

Un bol d'air en Bretagne

du mercredi 8 mai 2024 au dimanche 12 mai 2024

Organisateur : Claire Bourdoulous	Niveau : Soutenu
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 6	Auberge, hôtels, Abbaye

Le GR34, c'est la star des chemins de Grande Randonnée ! Un itinéraire chargé d'histoires, de sel et d'embruns. Le choucho des Français aussi, qui en ont fait leur « GR préféré » : bienvenue sur *the* Sentier des Douaniers ! Pendant plus de 2000 km, du Mont-Saint-Michel au pont de Saint-Nazaire, il serpente le long du littoral breton. Egrenant tel un petit poucet ses marques en rouge et blanc, il offre à qui vient l'arpenter le souffle du grand large et des vues imprenables sur la mer.

Une mer aux reflets bleus, verts, gris... selon l'heure, la météo ou la saison. Un parcours qui mène de célèbres caps rocheux en plages sauvages.

Je vous propose de parcourir une partie du sentier côtier de Cancale à Sables-D'or-les-Pins en 5 étapes :

- de Cancale à Saint-Malo
- de Saint-Malo à Dinard
- de Dinard à Saint-Jacut-de-la-Mer
- de Saint-Jacut-de-la-Mer à Matignon
- de Matignon à Sables-D'or-les-Pins.

Participation aux frais

375 € ()

Incluant : les transport locaux (bus et taxis), les nuitées à l'auberge avec les petits-déjeuners, les frais d'organisation et les frais de l'organisateur.

N'incluant pas : les transports du participant, le repas de midi pris en pique-nique, les repas du soir du 8, 9 et 11 mai, les en-cas et boissons.

Transport

Si vous souhaitez arriver plus tôt ou tard, me prévenir.

Aller : Départ le Mardi 7 mai à 17h52 ou 18h08 de Paris-Montparnasse pour St Malo

RV à l'entrée de la gare de St Malo pour prendre le taxi pour Cancale.

Retour : Départ dimanche 12 Mai à 19h06 de St Briec pour Paris-Montparnasse

Les billets seront mis à disposition normalement le 24 janvier 2024 sur le site SNCF.

Hébergement et repas

Chambres de 2 lits individuels, draps fournis et petit-déjeuner compris.

Prévoir les pique-niques pour le séjour.

Diners au restaurant le 8, 9 et 11 (non compris). Les restaurants seront réservés.

Programme

J1: Cancale > St Malo. 30km +300m -270m

Nous prendrons la direction du port de Cancale avec ces marchands d'huîtres puis le sentier côtier pour enchaîner les pointes (de la Chaîne, du Chatry, du Grouin, de la Moulière, du Nid, des Grands Nez, du Meinga, de la Varde) pour arriver à la grande plage du Mihinic de St Malo.

J2: Saint-Malo > Dinard > 22km +120m -120m

Nous prendrons la direction de la cité des corsaires, St Malo. Nous ferons le tour de la ville par les remparts.

Nous irons voir les bateaux à la capitainerie, la tour Solidor et le cimetière marin.

Pour nous rendre à Dinard, nous emprunterons le barrage de la rance. Puis nous continuerons le sentier balisé jusqu'à la plage St Enogat en passant par la pointe Moulinet.

Nous visiterons Dinard avec ses nombreuses villas classées datant des années 1900 et 1910, son casino. Elle est considérée comme l'une des stations balnéaires les plus prestigieuses de France.

Puis nous prendrons le bus qui nous amènera à côté de notre Hébergement.

J3 : Dinard > Saint-Jacut-de-la-Mer > 30km +160m -160m

Nous prendrons le bus pour nous rendre à Dinard afin de reprendre le GR34 où nous l'avons laissé la veille qui nous emmènera à l'abbaye de St Jacut-de-la-Mer en passant par les stations balnéaires de St-Lunaire, St Briac, Lancieux.

Nous ne manquerons pas de visiter l'abbaye où nous dormons.

J3 : Saint-Jacut-de-la-Mer à Matignon > 30km +300m -200m

Nous continuerons le sentier côtier et nous y verrons les ruines du château du Guildo et le château du val d'Arguenonet. Puis nous irons jusqu'au manoir de la Chesnaye à Matignon.

J3 : Matignon à Sables-D'or-les-Pins > 30km +300m -300m

Direction le Fort la Latte et le cap Fréhel avec ces falaises hautes de 70 m par le sentier jonchés de bruyères et d'ajonc pour aller aux Sables-D'or-les-Pins connu pour sa grande plage de sable fin et ses dunes où nous finirons notre GR34 cette année.

Un taxi viendra nous chercher pour emmener à St Brieuc.

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

Équipement habituel du randonneur (liste sur demande) : protections efficaces contre la pluie et le froid, chaussures de randonnée, affaires de toilette, pharmacie personnelle, chaussures légères et change pour le soir, bouchons d'oreille, serviette de toilette, maillot de bain, au moins deux pique-niques à cause des jours fériés.

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

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>.

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 **jeudi 4 janvier 2024** 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.