

Encadrant : Philippe DENOUAL	Niveau : M+, T1
Avec accord : Oui	Type : Itinérant avec portage
Effectif maximum : 8 (avec encadrant)	Hébergement : Sous votre tente

Etre douar ha mor e-kichen Ploueskad

Du jeudi 14 au dimanche 17 mai 2026

Randonnée-Camping classique : Entre terre et mer près de Plouescat (Finistère Nord). Nuitées au camping municipal de Poulfoën au plus près de l'eau mais très venteux, nous randonnerons 2 jours avec un sac à la journée.



Photo : Philippe, camping de Poulfoën

NIVEAU et ESPRIT

Moyen + (voir définition sur le site du CAF-IDF). Pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 7 heures de marche par jour et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, intempéries, froid nocturne). Randonnée accessible à des débutants motivés. Environ 70 km en 4 jours, niveau : M+ à cause du portage.

TRANSPORT

Chaque participant (e) est libre de son moyen de transport. Rassemblement du groupe à la gare Morlaix

Aller : Jeudi 14 mai : Paris Montparnasse : 6h42 / Morlaix : 9h54 OUIGO N° 7611

Retour : Dimanche 17 mai:: Morlaix ; 11h48 / Paris-Montparnasse : 15h00 OUIGO N° 7612

Les horaires seront vérifiés à la validation des inscriptions et transmis si changements.

HEBERGEMENT et REPAS

Prévoyez vos repas du jeudi midi au vendredi matin ensuite ravitaillement au jour le jour. Hébergement sous votre tente



Photo : Philippe, poste de garde sur le GR 34

PROGRAMME

Jeudi 14 : 11 km, 30 +/- m

Rassemblement du groupe à la gare SNCF de Morlaix, taxi pour Moguéric, début de la randonnée, Tevenn-Braz, an-Amied, Kerfissien, camping de Poulfoën.

Vendredi 15 : 28 km, +/- 100 m

Départ matinal pour Porz-ar-Streat, Porz-Gwenn, Porz-Meur, Pont-Christ, Kernic, Lochrist, retour vers Plouescat, ravitaillement en nourriture, camping, Fest-Noz et sous la tente et les étoiles.

Samedi 16 : 25 km, +/- 140 M

Départ matinal vers le bourg de Plouescat, moulin et calvaire de Kerzéan, chapelle Saint-Jean, château de Kergonadeac'h, château de Kermenguy, retour à Plouescat, ravitaillement et camping, pas de Fest-Noz ce soir.

Dimanche 17 : 10 km, pas de dénivelés

Départ matinal du camping en taxi vers Morlaix, visite de la ville, train pour Paris et dispersion du groupe.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'encadrant 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 (es) doivent avoir le niveau physique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

EQUIPEMENTS

- **Nuitée** : Tente légère, sac de couchage performant, matelas en mousse ou autogonflant.
- **Papiers** : Carte d'adhésion au CAF-IDF, coordonnées de l'encadrant, CB et espèces, Papiers d'identité.
- **Marche et portage** : Chaussures de marche étanches, bâtons recommandés, sac à dos De 40 à 60 litres, poche à eau ou gourde de 2 litres.
- **Alimentation** : Matériel de cuisine, réchaud.
- **Pluie et froid** : Polaire, coupe-vent imperméable et respirant, surpantalons, guêtres.
- **Sécurité** : Pharmacie personnelle, sifflet, couverture de survie, téléphone portable, Batterie externe, lampe frontale.

INSCRIPTION

Dès la diffusion de cette fiche, vous pouvez postuler pour une inscription en ligne sur le site du CAF-IDF ou auprès du secrétariat en retournant le bulletin d'inscription. Un règlement de **14 €** vous sera demandé. Date de validation le : **Vendredi 09/01/2026** selon Les modalités en vigueur et dans la limite des places disponibles. Voir en ligne les conditions générales de vente.

- Ce prix comprend : Uniquement les frais administratifs du CAF.
- Ce prix ne comprend pas : les trajets A/R en train, les taxis 20€/1, les nuitées en camping 15€/1/jour et tous les repas.

Nota : Chaque participant (e) devra être autonome en matériel et nourriture.

Et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire :

<https://clubalpin-idf.com/kifaikoi/denoual.philippe>

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 au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.



Photo : Philippe, château de Kergonadeac'h