à la Pointe de Minard où commence notre randonnée sur le GR 34. Pointe de Minard puis, pour notre mise en forme, une succession de Pointes: Pointe de Plouézec, de Kerarzac, de Guiben – Paimpol que nous prendrons le temps de visiter – Porz Even – Ploubalzanec/Launay.

Hôtel Le Relais de Launay: 02 96 55 84 16 – 23 km.

Jeudi 1^{er} mai: Visite de Bréhat puis Pointe de l'Arcoest - Lézardrieux.

Cette belle journée commence par un petit voyage en mer. A deux km de l'hôtel nous rejoignons l'embarcadère des vedettes pour Bréhat. (Vedette: aller 8h15-vedette retour 14h) Sur l'île nous nous donnons quelques heures de visite libre au gré de chacun. Regroupement à 13 h pour pique-nique et retour à l'embarcadère. De retour à l'Arcoest vers 14h15, nous reprenons plein ouest le GR 34: Anse de Gouvern - Loguivy – puis, de là, deux sites à découvrir: La Roche aux Oiseaux et une allée Couverte - Nous abordons l'estuaire du Trieux où se situe notre point de chute:

**Lézardrieux: Hôtel Le Littoral: 02 96 20 10 59 – ½ heure en mer A/R
+6 km sur Bréhat + 18 km sur GR 34 soit 24 km.**

Vendredi 2 mai: Lézardrieux – Kermagen/Pleubian.

Nous voici encore devant une étape assez courte mais marquée par le passage auprès du Sillon de Talbert, une originalité de la nature qui a fait l'objet d'un classement (**Réserve naturelle régionale du Sillon de Talbert**). *Le sillon de Talbert est un cordon de 3,2 km de galets et de sable, atteignant jusqu'à une largeur de 35 m et s'avancant dans la [Manche](#). Il est situé entre les débouchés de deux rivières, le [Trieux](#) et le [Jaudy](#) dont l'action des courants, combinée à*

celle de la [marée](#), a favorisé sa création. Cette structure écopaysagère particulière est à la fois un site d'intérêt écologique et une [curiosité géologique](#).....)

Lézardrieux- Kermouster – Lanros – Sillon de Talbert où nous prendrons le temps de flâner – Le Quebo - **Kermagen, plage de Pleubian.**

Gîte d'étape de Kermagen-Pleubian: 02 96 22 92 02 ou 06 82 17 88 88 – 23 km.

Samedi 3 mai: Tréguier – La Pointe du Château - Port Blanc

Nous commencerons la journée par un transfert en taxi (12km) du Gîte à Tréguier, capitale du Trégor, ville très ancienne blottie au fond de la ria du Jaudy. (*Sa cathédrale, ses ruelles et ses maisons à pans de bois constituent le charme de cette ancienne cité épiscopale.*) Nous prendrons le temps de visiter avant de reprendre le GR 34 vers le nord pour atteindre **La Pointe du Château, point fort de la journée** (*laissons parler d'autres: c'est le royaume du chou marin mais surtout de la démesure. Comme sortis de terre par la volonté de quelque géant, les massifs granitiques émergent comme des cathédrales sur une côte qui paraît souvent désertique*)

Des îles au large sont peuplées d'oiseaux... A deux pas le site réputé de Castel-Meur et la Maison du Littoral mériteront bien également un petit stop.

Nous sommes ici au point le plus septentrional de la Bretagne. Nous voici basculons donc vers le sud-ouest: Anse de Gouvermel – Buguéles - **Port Blanc.**

Grand Hôtel du Port Blanc: 02 96 62 66 52- 26 km.

Dimanche 4 mai: Port-Blanc – Perros-Guirec - Lannion.

Pour notre dernière journée nous allons rejoindre Perros-Guirec et effleurer la côte de Granit Rose en poursuivant dans Perros-Guirec jusqu'à la pointe du Château et la plage de Trestrignel. Avec un peu de chance nous aurons au loin un aperçu de la réserve naturelle des Sept Iles. Port-Blanc – Trestel – Nanthouar – Pont-ar-Sauz - Perros-Guirec: le port, l'église du 12^{ème} siècle, la Pointe du Château, la plage de Trestrignel. **19/20 km.**

C'est de Perros-Guirec que vers 18h des taxis nous mèneront en Gare de Lannion.

Fin de la randonnée.

Cartographie IGN 1/25.000 : - Lannion/Perros-Guirec: 0714 OT-

Paimpol/Tréguier/Bréhat: 0814 OT - Top 100 au 1 /100 000: N°114: Saint-Brieuc.

Equipement : *Habituel au randonneur en terrain accidenté : bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram, en bon état mais pas neuves (rodées), protection efficace contre la pluie, le froid, le soleil, **bâtons fortement conseillés.** Pharmacie personnelle, rechanges, sac à viande, chaussures légères pour le soir, papiers d'identité, **carte CAF obligatoire.** Prévoir les casse-croûte du midi, possibilité de ravitaillement tous les jours (prévoir au minimum le pique-nique du premier jour). Il est bon d'avoir avec soi des barres énergétiques. Capacité eau minimum 1 litre*