

# Fin d'été en Suisse Normande

du samedi 12 septembre 2026 au dimanche 13 septembre 2026

Encadrant : Maria Dolores Réal 

Niveau : **Moyen T1** 1

Avec accord : **Oui**

Itinérant avec portage

Effectif maximum : **8**

Auberge de jeunesse

« En arrivant de Falaise, au point où la route commence à descendre, au-dessous de l'église, on découvre tout à coup devant soi un vaste horizon de montagnes. Les hauteurs de Saint-Clair, celles de Clécy, celles d'Athis, se montrent dans l'éloignement, à quatre ou cinq lieux. Le sol est partout tourmenté et bizarre. (...) C'est une petite Suisse pour les habitants de Falaise qui n'ont jamais vu le soleil se coucher que derrière le rocher de Noron. » Voici ce qu'écrivait Jean-Frédéric Galeron, historien de Falaise, en 1828.

Le temps d'un week-end, nous vous proposons de découvrir cette belle région. Nous proposerons des randonnées de niveaux différents, avec la possibilité de changer de groupe en cours de week-end. Idéal pour ceux qui ne savent pas encore bien se situer.

Nous serons hébergés dans un gîte à Clécy, en chambres de 4 et en demi-pension.



## Niveau et esprit

Randonnée de niveau Moyen mais pas si tranquille car nous devons porter toutes nos affaires pendant les 2 jours, sans oublier le dénivelé non négligeable, mais qui nous fera découvrir une très belle région.

## Participation aux frais

**105 €**

**Incluant** : les transports locaux, l'hébergement en demi-pension du samedi soir au dimanche matin, une participation aux frais des encadrantes (hébergement et taxis locaux) dans les limites fixées par le Club, ainsi que les frais administratifs du Club.

**N'incluant pas** : le transport depuis Paris (aller et retour), les repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons.

## Transport

Voici les horaires des trains conseillés et actuellement réservables :

**Aller** : départ samedi 12 septembre à 7h59 de PARIS SAINT-LAZARE, arrivée à CAEN à 9h53.

Rendez-vous à l'arrivée à la gare de Caen.

**Retour** : départ dimanche 13 septembre à 17h56 de FLERS, arrivée à PARIS MONTPARNASSE à 20h11.

## Hébergement et repas

Nuit en auberge de jeunesse, en chambres de 3 ou 4 (lits superposés). Les lits sont tous équipés de couvertures et d'oreillers (avec taie).

La plupart des chambres disposent de WC et de salles d'eau privatifs.

**Vous devez apporter un drap sac (\*) et une serviette de toilette.**

Le dîner du samedi soir et le petit-déjeuner du dimanche matin seront pris à l'auberge de jeunesse.

Deux pique-niques du midi sont à prévoir (pour samedi et dimanche) et des en-cas selon vos habitudes.

Pour le premier jour, vous aurez déjà rempli votre gourde ou poche à eau en amont.

*(\*) : Si vous ne souhaitez pas utiliser un drap sac, vous pourrez louer un drap sur place au tarif de 2,15 €, à régler en espèces à l'établissement (prévoyez la monnaie s'il vous plaît).*

## Programme

### **J1. De Thury-Harcourt-le-Hom à Clécy. 19 km +536 / -532 6h30**

Arrivés à Caen, un taxi nous récupère et nous dépose à Thury-Harcourt-le-Hom où nous démarrons notre randonnée par le GR 36 que nous suivons jusqu'à Clécy. Ce parcours nous fera découvrir la jolie vallée de l'Orne que nous pourrions admirer depuis le Pain de Sucre (171 m) peu avant notre arrivée à Clécy.

Rappel : Vous devrez arriver avec votre pique-nique et assez d'eau pour la journée.

Attention à ne pas vous surcharger car vous devrez porter toutes vos affaires.

### **J2. De Clécy au Rouvrou. 22 km +623 / - 553 7h30**

Pour cette deuxième journée, nous emprunterons tantôt le GR36, tantôt le GRP du Tour de la Suisse Normande. Nous aurons à nouveau, un beau point de vue sur la vallée de l'Orne depuis les Rochers du Parc (118 m) et des Rochers de Brisevieille (129 m). Plus loin, nous suivrons brièvement le ruisseau du Val de la Hère. A Pont d'OUILLY, nous retrouverons le GR 36 pour suivre la magnifique vallée de la Rouvre jusqu'au camping La Rouvre où le taxi nous récupérera pour nous emmener à FLERS où nous prendrons notre train pour rentrer à Paris.

*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

### Papiers

- Carte CAF, n° téléphone de l'encadrant,
- Pièce d'identité,
- Carte bancaire et espèces,
- 1 chèque pour régler un éventuel solde.

### Marche et portage

- Bonnes chaussures de marche rodées,
- Bâtons (suivant votre habitude),
- Sac à dos\* de 30 à 40 litres, avec housse,
- Gourde ou poche à eau de 2 litres.

### Alimentation

- 2 pique-niques, encas, eau pour la première journée,
- Couteau pliant, cuillère,

### Vêtements

- Pantalon ou short, chemisette ou tee-shirt,
- Tenue de rechange,

- Chapeau ou casquette.

### Pluie ou froid

- Polaire, gants, bonnet ou tour du cou,
- Veste imperméable et respirante,
- Guêtres ou surpantalon de pluie si besoin,

### Hygiène et Sécurité

- Effets de toilette, petite serviette,
- Pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Lampe frontale (blanche et rouge),
- Téléphone, chargeur ou batterie externe,
- Crème et lunettes de soleil,

### Nuitées

- Drap-sac, bouchons d'oreille (selon le confort recherché),
- Sandales.

\* le club loue ce type de matériel, [voir les modalités](#).

## 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 9 juillet 2026** 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.