



Kurunn Braguez y Krampouez mad
Ô ma Bretagne sauvage ¹

11- RW 64

Mercredi 1^{er} juin – Mardi 7 juin 2011
(départ le mardi soir 31 mai).

Organisateurs :

Adrien Autret : 06 89 09 32 58

Dominique Renaut : 06 14 74 06 99

Description : □ **Description** : Kurunn Braguez y Krampouez mad

Eh oui Terre Dom et la Couac Production vous présentent la fin de la terre : le Finistère. C'est le bout du monde, un mélange de terre et mer, menhirs, korrigans, fées et lieux chargés d'histoire. Quoi de plus envoûtant que cette Bretagne magique. La forêt d'Huelgoat, les Longères aux toits d'ardoises, le Yann Eulez, les « Portes de l'enfer », les boucles de l'Aulne ainsi que les gouffres émeraudes du Cap de la Chèvre vous charmeront et vous laisseront un sentiment d'ivresse. C'est là que l'Océan vient briser ses derniers espoirs sur les falaises de la presqu'île de Crozon. Pour les alpinistes, sachez que vous pourrez afficher à votre palmarès les deux grands sommets bretons. Soyez en forme !

Cette randonnée aux paysages très variés est aussi placée sous le signe de la gourmandise avec crêpes, crustacés et plus si affinité : Une semaine entière de bonheur.

Niveau : Niveau Moyen +: pas de difficultés spécifiques; des étapes moyennes ou assez longues avec quelques dénivelés et possibilités de variantes pour ceux que cela démangerait. Bonne condition physique requise. Accord Obligatoire préalable à l'inscription : contact : Adrien Autret : 06 89 09 32 58

Budget, Inscription, Participants :

Coût global, hors transport train, de l'ordre de 325 Euros. Ce coût inclut les frais administratifs du CAF, les transports locaux, la nuit du mardi soir en Auberge de jeunesse à Morlaix et le petit déjeuner du mercredi 1^{er} juin matin puis l'hébergement en ½ Pension. Les repas du midi sont tirés du sac (possibilité de ravitaillement en cours de route à Huelgoat, Le Faou, Morgat et Camaret, mais prévoir au minimum le pique-nique du premier jour). Versement des 325 Euros à l'inscription, régularisation éventuelle à la fin de la randonnée. Ce coût n'inclut pas le transport train A/R Paris, à la charge de chacun, les boissons et les pique-nique du midi.

Participants : 12 participants, les organisateurs inclus.

Transport: Train à la charge de chacun de coût modéré (prix : aller/retour: de l'ordre de 50 € en Prem's, de 70 € en tarif loisir).

Aller : Mardi 31 mai : Paris/Montparnasse -Morlaix (rendez-vous 16h45 devant l'entrée de la voie du train.)

Paris – Morlaix : TGV 8643 Départ : 17h05 arr. Morlaix : 20h53

(tarif Prem's actuel :26€, loisir 35€)

Retour : Mardi 07 juin : Brest/Paris : TGV 8646 dép : 13h45, arr. Paris/Montparnasse: 18h20 (tarif Prem's actuel :22€, loisir 35€)

Hébergement Restauration

Auberge de jeunesse, Gîte ou Hôtel chaque soir en ½ pension. ; voir précisions plus loin.

Itinéraire prévu : *(Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions météorologiques) :*

- Mardi 31 mai : Arrivée gare de Morlaix : 20h53. En 20 minutes à pied nous gagnons l'Auberge de Jeunesse « 1 voie d'accès au Port » : 02 98 15 10 55.

- Mercredi 1^{er} Juin : Huelgoat- Brennilis.

08h30 bus pour le Huelgoat, 50mn. Journée de mise en forme. Nous commençons par la visite de la belle forêt domaniale à l'est du Huelgoat puis nous continuons notre itinéraire vers l'Ouest par le GR 380-37. Diverticules selon opportunités.

Huelgoat(140m) – Forêt du Huelgoat(200m) - Grotte et Camp d'Artus - Kérampeulven – Goashalec – Kermabilou – Coat Mocun – Roc'h ar Bic(278 m) – Kervéguenet (230m) Brennilis.

Gîte Auberge du Youdig : 02 98 99 62 36

25 km. Quelques dénivelés en forêt du Huelgoat.

- Jeudi de l'Ascension 2 juin : Brennilis – Saint Rivoal.

Nous sommes au cœur des monts d'Arrée, riche en sommets et en vestiges celtiques ; nous grimpons au plus haut sommet Breton et donc de la randonnée !

Brennilis(230 m) : allée couverte – Le Cosform - La Gare – Vue sur le lac réservoir St Michel – Ty Blaise : alignement de Menhirs – Montée au Menez Mikel (Chapelle) : 381 m. Un de nos sommets ! Puis au Menez Kador:383m. Saint Rivoal (200 m)

Gîte Municipal: 06 04 02 45 26. Dîner à l'Auberge du Menez : 02 98 81 45 63

25 km + 400, – 430 m.

- Vendredi 3 juin : Saint Rivoal – Le Faou.

Nous quittons les Monts d'Arrée pour rejoindre la zone maritime au fond de la baie du Faou. Traversée de très belles forêts domaniales.

Saint Rivoal(200) – Kergombou – Brasparts – Moulin du Squiriou (63 m) - côte 113 – Lanturec (250m) – Côte 289 – Forêt domaniale du Cranou – Guervénne'c (31 m) – Le Faou

Hôtel Le Relais de la Place : 02 98 81 91 19.

28 km. + 300 – 500 m.

- Samedi 4 juin : Le Faou – Le Menez Hom – Saint Nic/Plomodiern.

Une belle étape qui va nous faire gravir le Menez-Hom. Celui-ci, avec ses 330m, est le deuxième haut sommet de cette randonnée ! Puis nous basculerons sur la baie de Douarnenez.

Le Faou – Côte 106 – Kervézennec(32m) – Kergadalen, (100m) - Pont de Térénez sur l'Aulne (33m) – Kerfréval(65m)- Menez-Hom(330 m) –Hielc'h (300m) – Circuit des Chapelles – St Côme – Kerellec (29m) commune de Plomodiern en bord de mer..

Gîte de Kervella : 02 98 26 50 14. Dîner à la Crêperie de St Côme 02 98 26 55 86.

+ 500, - 500 m.

-Dimanche 5 juin : Kerellec – Morgat – Saint Hernot.

Nous voici pour ces derniers jours en permanence en bord de mer sur une des plus belles Côtes de France. Ces dernières étapes en bord de mer sont plus longues en distance mais pieds nus sur les grèves nous économiserons de l'énergie ! Cette première étape nous fait longer le nord de la baie de Douarnenez jusqu'au Cap de la Chèvre via Morgat. Une succession de très belles plages nous permettra de progresser rapidement jusqu'à Morgat. Puis de Morgat nous rejoindrons St Hernot par un sentier en surplomb et en pinède de style méditerranéen.

Kerellec – La Lieue de Grève – Pointe de Keric – Pointe du Bellec – Anse du Caon – Pointe de Tréboul- Plage de l'Aber – Pointe du Menhir – Plage et ville de Morgat – Chemin côtier de la grande Roche : + 92m. Saint Hernot.(50 m)

Gîte de Saint Hernot: 02 98 27 15 00

30 km. + 400, -350 m.

Lundi 6 juin : Saint Hernot – Camaret.

Encore un must de la randonnée : la presqu'île de Crozon par le sud jusqu'à Camaret : une succession de falaises et plages au vent du grand large.

Saint Hernot – Cap de la Chèvre – Rostudel – Plage de la Palue – Pointes de Lostmarc'h et de Dinan – Plage de Kersiguénoù – Pointe de Pen Hir – Anse de Pen Hat – Alignements de Lagatjar - Camaret

30 km. + 400, -400 m.

Hôtel Styvel : 02 98 27 92 74

Mardi 7 juin : Détente avant le retour. Balades dans et autour de Camaret pour ceux qui veulent. Taxi en fin de matinée pour Brest pour assurer le départ TGV à 13h45.

Taxis : Presqu'île Assistance Mr Janeiro Claude 02 98 26 26 26; deux véhicules 6 places.

Cartographie IGN 1/25.000 :0617 E : Huelgoat - 0617 O : Plonévez-du-Faou

- 0517 OT : Plougastel Daoulas - Le Faou - 0518 OT : Châteaulin - Douarnenez

- 0418 ET: Camaret - Presqu'île de Crozon.

IGN Top 100: N° 13 Brest-QUIMPER

Équipement : *Habituel au randonneur en terrain ondulé avec petits dénivelés : bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram, en bon état mais pas neuves (rodées), protection efficace contre la pluie, le froid, le soleil, bâtons fortement conseillés. Pharmacie personnelle, rechanges, sac à viande, chaussures légères pour le soir, papiers d'identité, carte CAF obligatoire. Prévoir le dîner dans le train du mardi soir et les casse-croûte du midi ; ravitaillement possible en cours de route. Il est bon d'avoir avec soi des barres énergétiques. Capacité eau minimum 1,5 litre*