

« LA CÔTE D'ARGENT » (RANDONNÉE-CAMPING)

DE L'ESTUAIRE DE LA GIRONDE À L'ADOUR PAR LES PLAGES DE L'ATLANTIQUE ET LES ÉTANGS

16 jours du samedi 31 août au dimanche 15 septembre 2024 - Itinérant niveau M+

Organisateur : Pascal BAUD, tél. 06 80 35 51 42 (Contact : voir rubrique « [KiFaiKoi](#) » sur le site du Club)

Depuis la Pointe de Grave, ce grand itinéraire nous fera randonner le long des plages immenses de l'Atlantique et parcourir les rives des étangs du Médoc et des Landes de Gascogne pour une arrivée à Bayonne aux portes du Pays Basque.



Sur les rives de l'étang d'Hourtin-Carcans

Niveau requis : moyen+ (voir [définitions](#) sur le site du CAF-IdF), pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 8 heures effectives de marche par jour sur des sentiers (souvent sablonneux) et sur la plage et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, participation à la recherche d'un terrain adapté, intempéries, froid nocturne...). Si vous êtes à la recherche de sérénité et de quiétude c'est la randonnée qu'il vous faut. Environ **345 km** au total ; pas de dénivelées significatives.

Nuitées : prévues en bivouac et quelques fois en campings officiels. Toutefois, en cas d'intempéries ou d'aléas nous envisagerons des solutions de repli en gîtes, hôtels.

Baignades : les plages de l'Atlantique étant réputées dangereuses en raison de forts courants ([baïnes](#)), il n'est pas prévu de s'y baigner, les participants s'engagent à ne pas contrevenir à cette consigne.

Description du parcours : (à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et la météorologie)

La découpe précise des étapes n'est pas figée et dépend des lieux sauvages qui accueilleront nos campements.

Jour 1 Samedi 31 août 16 km environ
Rassemblement du groupe à la gare du Verdon-sur-Mer, d'où nous partons en direction du phare St-Nicolas pour notre premier pique-nique ; au loin, le Phare de Cordouan veille sur l'estuaire de la Gironde et la Pointe de Grave ; Soulac-sur-Mer, l'Amélie ; recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre premier campement.

Jours 2-3-4-5-6 Dimanche 1^{er} au jeudi 5 septembre 20 à 24 km/jour
Départ par la plage pour le Pin Sec, Montalivet-les-Bains et Hourtin-Plage, puis les rives de l'étang de Hourtin-Carcans, la Gracieuse, Bombannes, Maubuisson, Étang de Cousseau, le Moutchic, Lacanau-Océan, le Lion, le Porge-océan, le Grand Crohot, le Truc Vert. Nuitées en bivouac ou camping.

Jour 7

Vendredi 6 septembre

22 km environ

Arrivée sur le Bassin d'Arcachon et le Cap Ferret au lieu-dit Le Canon, l'Herbe, la Villa Algérienne ; à Bélisaire, embarquement en bateau pour Arcachon. Montée au [belvédère](#) pour la vue sur le Bassin. Restaurant éventuel. L'après-midi nous repartons pour Pyla-sur-Mer ; recherche d'un lieu de bivouac.



Jours 8-9-10-11

Samedi 7 au mardi 10 septembre

20 à 24 km/jour

Ascension de la Dune du Pilat (alt. 104 m env.), d'où nous pourrions malheureusement constater l'ampleur de l'incendie de 2022 ; au niveau du wharf de la Salie nous irons rejoindre les rives de l'étang de Cazaux-Sanguinet, les Hautes Rives, Port Maguide, Biscarrosse et son étang, célèbre pour son ancienne base d'hydravation, que nous contournerons par l'est, car le Centre d'essai des Landes ne nous permet pas de longer la côte, jusqu'à Parentis-en-Born, étang d'Aureilhan, Mimizan. Nuitées en bivouac ou camping.

Jours 12-13-14-15

Mercredi 11 au samedi 14 septembre

20 à 24 km/jour

Mimizan-Plage, Contis les Bains, St-Girons Plage, Étang de Léon, Courant d'Huchet, Vieux-Boucau-les-Bains, Port d'Albret, Soorts-Hossegor et son lac marin, Capbreton. Nuitées en bivouac ou camping.

Jour 16

Dimanche 15 septembre

20 km environ

Labenne-Océan, (possibilité de prendre un TER pour Bayonne si nous sommes en retard), Tarnos, Boucau, Bayonne ; nous sommes arrivés ici aux portes du Pays Basque et au terme de notre voyage. Visite éventuelle de la ville, gare SnCF, dispersion du groupe.

Inscription, coût : dès la diffusion de cette fiche vous pouvez postuler pour une inscription en ligne sur le site internet du CAF Ile-de-France ou à l'accueil du Club. Un règlement de **35 €** vous sera alors demandé pour les frais administratifs. Date de début de validation des inscriptions le vendredi 8 mars selon les [modalités](#) en vigueur et dans la limite des places disponibles. Voir en ligne les [conditions d'annulation et de remboursement](#).

→ Ce prix comprend : uniquement les frais administratifs du CAF-IdF.

→ Ce prix ne comprend pas : les trajets en train pour Le Verdon-sur-Mer et retour depuis Bayonne, la traversée en bateau du Bassin d'Arcachon (9 € en 2023), la nourriture, les repas (facultatifs) aux restaurants, les arrêts bistrots, les hébergements éventuels (campings officiels, gîtes, voire hôtels) et autres frais imprévus.

Pour se rendre sur place : chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris : prévoir aller pour Le Verdon-sur-Mer via Bordeaux et retour depuis Bayonne. La traversée en bateau s'achètera sur place.

Rendez-vous : samedi à la gare du Verdon-sur-Mer à l'arrivée du train.

HORAIRE SNCF au départ de Paris - billets en vente à partir du 13 mars (aller) et du 12 mai (retour)
Attention : aucun horaire n'est encore confirmé par la Sncf à la date de parution de cette fiche technique

Trajet aller : Samedi 31 août
Paris Gare Montparnasse départ 07h04, TGV n° 8503
→ Bordeaux St Jean arrivée 09h14, départ 09h59, TER
→ Le Verdon Sncf arrivée 11h50

Trajet retour : Dimanche 15 septembre
Bayonne départ 16h53, TGV n° 8544 (option : retour en train de nuit,
→ **Paris Gare Montparnasse** arrivée 20h59 s'il est programmé ...)

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos de 45 à 65 litres environ, bonnes chaussures de marche étanches, vêtements contre la **pluie** et le **froid**, guêtres, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse ou (auto)gonflant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 3 litres, gourde filtrante ou pastilles de désinfection de l'eau, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et les coups de soleil, bâtons de marche si vous en avez l'habitude, carte bancaire et de la monnaie pour les menues dépenses.

Nourriture : prévoyez 2 jours de nourriture au départ ; ensuite nous pourrons nous ravitailler au maximum tous les 3 jours, le problème étant plutôt l'eau, d'où les 3 litres de capacité.



En cas d'accident grave : si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club.

Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture,
... et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.