

## Suisse Normande 3 jours, 3 niveaux

Du samedi 15 avril au lundi 17 avril 2017

**Niveau : Facile / Moyen+ / Soutenu**

Nombre de personnes : 31 organisateurs compris

Date de validation des inscriptions : 2 février 2017

Venez découvrir la Suisse normande, toit de la Normandie, une région à cheval sur le Calvados et l'Orne. Elle doit son nom à son relief accidenté et verdoyant, avec des gorges sculptées par les rivières. Au programme : crêtes et vallées encaissées, escarpements rocheux, méandres de l'Orne mais aussi ruisseaux ombragés et charmants villages.

Chaque jour, 3 randonnées différentes vous seront proposées, avec la possibilité de changer de niveau tous les jours.



### PROGRAMME

Rendez-vous **vendredi à 19h42 à la gare de Flers**, à l'arrivée du train. Un car privé nous emmènera au gîte de Bréel situé à 17 km.

Prévoyez de dîner dans le train, mais vous pouvez aussi amener de quoi dîner au gîte où il y a une cuisine professionnelle.

#### **Samedi 15 avril**

**Samedi : Moyen + avec Hélène B**  
**22 km, +600 m -600 m, avec quelques pentes raides.**

Dépose en car à Clécy. Parcours au cœur de la Suisse Normande : Le Pain de Sucre (171 m, un des points culminants de la région) les Rochers du Parc (magnifiques points de vue), boucles de l'Orne, Rochers de Brisevieille, vallon de la Hère, Pont D'Ouilly.  
Retour en car jusqu'au gîte.

**Samedi : Facile avec Martine C**  
**16 km ; + 400 m**

Dépose en car à Clécy, en pleine Suisse normande. Deux boucles avec retour à Clécy. Possibilité de déjeuner au village à midi. Le Pain de Sucre, point culminant de la région, beaux points de vue sur le méandre de l'Orne.

**Samedi : Soutenu avec Xavier L**  
**31 km et 800m de dénivelé, quelques passages raides.**

Dépose en car à Thury-Harcourt traversée de la tranchée du Hom en découvrant la Suisse normande, son relief accidenté et verdoyant, ses gorges sculptées par l'Orne et ses affluents. Le chemin panoramique nous permet d'admirer la boucle de la rivière jusqu'à Val Québert ensuite remontée via la Colline d'Enfer et le bocage normand jusqu'à Saint Martin de Sallen, le Pont-Roche et on retrouve l'Orne à Taillis, village de Clécy, la Lande, la Courbe pour arriver à Pont D'Ouille. Retour en car jusqu'au gîte.

**Dimanche 16 avril****Dimanche : Moyen + avec Hélène B**  
**21,5 km +400 m, -400 m, quelques raidillons.**

Boucle à partir du gîte de Bréel, encore une belle randonnée au caractère sauvage passant par le site naturel classé des Roches d'Oëtre situées à 2 km du gîte, les méandres de l'Orne, la Forêt-Auvray.

**Dimanche : Facile avec Martine C**  
**16 km ; + 300 m**

Boucle à partir du gîte de Bréel, grand tour du site remarquable des Roches d'Oëtre.

**Dimanche : Soutenu avec Xavier L**  
**24 km et 600m de dénivelé, quelques passages raides.**

Départ du gîte pour la Roche d'Oëtre et son précipice de 118 mètres. panorama grandiose, on file sur Saint Philbert sur Orne, Rouvrou, on longe la Rouvre sinueuse Mesnil Villement, Ménil Hermei, Forêt Auvray, le Souquet pour revenir à Bréel.

**Lundi 17 avril****Lundi : Moyen+ avec Hélène B**  
**21 km + 500m, -450 m, encore quelques pentes raides.**

Dépose en car à Rouvrou. Circuit vallonné et boisé : Boucle de la Rouvre (rivière protégée), joli village de Menil-Hubert sur Orne, puis Vallée encaissée du Noireau par Berjou, Pont Erembourg, Condé sur Noireau, où nous prenons un bus de ligne pour Flers.

**Lundi : Facile avec Martine C**  
**16 km ; + 250 m**

Dépose en car à Pont d'Ouille, puis randonnée avec les sacs pleins le long du Noireau jusqu'à Condé sur Noireau. Là, nous prendrons un bus de ligne pour Flers.

**Lundi : Moyen + avec Xavier L**  
**18 km et 500m de dénivelé, quelques passages raides .**

Dépose en car à Pont D'Ouille, on quitte l'Orne pour le Noireau via Fourneaux, le Canet, Cambercourt, Berjou, Pont Erembourg, Saint Pierre du Regard puis Condé Sur Noireau. Bus de ligne pour Flers.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les organisateurs se réservent 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 : 160 €** comprenant 3 nuitées (vendredi, samedi, dimanche), 3 petits déjeuners (samedi, dimanche, lundi), 2 dîners (samedi, dimanche), les frais administratifs du CAF, les frais de car sur place, les frais d'organisation (train, courrier, téléphone, cartes, etc...), mais ne comprenant pas les pique-niques, les dîners de vendredi soir et de lundi soir, les en-cas et boissons diverses, ni les transports SNCF et le bus de ligne de retour sur Flers.

## RENSEIGNEMENTS

**Niveau technique ▲** : Itinéraire montagnard facile, certains passages peuvent être raides.

**Niveau physique** : voir les niveaux facile / moyen+ et soutenu sur <https://www.clubalpin-idf.com/randonnee#niveau>

### **Horaires de train** :

Aller :

Vendredi 14 avril départ 17h11 Paris Montparnasse 3 Vaugirard , arrivée Flers 19h42

Retour :

Lundi 17 avril départ Flers 19h39, arrivée Paris Montparnasse 3 Vaugirard 22h05

**Repas du midi** : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

### **Hébergement et restauration** :

Gîte de groupe confortable, chambres de 5 lits individuels avec couvertures (prendre son drap sac).

Voir <http://www.roche-doetre.fr/?Gite-de-Bree>

Les dîners de samedi et dimanche et les petits déjeuners de dimanche et lundi seront fournis par un traiteur local. Les organisateurs apporteront de quoi préparer le petit déjeuner de samedi matin.

Prévoir vos 3 pique-niques, on pourra les stocker au gîte. Possibilité de complément suivant les jours et les passages, à Thury-Harcourt, Clécy, Pont d'Oully, Menil-Hubert, Berjou. Aucun ravitaillement possible dimanche.

### **Équipement et matériels à emporter** :

Habituel du randonneur : bonnes chaussures crantées, prévoir pour la pluie, le soleil, le froid. Bâtons de marche si vous en avez l'habitude.

Vêtements de rechange et chaussures légères pour le soir, gourdes, affaires de toilette et serviette, drap sac, pharmacie personnelle, bouchons d'oreille, lampe frontale, sifflet.

**Nous restons au gîte 3 nuits, mais nous aurons tout notre matériel le dernier jour.**

**Inscription** : en ligne ou auprès du secrétariat du CAF Ile de France dès la parution de la fiche technique, date de validation des inscriptions à partir du **jeudi 2 février 2017** selon la règle définies par le Club si la demande est supérieure aux places disponibles ce jour-là. L'inscription n'est effective qu'après le versement de **160 €** . Il existe une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription et se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements.

**Pour en savoir plus** : carte IGN 1/25 000 n° 1514E

