Encadrant : **Philippe DENOUAL**	Niveau : **M+, voir soutenu, T2**
Avec accord : **Oui**	Type : **Itinérant avec portage**
Effectif maximum **: 8 (Encadrant compris)**	Hébergement : **Sous votre tente**

Raad Ny Foillan Coastal Path

Du samedi 1er au dimanche 9 mai 2027

Raad ny Foillan, Voie de la Mouette en gaélique Mannois : Sentier de grande randonnée de 160 km faisant le tour de l'île, avec les détours pour accéder aux campings, c'est ce que je vous propose de faire.
l'île de Man l'un des 7 pays Celtique se trouve dans la mer d'Irlande à 29 km des côtes d'Ecosse, à 48 km de celles de l'Angleterre et à 53 km de celles d'Irlande.
Langues : Le Mannois et l'Anglais.
l'île de Man est relativement grande (572 km², 53 km de long sur 21 de large), mais peu élevée
(621 m d'altitude maximale). Monnaie : Livre Sterling ; Passeport et ETA obligatoires





Source : Google : De quelque façon que l'on me jette, je tiens debout : Proclame la devise de cette île.

Peel Castle

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 mais bien équipés en matériels de camping. Environ 160 km en 8 jours, niveau : M+ à cause du portage. Un groupe WhatsApp sera créé afin de communiquer entre nous
Il y a un plan B pour les journées les plus dures.

TRANSPORT

Chaque participant (e) est libre de son moyen de transport. Rassemblement du groupe à Douglas (Gare maritime.).
Ces horaires sont susceptibles de modifications étant visionnés bien avant la sortie, D'autres options sont disponibles
Pour info (trajets recommandés mais non obligatoires). Tarifs non validés (modifications possibles) et horaires non disponibles à Ce jour.

Aller : FLIXBUS : Paris/Bercy-Londres-Manchester-Liverpool : Environ 200 € A/R /1 à ce jour. Départ possible dès le vendredi
Puis Ferry Liverpool / Douglas : www.steam-packet.com: Environ 32 € A/R /1. Horaires non dispos ce jour (à suivre pour les participants (es).

Retour : Idem mais dans l'autre sens. Arrivée possible le lundi en bus à Paris-Bercy ou Porte Maillot.

HEBERGEMENT et REPAS

Prévoyez vos repas jusqu'au lundi 3 au matin ensuite ravitaillements au jour le jour pour l'eau et la nourriture, nous sommes dans des campings Officiels (Près des villes et villages) et si problèmes, il y a toujours moyen de bivouaquer avec l'accord du propriétaire : Champ, parc à Moutons…Hébergement sous votre tente.

PROGRAMME

Samedi 1 : 10 km, +/- 100m**.** Rassemblement du groupe à Douglas (Ile de Man) à la gare maritime ou routière, direction notre Camping Glenloughcampsite, main road Ballahutchin Hill Union Hills.

Dimanche 2 : 20 km, +/- 250m. Départ matinal du camping de Douglas, retour vers le centre-ville afin de rejoindre le Sentier côtier, Baldrine, Laxey Head et notre camping : laxeycampsite, Quarry road en plein centre.

Lundi 3 : 21 km, +/- 540m. Départ vers le le sentier côtier, Glen Mona, Gob ny Garvain, Port e Vullen, Ramsey et son Camping: Crossagscampsite Lezayre road.

Mardi 4: 33 km, +/- 50m**.** Départ très matinal car étape très longue, toujours le circuit côtier Raad ny Foillan vers Point of Ayre, Jurby Head, The Cronk Ballaugh et son camping.Ballaugh : Campsite Glen- road.
Un plan B est possible, avec moins de km mais en partie sur route

Mercredi 5 : 20 km, +/- 130m, Départ un peu en crabe afin de rejoindre notre sentier à Kirk Michael, Gob ny Creggan, Peel (Photo ci-dessus) et notre camping à Ballaspit Patrick road St Johns.

Jeudi 6 : 26 km, +/-1200m, Départ très matinal de Ballaspit afin de rejoindre le Raad Ny Foillan, Glen Maye, Elby Point, The Carn, Port Erin et son camping Glendown Farm Camping and Glamping.
Un 2éme parcours est possible plus soft : 23 km, +/- 640m. Plan B en partie sur route en mode soutenu.

Vendredi 7 : 24 km, +/- 500m, Départ de Port Erin vers Greg Liauyr, Clet Aldrick, tour du sud de l'île, Castletown, Ballasalla et son camping : Mully-y-Carty.

Samedi 8 : 23km, +/- 420m**,** Départ pour retour vers Douglas, côte rejointe à Port Soderick, Douglas Head et notre camping A Glenloughcampsite.

Dimanche 9 : Démontage du bivouac, gare maritime, retour sur Paris, ferry et bus, arrivée possible le lundi.

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 (€ et £)
  Papiers d'identité (Passeport valide et ETA (Electronic Travel Authorisation)).
- **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, surpantalon, guêtres.
- **Sécurité :** Pharmacie personnelle, sifflet, couverture de survie, téléphone portable et
  Batterie externe, Attention adaptateur spécial UK mais en 220/230V, 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 18/12/2026** 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 Paris / Douglas, ETA, les nuitées en camping (prévoir un budget de 15 livres par nuitée), tous les repas et les dépenses personnelles.

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.



Source : Wikiloc , ce circuit suit la côte au plus prés.