

Printemps breton

du samedi 21 mars 2026 au dimanche 22 mars 2026

Encadrant : [Alain Zürcher](#)

Niveau : **Moyen+ T1** ¹

Avec accord : **Oui**

En étoile

Effectif maximum : **9**

Chambres d'hôtes

Week-end printanier et vivifiant sur la côte et dans les vallons fleuris du Trégor.



En mars, le ciel est souvent bleu avec de rares averses. La côte est agréablement déserte, l'ail des ours embaume les sous-bois.

Dépaysement express en TGV direct Paris-Lannion, le temps quand même de déguster kouign amann, far, pain et galettes maison, dans les chambres d'hôtes tenues par l'organisateur et sa femme.

(1) voir [ici](#) les définitions des niveaux physique et technique.



Niveau et esprit

Nous marcherons chaque jour environ **25 km** à une allure moyenne de 4 à **4,5 km/h**. Vous devez être entraînés à marcher ces distances à ce rythme, sur des sentiers pouvant être étroits, rocheux ou humides, enchaînant parfois de courtes montées et descentes.

Participation aux frais

125 €

Incluant : les nuitées avec petit déjeuner de vendredi et samedi, le dîner de samedi, les transports locaux et la contribution aux frais de fonctionnement du CAF.

N'incluant pas : le transport jusqu'à Lannion, les repas de midi pris en pique-nique.

Transport

Ouverture des ventes SNCF le **12 novembre**.

Aller TGV direct : Paris Montparnasse **vendredi 20 à 18h** > Lannion 21h10. Avoir dîné dans le train.

Rendez-vous à l'arrivée, d'où nous rejoindrons la maison à pied en 15 minutes.

Retour TGV : Lannion dimanche 22 à 17h34 > Paris Montparnasse 21h16 (1 changement), ou **direct** : 18h55 > 22h08.

Hébergement et repas

Chambres d'hôtes dominant le centre de Lannion. Quatre chambres, lits simples non superposés, literie neuve et ferme. Linge de lit (couettes) et serviette fournis. À partager : deux WC séparés, une salle d'eau

avec douche et WC, une salle de bains avec deux lavabos, douche, baignoire avec douche.

Les **déjeuners** sont pris en pique-nique préparés et portés par vos soins. Supermarché ouvert tard samedi soir, boulangerie ouverte tôt dimanche matin. Un réfrigérateur est à votre disposition pour y conserver vos produits frais.

Dîner du samedi en table d'hôtes : menu unique, boissons comprises, à base de produits du terroir. Galettes de blé noir sur notre billig ?

Programme

En 2 bonnes journées, nous parcourons le Sentier des douaniers (GR34) autour de Lannion, entre Plestin-les-Grèves et l'Île Grande.

Samedi : Péninsule de l'Armorique > St-Michel-en-Grève : 24km +680m -665m en 6h de marche effective

Bus pour Plestin-les-Grèves. Tour de la péninsule de l'Armorique (falaises, plages, thermes gallo-romains...). Grand Rocher (vue sur toute la baie), arrière-pays de Saint-Michel (vallées du Yar et du Roscoat). Bus à Saint-Michel-en-Grève.



Dimanche : Lannion > Île Grande : 25,5 km +-450m en 6h

Départ à pied de la maison. Chemin de halage du Léguer puis sentier des douaniers. Falaises et plages de Beg Léguer et Pors Mabo, pointe de Bihit, plage de Tresmeur à Trébeurden, colline du Castel, plages de Goas Treize et Toëno, demi-tour de l'Île Grande. Retour en voiture(s).

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 doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Chaussures basses ou mi-hautes selon les goûts.

- Sac à dos de journée, poche à eau, bâtons éventuels.
- Pique-nique de samedi.

- Téléphone mobile avec le numéro de l'organisateur et chargeur.
- Sandales et bouchons d'oreille pour la nuit.

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 6 novembre 2025** 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.

Cette sortie pourra être annulée au plus tard le 20/02/2026 si un effectif minimum de 4 inscrits n'est pas atteint.