

SEJOUR RANDONNEURS – SEPTEMBRE 2021



Du 9 AU 16 SEPTEMBRE 2021

« LES 3 BAIES PAS A PAS ! »

Rendez-vous à Château Tanguy pour partir à la découverte de 3 espaces emblématiques du nord de la Bretagne : les baies de St Brieuc, St Malo et bien sûr du Mont St Michel « merveille de l'Occident ». Chaque site vous offrira de belles balades pour vous ressourcer et pour vivre votre passion au cœur des paysages marins. Les moments de détente et de convivialité ponctueront votre séjour !

PROGRAMME :

- Jeudi 9/09** trajet - arrivée vers 18h00 – apéritif d'accueil
- Vendredi 10/09** **Matin** : mise en jambe avec une sortie en mer sur les bateaux du centre afin de découvrir, de la mer, les environs de Pléneuf Val André
Après-midi : de Dahouët à la grève de la Cotentin à Planguenoual (6 km – moyen avec quelques passages accidentés)
- Samedi 11/09** **Matin** : Journée Mont St Michel – des environs de Pontorson au pied du Mont St Michel (7 km – facile)
Pique nique
Après-midi : randonnée accompagné par un guide officiel de la baie sur le sable/vase dans la baie du Mont jusqu'au rocher de Tombelaine (6 km – niveau facile)
- Dimanche 12/09** **Matin** : De la plage des hôpitaux à Erquy à la vallée de Diane (4.5 km – niveau facile)
Pique nique
Après-midi : Du vieux bourg (à Fréhel) jusqu'au Cap Fréhel (7 km – facile)
- Lundi 13/09** **Matin** : de St Enogat à l'embarcadère de Dinard (5.5 km – niveau facile)
Traversée de la Rance en bateau jusqu'à la porte de Dinan
Déjeuner au restaurant
Après midi : découverte de St Malo intra-muros (les remparts, la plage, les commerces)
- Mardi 14/09** **Matin** : le marché de Pléneuf
Après-midi : de Château Tanguy à la plage de Caroual à Erquy (8 km - moyen)
Pique-nique en soirée
Soirée : De Caroual à Erquy au Cap D'Erquy – déambulation nocturne vers le couché de soleil (6 km - facile-moyen)

Mercredi 15/09

Matin : St Cast le Guildo, entre la baie de la Fresnaye et la baie de l'Arguenon- de la plage de la Fosse à la plage des Mielles (7.5 km – niveau moyen)

Pique-nique

Après-midi : de la plage des Mielles à la plage des 4 vaux (7 km – niveau moyen)

Soirée : repas fruits de mer

Jeudi 16/09

Départ du centre vers 8h00

Le programme et les distances sont donnés à titre indicatif et correspondent généralement aux parcours les plus longs. Les parcours pourront être modifiés et adaptés si besoin aux groupes. Pour l'ensemble des randonnées, il sera proposé, en fonction du nombre de participants, deux niveaux : le premier pour ceux qui ont l'habitude de randonner et le second pour ceux qui souhaitent réaliser des parcours (balades) plus tranquillement. Libre à chacun de passer d'un groupe à l'autre et d'adapter son programme à ses envies ! Les rythmes lors des parcours seront adaptés à chaque groupe afin que chacun puisse y évoluer sereinement. Les circuits seront majoritairement réalisés sur le GR 34 (sentier des douaniers).