

Cancale'y aller autant bivouaquer !

du samedi 7 août 2021 au dimanche 8 août 2021

Organisateurs : Solène Roux, Guillaume Humeau	Niveau : Moyen+ ▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 8	Bivouac

De St Méloir jusqu'à la cité corsaire de St Malo nous parcourons la magnifique Côte d'Emeraude, le temps d'un week-end.

Rando camping en autonomie sur cette côte Bretonne.

Niveau et esprit

Cette sortie conviviale s'adresse à des randonneurs adeptes de la randonnée camping itinérante en autonomie. La difficulté réside principalement dans le portage du matériel, nous évoluerons à un rythme moyen +.



Participation aux frais

0 €

N'incluant pas : le bus, les repas, en-cas et boissons, le train Paris-St Malo.

Attention prévoir au minimum 5euros en liquide pour le bus.

Transport

Aller : Départ samedi 7 août 2021 à 7h03 de Paris-Montparnasse. Arrivée à 10h25 à Saint Malo.

Retour : Départ dimanche 8 août 2021 à 18h59 de Saint Malo. Arrivée à Paris Montparnasse à 21h49.

Hébergement et repas

Hébergement en bivouac.

Tous les repas sont tirés du sac (favoriser des aliments ayant un bon ratio énergie/poids: aliments lyophilisés, fruits secs...).

Programme



**J1 : Saint Méloir-des-Ondes > Pointe du Nid. 21km
+550m -630m en 5h de marche effective.**

Depuis Saint Malo, nous prendrons un bus jusqu'à Saint Méloir-des-Ondes. De là nous rejoindrons le sentier côtier et évoluerons le long des falaises. Nous traverserons la jolie ville portuaire de Cancale avant de rejoindre la pointe du Grouin situé en face de l'île des Landes, classée réserve ornithologique. Par temps clair il est possible de voir le Mont Saint Michel depuis cette pointe. Nous prolongerons encore un peu cette randonnée côtière jusqu'à notre point de bivouac.

J2 : Pointe du Nid > Saint Malo. 30km +540m -570m en 8h de marche effective.

Nous continuerons notre randonnée le long du GR34, entre plages et falaises jusqu'à la cité corsaire de Saint Malo.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.
- Carte bancaire internationale ou espèces.

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Poche à eau à tuyau de 2 litres.

Alimentation

- L'ensemble des repas pour le week-end, eau pour la première journée.
- Couteau suisse, cuillère.

Hygiène

- Savon, brosse à dents, petite serviette, mouchoir, papier toilette.

Vêtements

- Chaussettes et sous-vêtements

- Chemisette ou tee-shirt pantalon et éventuellement short
- Chapeau ou casquette.
- Maillot de bain.
- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant.
- Surpantalon de pluie, guêtres "stop tout".
- Housse de pluie du sac à dos.

Sécurité

- Pharmacie, pastilles pour purifier l'eau.
- Sifflet, couverture de survie.
- Téléphone mobile et chargeur.
- Crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

Nuitées

- Drap-sac, bouchons d'oreille.
- Duvet, matelas.
- Tente légère de randonnée.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en

ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne.

Les places seront attribuées à partir du **mardi 13 juillet 2021** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.