

Code : 16-RW32

Niveau : M

Organisateur : Jean-Philippe DESPONGES

Vous pouvez m'envoyer un courriel via le [kifaikoi](#) sur le site web

Nombre de participants à la sortie (organisateur compris) : 10

En tongs et en Stand Up Paddle à Saint-Malo



Expédition 50^{ème} anniv en Stand Up Paddle à St Malo le 27 juin 2015 – Merci à Stéphane J (photo FLP)

Week-end du 25 et 26 juin 2016

Destination pour ce week-end la Côte d'Emeraude avec une nouvelle édition de l'activité à succès Stand Up Paddle (SUP) sur le magnifique site de l'anse de Rothéneuf accompagnée d'une randonnée avec une traversée inédite de la Rance pour Dinard, tel sera notre programme.

Transport

Aller vendredi 24 juin :

TGV de Paris Montparnasse à 17h08 pour Rennes arrivée à 19h14. Correspondance par TER départ à 19h30 pour une arrivée à Saint-Malo à 20h22. RV à l'arrivée.

Retour dimanche 26 juin :

TGV de Saint Malo à 19h10 pour une arrivée à 22h19 à Paris Montparnasse.

Info pratique : vous pouvez utiliser vos chèques vacances comme paiement de vos billets SNCF.

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

Hébergement / Restauration :

- Hébergement pour deux nuits en Auberge de jeunesse à Saint-Malo avec petits déjeuners en chambres de deux. **Possibilité de mixité dans les chambres selon la composition du groupe.** Draps et couverture fournis par l'hébergement.
- Les repas des midi sont à votre charge.
- Le repas du samedi soir (non compris) sera pris dans un établissement de Saint-Malo.
- Prévoir un repas tiré du sac le vendredi soir dans le train.

Programme du Week-end :

Samedi 25 juin : Activité « Stand Up Paddle »



Préparation séance SUP (juin 2015 – photo David V)

Après un bon petit déjeuner, nous partirons destination l'Anse du Lupin (Rothéneuf) où une activité de Stand Up Paddle nous attend pour une séance découverte avec encadrement par un professionnel (prestation 35€ - combinaison fournie). Pique-nique sur la plage puis retour sur Saint-Malo.

Distance 10 km environ.

Conditions de participation pour la pratique du Stand Up Paddle (SUP) :

Savoir nager en eau profonde et pas de contre-indications médicales.

Dimanche 26 juin : St Malo – barrage de la Rance – Dinard – St Malo

Notre randonnée débutera au pied des Remparts de Saint Malo, Porte de Dinan ou nous suivrons le GR dans son intégralité jusqu'à Dinard en traversant le barrage de la Rance par la digue piétonne. Retour par traversée maritime en bus de mer (billet compris) pour Saint Malo puis dégustation de crêpes (non comprises) sur les remparts de la cité corsaire avant le retour sur Paris.



Vue aérienne de la Rance

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

Distance 15 km environ.

Equipement et matériels à emporter :

Protections efficaces contre la pluie et le vent pour la randonnée pédestre. Bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves) et chaussures légères pour le soir. **Chausson adapté anti glisse pour le Stand Up Paddle**. Maillot + serviette de bain. Gourde pour l'eau, barres énergétiques. Affaires de toilette et de rechange (**tenue présentable + chaussures légères pour le soir au restaurant**), serviette de toilette, pharmacie personnelle. Carte CAF + papiers d'identité.

Pour en savoir plus : Carte topographique IGN Top 25 1/25 000 n° 1116 ET Saint-Malo / Dinard / Dinan

Inscription :

- **Modalités :** ouverture et enregistrement dès la parution de cette fiche **après demande d'accord de l'organisateur**. Paiement en ligne direct sur le site internet du CAF Ile-de-France ou auprès du secrétariat en imprimant le bulletin d'inscription accompagné de votre paiement (**les chèques vacances sont acceptés**). Les bulletins remplis mais non accompagnés d'un paiement ne seront pas pris en compte.
- **Date de validation des inscriptions :** mardi 8 mars 2016, confirmation de celles-ci selon les [règles de priorité d'inscription du Club](#) et dans la limite des places disponibles.
- Vous pouvez contracter une assurance annulation facultative en option lors de votre inscription pour un montant de 3,6% du coût du WE (uniquement pour une inscription au minimum 30 jours avant le départ). Celle-ci jouera lorsque vous n'êtes pas remplacé suite à annulation pour motifs sérieux. Se renseigner auprès du secrétariat du CAF ou pendant la procédure d'inscription en ligne.

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, de cohésion du groupe ainsi que des conditions de météo. L'activité SUP étant tributaire des conditions météorologiques locales, celle-ci peut être soumise à annulation de la part du prestataire de service. Dans ce cas, un programme de remplacement sera proposé pour la journée du samedi.

Coût prévisionnel : **110€**

Comprenant : l'hébergement pour 2 nuits en AJ avec petits déjeuners, l'encadrement par un professionnel pour l'activité SUP (35€), la traversée maritime en bus de mer, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais d'organisation (correspondance, téléphone, cartographie, transport local, hébergement) mais **ne comprenant pas :** les repas du vendredi et samedi soir, les repas des deux midis, les en-cas et boissons diverses, la dégustation de crêpes et les transports SNCF A/R.

A bientôt, Jean-Philippe.



Equipe SUP 1 édition juin 2015 (photo David V)

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C