

Bivouac en rose à Pâques

du samedi 16 avril 2022 au mardi 19 avril 2022

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

4 jours d'itinérance en bivouac sur la côte de granit rose entre Paimpol et Tréguier avec une exploration de l'île de Bréhat.

Des îlots, des fleurs, une réserve, des oiseaux, des rochers roses, du beau temps* et même un tour en bateau!

*information non garantie, les organisateurs ne seront pas tenus responsables en cas de mauvais temps !

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

38 €

Incluant : le bateau aller-retour pour l'île de Bréhat, le bus retour pour Lannion, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF et les frais d'organisation (cartes).

N'incluant pas : l'ensemble des repas (petit déjeuner, déjeuner, diner), les boissons et en-cas divers, le transport depuis Paris.

Transport

Aller : Départ samedi 16 avril à 07h33 de PARIS GARE MONTPARNASSE. **RV à l'entrée du quai à 07h15.**
Arrivée à 11h40 à PAIMPOL.

Retour : Départ mardi 19 avril à 19h32 de LANNION. Arrivée à 23h06 à PARIS GARE MONTPARNASSE.

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...). Attention, certaines étapes nécessitent de porter l'eau pour une bonne partie de la journée, prévoir des récipients adaptés au portage de 3l d'eau.

Programme

J1 : Paimpol > L'Arcouest. 17 km en 4h30 de marche effective.

A peine arrivés à la gare de Paimpol à 11h40, nous prendrons la direction de la pointe de Guilben où nous pourrons nous restaurer après cette première matinée bien éprouvante. Le ventre plein et les sacs un peu plus légers, nous contournerons l'anse de Paimpol en direction de la pointe de la Trinité puis de la pointe

de l'Arcouest où nous observerons notre destination du lendemain : l'île de Bréhat. Nous mettrons alors le cap à l'ouest pour trouver notre premier lieu de bivouac.

J2 : Tour de l'île de Bréhat. 18 km en 5h de marche effective.

Après avoir profité du levée de soleil, nous reviendrons un peu sur nos pas de la veille pour retrouver l'Arcouest où nous embarquerons pour nos aventures florales. C'est donc sur l'île de Bréhat, dite l'île aux fleurs, dont nous ferons le tour que se passera notre deuxième journée. Une fois ce périple effectué, nous irons bivouaquer à l'ouest de l'Arcouest.

J3 : L'Arcouest > Laneros. 28 km en 7h de marche effective.

En ce lundi de Pâques, nous ne chasserons pas les œufs mais les balises (pas seulement le balisage) pour remonter Le Trieux jusqu'à Lézardrieux. Nous suivrons de nouveau ces balises à quelques centaines de mètres de notre chemin de l'aller pour retrouver l'embouchure du Trieux sur l'autre rive. Nous poursuivrons alors notre périple plus au nord vers Laneros et ses nombreux parcs à huitres.

J4 : Laneros > Tréguier. 25 km en 6h de marche effective.

Voilà le dernier jour et cette journée à peine commencée nous atteindrons le point le plus septentrional de notre escapade avec une vue sur le Sillon de Talbert et sa réserve naturelle. Nous remettrons ensuite le cap à l'ouest pour atteindre l'embouchure du Jaudy que nous remonterons jusqu'à Tréguier. Là nous attendra notre bus de retour direction Lannion où se terminera définitivement notre séjour pascal.

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 et espèces (prévoir au moins 30€).

Marche et portage

- Chaussures avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- De quoi porter jusqu'à 3 litres d'eau.

Alimentation

- L'ensemble des repas pour les 4 jours.
- Couteau suisse, cuillère.

Hygiène

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

Vêtements

- Chaussettes et sous-vêtements
- Chemisette ou tee-shirt

- Pantalon ou short
- Chapeau ou casquette.
- Maillot de bain.
- Polaire, veste imperméable et respirant.
- Surpantalon de pluie, guêtres "stop tout" en fonction des conditions météorologiques.
- Housse de pluie du sac à dos.

Sécurité

- Pharmacie.
- Sifflet, couverture de survie.
- Téléphone mobile et chargeur.
- Crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

Nuitées

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

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions sur le matériel mais n'oubliez pas que le poids est l'ennemi du randonneur (sans rogner sur la sécurité).

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de présenter son pass sanitaire au transporteur (terrestre ou aérien) et aux différents prestataires (hébergements, restaurants,...) qui sont susceptibles de le demander à tout moment.

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 vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **mercredi 2 mars 2022** 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.